



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

CARRERA DE PSICOLOGÍA

TRABAJO DE TITULACIÓN

Modalidad Proyecto de Investigación

TEMA:

Caracterización de los Estilos de Vida en Estudiantes Universitarios con
Discapacidad Física Uleam, 2026

Estudiantes:

Janely Monserrate Sánchez Peñafiel

Leidy Anabel Yazuma Guambuguete

Tutor:

Dr. Victoriano Camas Baena PhD

Periodo 2026-1

CERTIFICADO DE AUTORÍA

Yo, **Janely Monserrate Sánchez Peñafiel** con C.I: 1350521231, **Leidy Anabel Yazuma Guambuquete** con C.I: 1754112546, en calidad de investigadoras del presente trabajo de investigación titulado **“Caracterización de los Estilos de Vida en Estudiantes Universitarios con Discapacidad Física, ULEAM 2026”**, como requisito previo para optar por el grado de PSICÓLOGA, MENCIÓN GENERAL de la CARRERA DE PSICOLOGÍA de la UNIVERSIDAD LAICA “ELOY ALFARO” DE MANABÍ. **Presentado para su defensa y evaluación, declaramos la originalidad y autoría del mismo.**

Manta, Julio del 2026.

Atentamente,



Janely Monserrate Sánchez Peñafiel
Estudiante de Psicología
C.I: 1350521231



Leidy Anabel Yazuma Guambuquete
Estudiante de Psicología
C.I: 1754112546

	NOMBRE DEL DOCUMENTO: CERTIFICADO DE TUTOR(A).	CÓDIGO: PAT-04-F-004
	PROCEDIMIENTO: TITULACIÓN DE ESTUDIANTES DE GRADO BAJO LA UNIDAD DE INTEGRACIÓN CURRICULAR	REVISIÓN: 1 Página 1 de 1

CERTIFICACIÓN

En calidad de docente tutor(a) de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Laica "Eloy Alfaro" de Manabí, CERTIFICO:

Haber dirigido, revisado y aprobado preliminarmente el Trabajo de Integración Curricular bajo la autoría de las estudiantes Sánchez Peñafiel Janely Monserrate y Yazuma Guambuquete Leidy Anabel, legalmente matriculado/a en la carrera de Psicología período académico 2026.1, cumpliendo el total de 384 horas, cuyo tema del proyecto o núcleo problémico es **"Caracterización de los Estilos de Vida en Estudiantes Universitarios con Discapacidad Física Uleam, 2026"**.

La presente investigación ha sido desarrollada en apego al cumplimiento de los requisitos académicos exigidos por el Reglamento de Régimen Académico y en concordancia con los lineamientos internos de la opción de titulación en mención, reuniendo y cumpliendo con los méritos académicos, científicos y formales, y la originalidad del mismo, requisitos suficientes para ser sometida a la evaluación del tribunal de titulación que designe la autoridad competente.

Particular que certifico para los fines consiguientes, salvo disposición de Ley en contrario.

Manta, Julio 2026.

Lo certifico,



Dr. Victoriano Camas Baena
Docente Tutor(a)
Área: Ciencias de la Salud

Nota 1: Este documento debe ser realizado únicamente por el/la docente tutor/a y será receptado sin enmendaduras y con firma física original.

Nota 2: Este es un formato que se llenará por cada estudiante (de forma individual) y será otorgado cuando el informe de similitud sea favorable y además las fases de la Unidad de Integración Curricular estén aprobadas.

DEDICATORIA

Dedico este trabajo, a Dios, por el regalo de la vida, por la bendición de mantener a mi familia unida y por concederme la fortaleza espiritual y la constancia necesarias para superar cada obstáculo y seguir progresando en mi camino profesional.

A mis padres, Mauro y Janet, por ser el pilar de mi existencia, mi refugio seguro y mi mayor inspiración, gracias por sus cuidados diarios, por su apoyo incondicional en cada decisión y por esa motivación constante que se convirtió en mi motor para seguir adelante en los momentos de mayor agotamiento, este logro es, ante todo, el fruto de su amor y sacrificio.

A mi hermano Wilmer, por brindarme su compañía sincera y su respaldo cuando más lo necesité, tu presencia en mi vida ha sido importante en los días en que el camino se tornaba cuesta arriba. A mi hermano Julio, por su entrega incondicional y por estar presente de manera inquebrantable cada vez que necesité de su ayuda para movilizarme, gracias por ser mi apoyo constante, por derribar cualquier barrera a mi lado y por impulsarme siempre a confiar en mis capacidades.

A mi recordada perrita Hasha, quien fue mi más puro soporte emocional, regalándome su paz y consuelo en los días más difíciles de este proceso, aunque hoy te toque descansar, tu lealtad y el amor que me diste se quedan grabados en mi memoria para siempre.

Y a mí fiel compañero de desvelos, mi gato Tommy, quien con su presencia silenciosa compartió conmigo cada madrugada de estudio, escuchando mis dudas y acompañándome sobre los libros hasta el amanecer, tu compañía hizo más ligeras mis noches más largas.

Janely Sánchez Peñañiel

DEDICATORIA

Dedicó este trabajo, en primer lugar, a Dios por darme la fortaleza, la sabiduría y la perseverancia para culminar esta etapa tan importante de mi vida.

A mis padres, María y Ángel por confiar en mí, su amor incondicional, sus sacrificios, sus enseñanzas, por acompañarme en cada etapa de mi proceso académico, por creer siempre en mí, motivarme a seguir adelante y ser el pilar fundamental que hizo posible alcanzar este logro. Amados padres este logro también es de ustedes porque sin su apoyo no sería quien soy.

A mis hermanos, Alex y Fernanda por creer en mí incluso en los momentos de mayor incertidumbre y por recordarme siempre que era capaz de alcanzar mis metas, sus consejos, su cariño y por impulsarme a seguir adelante cuando más lo necesitaba.

A mi sobrina, mi pequeña Alaiia tu amor y cariño incondicional me llenaba el corazón, por llenar mis días de alegría e ilusión. Tu sonrisa fue, en muchos momentos, el impulso que necesitaba para continuar y recordar que cada esfuerzo vale la pena.

A mi peludito Peluchin, mi compañero más fiel, quien ahora me acompaña desde el cielo, a pesar de que vine a otra ciudad a cumplir uno de mis sueños tu amor y tu compañía seguían presentes; porque no había un día que no pensara en ti. Por darme fuerza para no desistir en el camino, tu recuerdo permanece en mi corazón, este logro también lleva una parte de ti.

Por último, me dedico este logro por la constancia, lo valiente y resiliente que aprendí a ser para darme la fuerza a mí misma pese a las dificultades.

Leidy Yazuma Guambuguete

AGRADECIMIENTOS

Queremos expresar nuestro más sincero agradecimiento al Dr. Victoriano Camas Baena, por su invaluable acompañamiento durante el desarrollo de esta investigación, su experiencia, dedicación, paciencia y compromiso como tutor fueron esenciales para guiarnos en cada etapa del proceso. Sus observaciones, orientaciones y palabras de motivación nos permitieron vigorizar este trabajo y culminarlo con éxito.

A nuestros docentes, nuestra profunda gratitud por compartir con generosidad sus conocimientos, experiencias y valores a lo largo de nuestra formación profesional. Cada enseñanza impartida, cada consejo y cada experiencia vivida en las aulas contribuyeron a nuestro crecimiento académico, personal y ético.

A nuestros amigos y compañeros de carrera, gracias por acompañarnos durante este recorrido universitario, el apoyo, compañerismo y motivación hicieron que cada reto fuera una oportunidad para aprender y crecer. Las experiencias compartidas, el trabajo en equipo y las palabras de aliento dejaron huellas valiosas que siempre recordaremos con gratitud.

Finalmente, expresamos nuestro reconocimiento y agradecimiento a todas las personas que nos brindaron su confianza y valiosa colaboración para la obtención de la información que hizo posible el desarrollo de este estudio. Asimismo, agradecemos a todas las personas que, de manera directa o indirecta, aportaron con su apoyo y contribuyeron al cumplimiento de esta meta académica.

Janely Sánchez Peñañiel

Leidy Yazuma Guambuete

ÍNDICE DE CONTENIDO

Resumen.....	13
Abstract.....	14
1. CAPÍTULO I: PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	15
1.1. Planteamiento del Problema.	16
1.1.1. Nivel Macroestructural.	19
1.1.2. Países de Habla Inglesa de Altos Ingresos.....	20
1.1.3. Países Europeos.....	21
1.1.4. Asia y Sudeste Asiático.....	22
1.1.5. El Medio Oriente	22
1.1.6. Nivel Mesoestructural.	23
1.1.7. Nivel Microestructural.	25
1.2. Pertinencia	26
1.3. Antecedentes.	27
1.4. Justificación.	75
1.4.1. Justificación científica-académica.	75
1.4.2. Justificación metodológica.....	75
1.4.3. Justificación social.	76
1.4.4. Justificación profesional.	76
1.4.5. Justificación facultad/carrera.....	77
1.4.6. Justificación personal.	78
1.5. Pregunta de Investigación.	79
1.6. Objetivos.	79
1.6.1. Objetivo general.....	79
1.6.2. Objetivos específicos.....	79
2. CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO.....	80
2.1. CONCEPTOS FUNDAMENTALES	80

2.1.1.	<i>Definición del estilo de vida y evolución histórica hasta el enfoque personológico.....</i>	80
2.1.2.	<i>Definición de discapacidad física y evolución del concepto desde las disciplinas contemporáneas</i>	81
2.1.3.	<i>Definición de salud mental y evolución conceptual desde perspectivas recientes.....</i>	82
2.1.4.	<i>Integración de conceptos: Estilos de vida, discapacidad física y salud mental en estudiantes universitarios</i>	83
2.2.	MODELOS TEÓRICOS	84
2.2.1.	<i>Modelo biomédico.....</i>	85
2.2.2.	<i>Modelo biopsicosocial</i>	87
2.2.3.	<i>Modelo personológico del estilo de vida</i>	90
2.2.4.	<i>Modelo humanista.....</i>	92
2.2.5.	<i>Modelo ecológico de sistemas</i>	93
2.3.	AUTORES.....	94
2.4.	Matriz Operacionalización	99
3.	CAPÍTULO III: METODOLOGÍA.....	103
3.1.	Tipos de investigación.	103
3.1.1.	<i>Exploratoria.....</i>	103
3.1.2.	<i>Descriptiva</i>	104
3.1.3.	<i>Clasificatoria</i>	105
3.2.	Métodos	107
3.2.1.	<i>La Investigación Mixta o Metodología Mixta</i>	107
3.3.	Técnicas de Investigación	110
3.3.1.	<i>Anecdotario.....</i>	110
3.3.2.	<i>Hoja del Día.....</i>	112
3.3.3.	<i>Entrevista Semiestructurada.....</i>	114
3.3.4.	<i>Cuestionario Autodescriptivo del Estilo de Vida (EV-4).</i>	117
3.4.	Población y Muestra.....	118

3.4.1.	<i>Matriz general de informantes.....</i>	122
3.4.2.	<i>Matriz de perfil sociodemográfico de los informantes (n = 28).....</i>	123
3.5.	Consideraciones Éticas	128
3.5.1.	<i>Estructura de Consentimiento Informado Para los Participantes</i>	129
3.6.	Matriz de Dispositivo Metodológico	132
4.	CAPÍTULO IV: ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS	137
4.1.	Análisis e Identificación de Configuraciones de Estilos de Vida.....	141
4.1.1.	<i>Configuración tipológica I: Estilo de vida orientado al desarrollo personal y la proyección de metas</i>	142
4.1.2.	<i>Configuración tipológica II: Estilo de vida de adaptación resiliente frente a la discapacidad física.....</i>	146
4.1.3.	<i>Configuración tipológica III: Estilo de vida caracterizado por la sobrecarga de responsabilidades y la búsqueda de bienestar emocional.....</i>	151
4.2.	Análisis por Variables Sociodemográficas.	155
4.2.1.	<i>Caracterización sociodemográfica por constituyentes.....</i>	158
4.3.	Análisis por Constituyente del Estilo de Vida.....	196
4.4.	Relación con la Salud Mental.....	229
5.	CAPÍTULO V: CONCLUSIONES.....	236
5.1.	Conclusiones Generales	236
5.2.	Discusión	239
5.3.	Limitaciones.....	246
5.4.	Recomendaciones	248
6.	CAPITULO VI: REFERENCIAS.....	250
7.	CAPITULO VII: ANEXOS.....	259
7.1.	Anexo 1: Modelo de Guía Semiestructurada de Entrevista	259
7.2.	Anexo 2: Modelo de Consentimiento Informado	262

7.3.	Anexo 3: Certificado de Análisis-Compilatio	265
7.4.	Anexo 4: Declaración de Autoría	266
7.5.	Anexo 5: Certificación del Tutor.....	267
7.6.	Anexo 6: Formato de Carta de Aprobación definitiva-CEISH.....	268
7.7.	Anexo 7: Oficio-Solicitud de Información para Investigación.....	270
7.8.	Anexo 8: Consentimiento Informado del Participante, Anecdótico, Hoja del Día, Entrevista Semiestructurada y Cuestionario Autodescriptivo del Estilo de Vida (EV-4)	271

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 Matriz Sobre la Caracterización de los Estilos de Vida en Estudiantes Universitarios con Discapacidad Física Uleam 2026	36
Tabla 2 Matriz de Operacionalización.....	99
Tabla 3 Matriz general de informantes.....	122
Tabla 4 Matriz de perfil sociodemográfico de los informantes (n = 28).....	123
Tabla 5 Matriz de Dispositivo Metodológico.....	132
Tabla 6 Características sociodemográficas de los participantes.....	156
Tabla 7 Indicadores en el subgrupo sexo masculino (14 participantes).....	158
Tabla 8 Indicadores en el subgrupo sexo femenino (14 participantes)	161
Tabla 9 Distribución de participantes según edad 18-20 años (10 participantes)	164
Tabla 10 Indicadores del rango de edad de 21 a 23 años (10 participantes)	166
Tabla 11 Indicadores del rango de edad de 24 a 27 años (8 participantes)	168
Tabla 12 Indicadores en el subgrupo Soltero/a (28 participantes)	170
Tabla 13 <i>Indicadores en el subgrupo clase media alta (8 participantes)</i>	173
Tabla 14 Indicadores en el subgrupo clase media (10 participantes)	174
Tabla 15 Indicadores en el subgrupo clase media baja (10 participantes)	176
Tabla 16 Indicadores en el subgrupo Solo estudia (14 participantes)	178
Tabla 17 Indicadores en el subgrupo Solo estudia y trabaja (14 participantes)	180
Tabla 18 Indicadores en el subgrupo discapacidad congénita (9 participantes).....	182
Tabla 19 Indicadores en el subgrupo discapacidad adquirida (19 participantes).....	184
Tabla 20 Distribución de participantes según facultad de pertenencia	186
Tabla 21 Indicadores en el subgrupo 15%-20% de discapacidad (6 participantes)	188
Tabla 22 Indicadores en el subgrupo 21%-30% de discapacidad (14 participantes)	190
Tabla 23 Indicadores en el subgrupo 31%-40% de discapacidad (3 participantes)	192

Tabla 24 Indicadores en el subgrupo 41% o 65% de discapacidad (5 participantes).....	194
Tabla 25 Análisis individual de los constituyentes de los participantes.....	197
Tabla 26 Distribución de las configuraciones tipológicas del estilo de vida identificadas	218
Tabla 27 <i>Caracterización de la configuración tipológica I: Estilo de vida orientado al desarrollo personal y la proyección de metas</i>	218
Tabla 28 Caracterización de la configuración tipológica II: Estilo de vida de adaptación resiliente frente a la discapacidad física.....	222
Tabla 29 Caracterización de la configuración tipológica III: Estilo de vida caracterizado por la sobrecarga de responsabilidades y la búsqueda de bienestar emocional	225

Resumen

La inclusión educativa de estudiantes universitarios con discapacidad física demanda comprender cómo configuran su cotidianidad y salud mental en interacción con las exigencias de la educación superior, el presente estudio tiene como objetivo caracterizar los principales estilos de vida, su influencia y relación con la salud mental en estudiantes universitarios con discapacidad física de la Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí durante el año 2026, mediante una muestra de 28 participantes distribuidos equitativamente por sexo, rango etario, nivel socioeconómico y pertenencia a seis facultades institucionales. Metodológicamente, enfoque mixto de alcance exploratorio, descriptivo y clasificatorio, junto la triangulación empírica el Cuestionario Autodescriptivo del Estilo de Vida (EV-4) aunado tres herramientas cualitativas denominadas anecdótico, hoja del día y entrevista semiestructurada, bajo el modelo personológico del Dr. Mayo, cuyo análisis de los constituyentes estructurales y funcionales permitió identificar tres configuraciones tipológicas denominadas: estilo de vida orientado al desarrollo personal y la proyección de metas, estilo de vida de adaptación resiliente frente a la discapacidad física, y estilo de vida caracterizado por la sobrecarga de responsabilidades y la búsqueda de bienestar emocional. Los resultados permitieron comprobar que la salud mental está fuertemente relacionada con las formas de organización de la vida cotidiana, con factores protectores como la proyección de metas, la autonomía y las redes familiares que amortiguan los riesgos del estrés crónico y el cansancio físico que derivan de espacios de vida no inclusivos, concluyendo que las formas de la vida cotidiana funcionan como ejes subjetivos y relacionales que escapan a la limitación funcional y ofrecen las bases empíricas necesarias para el diseño de programas de acompañamiento integral.

Palabras Claves: Estilos de vida, salud mental, discapacidad física, enfoque personológico.

Abstract

The educational inclusion of university students with physical disabilities demands understanding how they shape their daily lives and mental health in interaction with the demands of higher education. This study aims to characterize the main lifestyles, their influence and relationship with mental health in university students with physical disabilities at the Eloy Alfaro Lay University of Manabí during the year 2026, through a sample of 28 participants distributed equally by sex, age range, socioeconomic level and belonging to six institutional faculties. Methodologically, a mixed approach of exploratory, descriptive and classificatory scope, along with empirical triangulation of the Self-Descriptive Questionnaire of Lifestyle (EV-4) combined with three qualitative tools called anecdotal record, daily sheet and semi-structured interview, under the personological model of Dr. Mayo, whose analysis of the structural and functional constituents allowed the identification of three typological configurations called: lifestyle oriented towards personal development and the projection of goals, lifestyle of resilient adaptation to physical disability, and lifestyle characterized by the overload of responsibilities and the search for emotional well-being. The results showed that mental health is strongly linked to the ways in which everyday life is organised, to protective factors such as goal-setting, autonomy and family networks that cushion the risks of chronic stress and physical exhaustion arising from non-inclusive living environments. It was concluded that the ways in which daily life is organised function as subjective and relational axes that transcend functional limitations and provide the necessary empirical basis for the design of comprehensive support programmes.

Keywords: Lifestyles, mental health, physical disability, personological approach.

1. CAPÍTULO I: PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

La educación superior está atravesando un proceso de transformación y expansión hacia la inclusión, hacia la diversidad y hacia el reconocimiento de las capacidades diversas de las personas. La educación superior, en este sentido, debe enfrentar el reto de no sólo garantizar el acceso y la permanencia de los estudiantes con discapacidad, sino su participación, su bienestar integral y su desarrollo. En el caso de los estudiantes con discapacidad física, las barreras tanto visibles como invisibles pueden afectar sus estilos de vida, su salud mental, su adaptación al entorno universitario y su experiencia en su vida académica.

La discapacidad física no solo implica una condición de movilidad reducida o alteración corporal, por ello resulta indispensable comprender cómo los estilos de vida de esta población universitaria se configuran y adaptan frente a dichas circunstancias, identificando patrones, fortalezas y necesidades específicas.

Desde un enfoque personológico, resulta pertinente analizar los estilos de vida en tanto que expresiones de los rasgos, valores, motivaciones, rutinas y redes de apoyo de cada persona, que se manifiestan como una configuración integral y única. Este enfoque permite atender tanto a los constituyentes estructurales, por ejemplo, sistema de actividades, sistema comunicativo (red de apoyo social) así como el constituyente funcional como, por ejemplo, a las estrategias de afrontamiento que configuran el estilo de vida individual. Al caracterizar estos componentes en los estudiantes universitarios con discapacidad física, se podrá comprender de forma más profunda cómo interactúan sus rutinas, sus redes de apoyo social, sus estrategias personales de afrontamiento, y cómo todo ello se relaciona con su salud mental.

“Las universidades deben transformarse hacia dinámicas inclusivas y desarrollar programas integrales que garanticen los derechos de las personas con discapacidad”. Dentro del contexto que presenta la Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí, se hace necesario realizar

trabajos de investigación que permitan visibilizar y comprender las realidades de los estudiantes universitarios con discapacidad física, una caracterización de sus estilos de vida sirve para generar información no solo para el ámbito académico-científico, sino también para llevar información relevante para la generación de políticas inclusivas, estrategias de apoyo psicosocial y mejoras de la gestión institucional orientadas al bienestar estudiantil. Por lo que la investigación que se encuentra en construcción tiene como objetivo caracterizar los estilos de vida de los estudiantes universitarios con discapacidad física de la ULEAM para el año 2026, de acuerdo con lo mencionado por el enfoque personológico, en cuanto a sus sistemas de actividades, redes de apoyo social, estrategias de afrontamiento y la salud mental.

1.1. Planteamiento del Problema.

En el presente, estudiantes de nivel superior que poseen una discapacidad física tienen ciertas dificultades que perjudican su calidad de vida y bienestar en general. Según la Organización Mundial de la Salud (2023) más de mil millones de personas viven con algún tipo de discapacidad, y una proporción de ellas experimenta barreras en el acceso a la educación, el empleo, la salud y la participación social. Estas limitaciones repercuten directamente en sus estilos de vida, entendidos como el conjunto de comportamientos, hábitos y actitudes que influyen en la salud física y mental del individuo.

La Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (2024) defiende la propuesta de políticas de inclusión educativa sostenibles, con el objetivo de remediar la exclusión educativa e ir fomentando una cultura de paz y amor. Por otro lado, Martínez (2021) mantiene que gran parte de esa política se ampara en una coyuntura social y cultural, sin una real preocupación por la igualdad. En América Latina, a pesar de que la inclusión educativa se ha desarrollado en las últimas décadas, aún existen déficits en la aplicación de políticas de inclusión educativa que propicien la igualdad de oportunidades, lo cual

hace que el estilo de vida de las personas con discapacidad tiende a ser vistos espejo del grado de apoyo institucional y social que reciben, y puede influir en la salud mental y la vida personal.

Diversas investigaciones científicas han evidenciado que las principales dificultades que padecen los estudiantes universitarios con discapacidad física están estrechamente relacionadas con barreras pedagógicas, barreras estructurales y barreras actitudinales que dificultan la plena participación y afectan su bienestar académico, social (Pérez, 2019). Las dificultades mencionadas pueden aumentar, ya que los estudiantes con discapacidad tienen que adaptarse a las exigencias académicas y a ambientes que muchas veces no son accesibles e inclusivos.

Zurita et al. (2025) advierten que " se deja ver que el entorno físico accesible en instalaciones de acondicionamiento determinadas para las personas con discapacidad física todavía presenta multitud de barreras e imposibilita la igualdad en la posible participación en la propia actividad y ejercicio físico que se realiza". No obstante, ello, se ha evidenciado que el entorno universitario no siempre facilita las adaptaciones necesarias que van a garantizar su participación, repercutiendo, de esta forma, negativamente, en la calidad de sus experiencias educativas y sociales.

La inclusión educativa de las personas con discapacidad es uno de los ejes centrales de las políticas sobre educación superior en el Ecuador. La Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí ha fomentado, acorde con los principios de equidad e igualdad de oportunidades, la inclusión de estudiantes con discapacidad, entre las que se cuenta la discapacidad física, en el acceso a la formación profesional. No obstante, más allá del acceso, es necesario conocer cómo transcurre su vida a partir del ingreso al contexto universitario que influye en su bienestar personal, en su rendimiento académico y en su participación social.

En la ULEAM, a pesar de que se están haciendo esfuerzos institucionales para promover una educación inclusiva, aún se desconoce adecuadamente el estilo de vida que llevan los estudiantes con discapacidad física y cuáles son los factores que los determinan. La ausencia de una información sistematizada acerca de su bienestar, sus hábitos cotidianos, sus percepciones personales del ser y del entorno nos limita a implementar estrategias adecuadas que garanticen el desarrollo integral de cada uno de ellos.

De acuerdo a Montenegro y Ruíz (2020) advierten que “La poca investigación sobre estudiantes universitarios con discapacidad física limita tanto la capacidad de diseño de estrategias adecuadas como el conocimiento de sus necesidades”. La falta de estudios sobre este grupo poblacional específico restringe la comprensión de sus hábitos de salud, actividades recreativas, prácticas educativas y redes de apoyo, dificultando la generación de programas de acompañamiento ajustados a sus necesidades.

Como se mencionó anteriormente la ausencia de información concreta sobre los estilos de vida de esta población tiene diversas consecuencias. En primer lugar, dificulta la implementación de programas de promoción de la salud y bienestar adaptados a las necesidades de los estudiantes con discapacidad física. En segundo lugar, limita la capacidad institucional para generar entornos inclusivos que favorezcan la equidad y la participación activa. Además, puede contribuir al incremento de riesgos asociados al sedentarismo, la mala alimentación o el estrés crónico, que a su vez repercuten en el desempeño académico, la autoestima y la calidad de vida de los estudiantes (Valle, Cruz, & Torquemada, 2024).

Desde el enfoque personológico, el estudio de los estilos de vida permite comprender la interacción entre las condiciones objetivas de existencia y la manera subjetiva en que cada individuo las asume, les otorga sentido y las transforma. Este enfoque concibe el estilo de vida

como la expresión integradora de la personalidad en la vida cotidiana, evidenciada en los sistemas de actividad, comunicación y afrontamiento del sujeto.

En este sentido, el estilo de vida se estructura a partir de constituyentes personológicos, que pueden clasificarse en estructurales como el sistema de roles, sistema de actividades y el sistema comunicativo (red de apoyo social) y funcionales como la orientación temporal, autorrealización (consumo cultural y comportamiento prosocial) y las estrategias de afrontamiento, estos componentes interactúan de manera dinámica, configurando la forma en que el estudiante vive, interpreta y responde a su realidad cotidiana (Mayo, Roles, personalidad y estilo de vida: Hacia una concepción personológica de los roles, 2022).

Aplicado a los estudiantes con discapacidad física, este enfoque permite comprender cómo su identidad, sus recursos personales y las condiciones institucionales influyen en la construcción de un estilo de vida saludable o, por el contrario, en la adopción de prácticas que limitan su bienestar.

Por lo tanto, se plantea como problema central la falta de caracterización de los estilos de vida en estudiantes universitarios con discapacidad física en la ULEAM, lo cual impide comprender sus necesidades reales, los factores que condicionan su bienestar y las oportunidades de mejora en las políticas institucionales de inclusión y salud universitaria, en consecuencia, resulta necesario llevar a cabo una caracterización que permita comprender sus hábitos, condiciones y experiencias dentro de la universidad, con el fin de promover su salud mental, bienestar y desarrollo integral.

1.1.1. Nivel Macroestructural.

La inclusión educativa de las personas con discapacidad representa un importante reto en el nivel internacional, sin embargo, este reto va más allá del simple acceso físico a las

instituciones, pues también requiere de oportunidades de aprendizaje; de participación; y de bienestar. En las últimas décadas, organismos internacionales como la OMS (2023) y la UNESCO (2024) han instado a los países a garantizar una educación superior inclusiva y sostenible, destacando la incidencia de los determinantes sociales en los estilos de vida y la salud mental de las personas con discapacidad.

1.1.2. *Países de Habla Inglesa de Altos Ingresos*

En los países de habla inglesa con altos ingresos como Estados Unidos, Canadá, Reino Unido y Australia la inclusión de las personas con discapacidad en la educación superior se encuentra en una fase de revisión crítica, con debates centrados en la efectividad de las políticas de igualdad y accesibilidad. En el país de Estados Unidos de América, Cerilli et al. (2025) identificaron que las universidades más prestigiosas mantienen persistentemente las brechas estructurales en accesibilidad física, digital y comunicacional. Este estudio analiza la accesibilidad de las 50 universidades que perciben el mayor financiamiento por el National Institutes of Health. Los académicos alegan que "ninguna de las características de la universidad (ranking de la universidad, edad de la universidad, ubicación geográfica de la universidad o matrícula total) se asocia con los niveles de inclusión, lo cual indica que existe una baja voluntad institucional general sobre la equidad.

Por su parte, en Australia, Harpur et al. (2025), subrayan que, a pesar de la existencia de una legislación robusta, el sistema universitario continúa marcado por el capacitismo estructural y la falta de liderazgo de las propias personas con discapacidad dentro de los espacios de decisión. Este autor indica una estrategia nacional de educación superior liderada por personas con discapacidad para garantizar la plena participación en entornos académicos, ya que la igualdad solo se puede lograr a partir de un marco normativo perdurable -en diálogo con la

Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad de Naciones Unidas. En el Reino Unido y Canadá, sin embargo, la literatura académica es coincidente en que los marcos normativos se han incrementado, pero que aún queda mucho trabajo por hacer en relación a la accesibilidad de la tecnología, la disponibilidad de recursos humanos especializados y el seguimiento de las adaptaciones razonables, especialmente en relación a la educación virtual.

Los sistemas universitarios de estos estados presentan rasgos comunes, una sólida base normativa, y un formal compromiso con la inclusión, pero con restricciones considerables en el día a día. En la mayoría de las instituciones, las políticas no se traducen en transformaciones estructurales que garanticen experiencias educativas plenas y equitativas para los estudiantes con discapacidad por lo que estas investigaciones revelan que incluso en contextos de altos ingresos, la inclusión continúa siendo más un ideal normativo que una realidad institucional sostenida

1.1.3. *Países Europeos*

En Europa, la inclusión educativa de las personas con discapacidad en la educación superior se ha desarrollado en el marco del Espacio Europeo de Educación Superior (EHEA), originado con la Declaración de Bolonia en 1999. El propósito de la reforma es conseguir una educación universitaria inclusiva y de calidad en los países miembros. Pero, los más recientes estudios sistemáticos evidencian las desigualdades que existen entre países europeos en cuanto a la implementación de políticas inclusivas en la institución y la accesibilidad.

De acuerdo a lo expuesto por Solís et al. (2024), las investigaciones más recientes indican que existen seis áreas de atención crítica como la de actitudes hacia la discapacidad, formación inicial del profesorado, accesibilidad y tecnologías educativas, programas de apoyo universitario y barreras sociales y medioambientales que se encuentran vigentes. Aunque países tales como España, el Reino Unido, Italia y Alemania presentan normativas en relación a estas áreas, todavía

encuentran barreras en la homogenización de los servicios de apoyo y en la formación obligatoria del profesorado. En el contexto del EEES, la falta de mecanismos de cumplimiento vinculantes debilita la efectividad de las políticas de inclusión, que acaban siendo más bien retos que no se abordan como obligaciones institucionales.

1.1.4. *Asia y Sudeste Asiático*

En lo que respecta a Asia y el Sudeste Asiático, el desarrollo de la inclusión de las personas con discapacidad en la educación superior y en la educación de las personas adultas para la dignidad en el trabajo se encuentran en un estadio de desarrollo desigual entre regiones. Según el informe de la APO (2025), se destaca que Japón, la República de Corea y Singapur poseen unas políticas institucionalizadas de educación accesible y formación profesional inclusiva. En contraposición a todo eso, países como Bangladesh, Camboya, Sri Lanka y Filipinas vislumbran los avances en los marcos legales a un plano netamente de carácter normativo y no a la práctica cotidiana, esto es debido a la falta de presupuesto y de infraestructura y de seguimiento técnico. Lo que revela que en el conjunto de estos países, las principales barreras para la plena inclusión son la escasez de docentes capacitados, los prejuicios sociales y la limitada accesibilidad a los entornos físicos y digitales por lo que recomiendan fortalecer la colaboración entre gobiernos, universidades y organizaciones de personas con discapacidad para garantizar políticas efectivas de inclusión educativa, ajustadas a los criterios del Convenio sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad de la ONU.

1.1.5. *El Medio Oriente*

En Oriente Medio, los procesos de inclusión en la educación superior se encuentran, en estos momentos, en un proceso de expansión que responde fundamentalmente a las políticas gubernamentales más recientes que tratan de asegurar equitativamente el estudio superior a las

personas con discapacidad. Si en países como el Líbano existen leyes con planteamientos progresistas, las universidades se enfrentan aún a la implementación real de adaptaciones curriculares, capacitación al profesorado y sensibilización del alumnado. Además, se observa una brecha entre los compromisos normativos y la realidad institucional, especialmente en infraestructura y accesibilidad digital (Jaber, Kosremelli, & Stephan, 2025).

Por su parte, Arabia Saudita ha experimentado avances considerables en diciembre de 2024, el Consejo de Educación Superior aprobó una nueva regulación que amplía el acceso de personas con discapacidad a las universidades, garantizando exenciones en pruebas de ingreso y la creación de oficinas de apoyo académico en cada institución. Esta medida busca materializar el principio de igualdad de oportunidades reconocido en la Ley de Derechos de las Personas con Discapacidad del reino (Organización Americans for Democracy & Human Rights in Bahrain, 2025).

1.1.6. Nivel Mesoestructural.

A nivel mesoestructural, la investigación se sitúa en el contexto latinoamericano, donde la inclusión educativa de las personas con discapacidad se configura como un proceso en desarrollo, influenciado por factores socioculturales, políticos e institucionales. A pesar de que América Latina ha progresado en la consolidación de marcos normativos y programas para poder garantizar el derecho al acceso a la educación superior inclusiva, se evidencian todavía brechas estructurales que obstaculizan el acceso, la permanencia educativa y la plena participación de los estudiantes con discapacidad física en las universidades.

En las últimas décadas, la UNESCO, la Red Intergubernamental Iberoamericana de Cooperación para la Educación de Personas con Necesidades Educativas Especiales (RIINEE), entre otros organismos han impulsado políticas regionales que promueven una educación y una

tecnología innovadoras para la inclusión de personas con discapacidad. En el año 2024, esta convocatoria iberoamericana evidenció la importancia de seguir colaborando entre países latinoamericanos y el Ministerio de Educación de España, además de la necesidad de seguir fortaleciendo las competencias docentes y el apoyo psicosocial en el ámbito universitario (UNESCO, 2024).

Según Muñoz et al. (2026), las universidades de las diferentes regiones de Latinoamérica han mostrado un progreso y han llegado a reconocer la inclusión como una dimensión transversal, pero la mayoría de las instituciones universitarias siguen bajo el modelo compensatorio, o en modalidad de adaptaciones individuales en lo que se refiere a la estructura que tienen en su funcionamiento. En su revisión de la producción científica de 2012 a 2024 sobre educación inclusiva en la región, el autor identificó seis conceptos clave para el desarrollo de políticas efectivas como equidad, diversidad, interculturalidad, calidad educativa, discapacidad y justicia social por lo que la educación inclusiva debe ir más allá del acceso físico, incorporando enfoques interseccionales que garanticen una verdadera equidad académica

El Interamericano de Desarrollo (2025) resalta que las políticas públicas inclusivas en Chile y Brasil han logrado reducir la brecha entre matrícula y finalización de estudios para estudiantes con discapacidad, mientras que en países como Perú o Bolivia las tasas de culminación permanecen hasta 48 puntos porcentuales por debajo del promedio de sus pares sin discapacidad. De acuerdo el BID, esas diferencias son muestra de la alta desigualdad en la implementación de políticas educativas inclusivas, ya que incluso los estudiantes con condiciones previas favorables necesitan sostener programas de acompañamiento más allá del ingreso universitario.

Por su parte, tal como expresa Giménez (2024), en su artículo Políticas y Estrategias de Inclusión Educativa en la Educación Superior, la educación inclusiva en América Latina continúa atravesando una constante tensión entre el discurso y la práctica. Para el autor, las universidades necesitan desplegar enfoques institucionales integrales, que interrelacionando en el mismo sentido aspectos como equidad, diversidad y accesibilidad con la innovación pedagógica puedan, no sólo fomentar la inserción de cualquier tipo de personas con discapacidad, sino también el bienestar psicosocial y académico de estas.

1.1.7. Nivel Microestructural.

El nivel microestructural del estudio toma como referente el contexto ecuatoriano, donde las experiencias individuales que tienen los estudiantes universitarios con discapacidad física manifiestan plenamente los avances y las debilidades que tiene el sistema de educación superior inclusivo.

De acuerdo con Zurita et al. (2025), llevado a cabo en la Universidad Estatal de Milagro (Ecuador), muestran una situación concreta de muchas instituciones en la región. Los datos hallados dan cuenta que el 74,1% de los educandos con inconvenientes motores creen que las instalaciones no son totalmente accesibles, ya que los datos sugieren la necesidad de estrategias institucionales que eliminen barreras del entorno arquitectónico y fortalezcan la conciencia inclusiva en la universidad.

Investigaciones actuales coinciden en que, a pesar de los esfuerzos realizados por gobernantes, es inevitable enfrentar dificultades vinculadas a las condiciones materiales y actitudinales del entorno universitario. El trabajo de investigación de Bermeo y Mendieta (2025) desde la Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí, determina que el alumnado que presenta una discapacidad física percibe una serie de barreras que obstaculizan la accesibilidad, tanto en la

accesibilidad física como en la digital y también barreras vinculadas a la utilización de mecanismos de comunicación y a una capacitación del profesorado inclusiva. Asimismo, el autor hace ver que han nacido algunas políticas internas y proyectos de bienestar estudiantil que propician una cultura universitaria inclusiva.

La Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí (ULEAM) es considerada uno de los esfuerzos nacionales en cuanto a la prestación de una educación superior inclusiva, a la Ley Orgánica de Educación Superior. A pesar de la existencia de políticas institucionales, a día de hoy todavía hay limitaciones en la accesibilidad a los espacios físicos, falta de recursos, adaptación de las asignaturas o la escasez de un acompañamiento psicosocial.

1.2. Pertinencia

La pertinencia de estudiar los estilos de vida de los estudiantes universitarios con discapacidad física de la Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí (ULEAM) está en la necesidad de generar conocimiento sobre una población que, pese los avances en materia de inclusión educativa, sigue padeciendo problemáticas que pueden afectarles en su bienestar y desarrollo integral. Si bien hay investigaciones en relación a la discapacidad y la educación superior, escasos son los estudios que caracterizan, de forma concreta, los estilos de vida de los estudiantes con discapacidad física de la universidad desde una perspectiva integral y personológica, y en el contexto de la universidad ecuatoriana.

Además, la factibilidad de la investigación planteada es favorable ya que es la ULEAM la que tiene a la población objeto de estudio y por tanto se accederá a los participantes de las distintas facultades organizando la recolección de información de forma ética. También nos encontramos con la aplicación de las técnicas e instrumentos como la del diario, el anecdotario, el cuestionario autodescriptivo, semiestructuradas entre otras técnicas, lo que favorece ahondar en

los estilos de vida de los estudiantes. Del mismo modo, el tiempo previsto para el desarrollo de la investigación, el acceso al tejido universitario y la disponibilidad de recursos metodológicos garantizan la factibilidad para alcanzar los objetivos planteados.

Finalmente, la necesidad de desarrollar este estudio se fundamenta en el aporte científico, académico y social que sus resultados pueden generar para la comunidad universitaria, la caracterización de los estilos de vida permitirá identificar fortalezas, necesidades y factores que inciden en el bienestar de los estudiantes con discapacidad física, constituyéndose en un insumo para el diseño de estrategias orientadas a fortalecer los procesos de inclusión y favorecer su permanencia. De igual manera, contribuirá a enriquecer la producción científica sobre discapacidad e inclusión en la educación superior, proporcionando evidencia que sirva de referencia para futuras investigaciones y para la toma de decisiones institucionales dirigidas a la construcción de entornos universitarios más inclusivos, accesibles y equitativos.

1.3. Antecedentes.

Una vez demostrada la pertinencia e importancia de desarrollar esta investigación, se procede a realizar una revisión sistemática de la literatura para analizar y profundizar cómo se ha abordado la relevancia que tienen los estilos de vida en estudiantes universitarios con discapacidad física desde la perspectiva psicológica y de la salud mental, esta revisión sistemática permitirá identificar los enfoques teóricos predominantes, las metodologías empleadas y los principales hallazgos en este campo de estudio, con el propósito de fundamentar la pertinencia del enfoque personológico para la presente investigación.

Para llevar a cabo esta revisión sistemática se empleó la estrategia PICO, adaptada a las características de esta investigación, tal cual la población (P) corresponde a estudiantes universitarios con discapacidad física; la intervención o exposición (I) se centra en los estilos de

vida y sus componentes desde diferentes enfoques teóricos; la comparación (C) incluye la contraposición entre el enfoque biomédico, biopsicosocial y personológico para el estudio de los estilos de vida; y los resultados (O) abarcan indicadores de estilo de vida, estudiantes universitarios, y salud mental.

Se llevaron a cabo búsquedas sistemáticas en bases de datos especializadas como PubMed, Scopus, Web of Science, SciELO, Redalyc y Google Académico, para combinar estos tipos de términos a través de operadores booleanos como, por ejemplo: (estilos de vida) AND (estudiantes universitarios).

AND (discapacidad física); (estilo de vida) AND (universitarios) AND (discapacidad física); (salud mental) AND (discapacidad) AND (educación superior); (enfoque personológico) AND (estilo de vida); (biopsicosocial) AND (discapacidad) AND (conductas saludables).

Se establecieron criterios de inclusión: artículos publicados en revistas científicas indexadas, tesis doctorales, libros académicos, estudios de investigación original o de revisión, publicados en los últimos cinco años, en idioma español, o con introducción verificada al español, por otro lado, los criterios de exclusión contemplaron estudios sin metodología claramente definida, artículos de opinión sin respaldo empírico y publicaciones duplicadas.

Mediante este proceso de búsqueda y selección se identificaron diferentes modelos teóricos psicológicos que abordan los estilos de vida en poblaciones universitarias y, específicamente, en personas con discapacidad física.

En primer lugar, se encuentran investigaciones fundamentadas en el enfoque biomédico, que centra su atención en los factores de riesgo y los determinantes sociales de la salud, en segundo lugar, se identificaron estudios basados en el modelo biopsicosocial, que integra factores biológicos, psicológicos y sociales en la comprensión de los estilos de vida, y

finalmente, se localizaron investigaciones desarrolladas desde el enfoque personológico, propuesto fundamentalmente por Mayo (1999) en su tesis doctoral "Estudio de los constituyentes personológicos del estilo de vida", que concibe el estilo de vida como una categoría psicológica compleja que expresa la configuración de la personalidad en su dimensión cotidiana.

Los estudios desde el enfoque biomédico han sido tradicionalmente utilizados para estudiar los estilos de vida en estudiantes universitarios, enfatizando los factores de riesgo para la salud y los determinantes sociales que inciden en el desarrollo de enfermedades crónicas, este modelo se centra en conductas de riesgo como el sedentarismo, la mala alimentación, el consumo de sustancias y la falta de sueño, considerándolas como variables independientes que afectan directamente la salud física.

Desde esta perspectiva, Veramendi et al. (2020) realizaron una investigación de tipo observacional y prospectiva, con enfoque cuantitativo, en una población de 163 estudiantes de la Universidad Nacional Autónoma Altoandina de Tarma, Perú, cuyos hallazgos principales indicaron que los estudiantes presentaron un estilo de vida saludable con una media de 81,9 y una calidad de vida percibida como buena con una media de 152,5, asimismo, se evidenció una relación significativa entre los estilos de vida y la calidad de vida ($r_s = 0,67$; $p \leq 0,000$).

Se concluyó que existe una relación positiva entre los estilos de vida y la calidad de vida vivida por cada participante, este estudio ejemplifica cómo el enfoque biomédico puede establecer correlaciones entre variables, aunque sin profundizar en los mecanismos psicológicos que las vinculan.

De acuerdo con Mery y Gavilanes (2023) realizaron un estudio de corte cuantitativo en el que examinaron la relación entre el bienestar psicológico y la calidad del sueño en estudiantes universitarios, el cual tuvo como muestra a 234 estudiantes universitarios de entre 18 y 30 años

de edad de la Facultad de Jurisprudencia y Ciencias Sociales de una Universidad de Ambato. Los resultados evidencian que no existe correlación entre las variables; en cuanto a la calidad del sueño predominó la mala calidad del sueño (74.4%), en el nivel de bienestar psicológico fue moderado (45.3%); e incluso no se encontraron diferencias significativas de calidad del sueño en función del sexo, hallazgos que contrarrestan las relaciones lineales simples que el modelo biomédico suele asumir.

El trabajo de investigación realizado en la Universidad de Florida Central estuvo destinado a analizar el efecto de un programa de entrenamiento universitario asistido denominado Student Assisted Workout (SAW) para estudiantes que presentan discapacidad física e intelectual. A partir de un enfoque biomédico centrado en la promoción de la salud, la investigación mostró que este programa mejoraba la autoeficacia para el ejercicio, la movilidad funcional y la fuerza muscular de los participantes. Siete de los doce estudiantes evaluados mostraron mejoras en la autoconfianza para practicar actividad física, mientras que ocho de los doce progresaron en las medidas objetivas de la fuerza, lo que pone en relieve las ventajas fisiológicas y psicológicas del ejercicio adaptado (Tucker, Korte, Kilduff, & Pabian, 2022).

Los estudios desde el modelo biopsicosocial, propuesto por Engel (1977) plantea que los estilos de vida deben comprenderse desde la integración de factores biológicos, psicológicos y sociales que interactúan de manera compleja, este enfoque reconoce que los comportamientos relacionados con la salud no pueden explicarse únicamente por variables biológicas o conductuales aisladas, sino que requieren considerar aspectos como el bienestar emocional, la percepción de calidad de vida, las relaciones interpersonales y el contexto sociocultural.

De acuerdo a Maza et al. (2022) realizaron una revisión sistemática de la literatura enfocada en los ámbitos alimenticios y efectos en la salud de los estudiantes, identificando que

los jóvenes universitarios no tienen hábitos alimenticios sanos, este estudio, enmarcado en el modelo biopsicosocial, exploró no solo los patrones alimentarios sino también factores psicológicos como el estrés académico y factores sociales como la influencia del grupo de pares, evidenciando la complejidad de los determinantes del comportamiento alimentario.

De Souza y Figueroa (2020), realizaron una revisión sistemática con enfoque cualitativo donde seleccionaron 47 documentos que cumplieran los criterios de inclusión e identificaron una predisposición de conducta a estilos de vida no saludables que a futuro puede generar afectaciones futuras en la salud física y mental, los autores enfatizaron la importancia de considerar la interacción entre aspectos biológicos (predisposiciones genéticas, condiciones de salud preexistentes), psicológicos (motivación, autoeficacia, regulación emocional) y sociales (apoyo familiar, normas culturales, accesibilidad a recursos).

Rosales et al. (2023) realizaron un estudio con enfoque biopsicosocial sobre estilos de vida en estudiantes de medicina a nivel global mediante el método PRISMA, identificaron que el 25% tenían sobrepeso u obesidad, 40% no eran lo suficientemente activos físicamente, 35% presentaban tabaquismo, 55% tenían dieta inadecuada, 30% sueño insuficiente y 40% consumo de alcohol. Los autores argumentaron que estos comportamientos no pueden entenderse aisladamente sino como resultado de la interacción entre demandas académicas estresantes (factor social), deficientes habilidades de autorregulación (factor psicológico) y vulnerabilidades de salud (factor biológico).

Un estudio fundamental que hace uso del modelo biopsicosocial para tratar los estilos de vida y la salud mental de universitarios con discapacidad es la revisión sistemática llevada a cabo por Solís et al. (2024), ya que su investigación estudia la salud mental de 138,547 universitarios, entre los cuales más de 16,000 presentaban alguna discapacidad, incorporando tanto factores

biológicos como psicológicos y sociales que condicionan el bienestar. Los autores llegan a la conclusión de que, desde el modelo biopsicosocial, los universitarios con discapacidad presentan un mayor riesgo de padecer depresión, ansiedad y estrés académico que se relaciona con las barreras de accesibilidad y la estigmatización social, así como la escasez de apoyos institucionales.

El estudio incide sobre la conveniencia de generar intervenciones universitarias que aborden la salud mental de acuerdo con criterios amplios, equitativos y relevantes en cuanto a la atención, a la accesibilidad física y a los estilos de vida saludables que favorecen el bienestar global del alumnado (Solís, Real, & Barreiro, 2024).

Los estudios desde el enfoque personológico refiere a una perspectiva integradora que trasciende a los modelos previos al considerar el estilo de vida como una categoría psicológica compleja.

Mayo (1999) en su tesis doctoral "Estudio de los constituyentes personológicos del estilo de vida", desarrollada en la Facultad de Psicología de la Universidad de La Habana, propone una conceptualización del estilo de vida como configuración psicológica de la personalidad que integra componentes estructurales y funcionales, estos componentes estructurales incluyen el sistema de roles (conjunto de posiciones sociales que ocupa el sujeto), el sistema de actividades (organización de las actividades cotidianas del individuo) y el sistema comunicativo (red de relaciones interpersonales significativas).

Por otra parte, los componentes funcionales comprenden la orientación temporal (proyecto de vida y perspectiva futura), la autorrealización (expresión de potencialidades en diferentes esferas, incluyendo consumo cultural y comportamiento prosocial) y las estrategias de afrontamiento (modos de regulación ante situaciones problemáticas).

Según Mayo (1999) el estilo de vida no constituye simplemente un conjunto de conductas o hábitos que el individuo adopta de manera consciente y voluntaria, sino una configuración psicológica que expresa la unidad de lo cognitivo y lo afectivo, de lo consciente y lo inconsciente, de lo individual y lo social en la organización de la vida cotidiana del sujeto, esta configuración se construye en el proceso de interacción del individuo con su contexto históricosocial y expresa las particularidades de su personalidad, el estilo de vida, desde esta perspectiva, es tanto resultado como condición del desarrollo de la personalidad.

Este enfoque ha sido desarrollado y aplicado por diversos investigadores en el contexto latinoamericano, en este sentido Mayo y Gutiérrez (2017), en su artículo "Estudio del estilo de vida. Teoría fundamentada e inducción analítica", publicado en la Revista Iberoamericana de Psicología, profundizan en cómo el estilo de vida debe comprenderse como una categoría que integra las condiciones objetivas de existencia con los procesos subjetivos de significación y regulación psicológica.

Además, el estilo de vida no es la suma mecánica de conductas saludables o no saludables, sino una configuración donde cada elemento adquiere sentido en relación con los otros y con el proyecto de vida del sujeto, mismo que resulta fundamental para comprender por qué intervenciones centradas únicamente en modificar conductas específicas tienen limitado éxito a largo plazo.

Prieto (2003), desarrolló una investigación sobre promoción de salud desde el enfoque personológico, enfocándose en estrategias de bienestar y otros hábitos, en su trabajo destacaron el papel preventivo de la actividad física para controlar el estrés y otros aspectos esenciales, argumentó que la promoción de salud efectiva debe considerar no solo la información sobre conductas saludables, sino la manera en que estas se integran (o no) en la configuración del estilo

de vida del sujeto, lo cual depende de múltiples factores personológicos incluyendo valores, motivaciones, competencias de autorregulación y sentido de vida.

En el contexto ecuatoriano, Morán et al. (2016), en el "Compendio de Psicología de la Salud" publicado por la Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí, dedican un capítulo al enfoque personológico del estilo de vida, donde los autores señalan que este enfoque resulta particularmente pertinente para el contexto latinoamericano, donde las condiciones socioeconómicas, las particularidades culturales y las desigualdades estructurales configuran las posibilidades y limitaciones para el desarrollo de estilos de vida saludables, desde la perspectiva personológica implica analizar cómo el sujeto construye activamente su modo de vida en las condiciones concretas de su existencia, proceso en el cual despliega recursos personológicos pero también enfrenta contradicciones, limitaciones y conflictos.

El trabajo de Forero et al. (2023) estudia el bienestar psicológico de estudiantes universitarios con discapacidad desde el punto de vista del enfoque personológico, que destaca dimensiones como la aceptación de uno mismo, la autonomía, las relaciones interpersonales y el propósito vital. Existiendo como vías idóneas para la comprensión de las formas en las que los caracteres humanos, al margen de las barreras físicas o sensoriales, tienen efecto en la construcción de estilos de vida sanos y la autorrealización. Los resultados arrojados por el estudio alcanzan a afirmar que el alumnado con discapacidad expresa altos niveles de competencias relacionadas con el liderazgo, sentido de competencia, resiliencia... y, de este modo, también contribuye intensamente a su propio bienestar emocional y adaptación a la vida universitaria.

El enfoque personológico por su parte también admite la existencia de un papel activo del propio sujeto en la creación de su estilo de vida, superando así perspectivas deterministas que

reducen a las personas con discapacidad simplemente a las consecuencias de influencias externas, en esta manera de mirar permite identificar no sólo limitaciones y factores de riesgo o conductas disfuncionales, sino que también recursos personológicos, potencialidades o capacidades que pueden ser movilizadas en intervención psicológica y promoción de la salud.

Por todo lo anteriormente expuesto, la presente investigación adopta el enfoque personológico propuesto por Mayo (1999) como marco teórico fundamental para caracterizar los estilos de vida en estudiantes universitarios con discapacidad física de la Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí, se considera que este enfoque, desarrollado específicamente para el estudio psicológico del estilo de vida, ofrece las herramientas conceptuales y metodológicas más adecuadas para captar la complejidad y especificidad de esta población.

La exploración de los componentes estructurales (sistema de roles; sistema de actividades; sistema comunicativo) y funcionales (orientación temporal; autorrealización; estrategias de afrontamiento) permitirá realizar una caracterización integral del estilo de vida de estos estudiantes, identificando no solo los comportamientos de salud sino también los procesos psicológicos que la configuran, las tensiones y las contradicciones que tienen que afrontar y los recursos personológicos de que disponen.

Esta comprensión constituye el fundamento necesario para diseñar posteriormente intervenciones psicológicas y programas institucionales culturalmente pertinentes y científicamente fundamentados que promuevan efectivamente la salud, el bienestar y la calidad de vida de estos estudiantes.

Tabla 1

Matriz Sobre la Caracterización de los Estilos de Vida en Estudiantes Universitarios con Discapacidad Física Uleam 2026

Autores	Publicación	Metodología	Modelos Teóricos	Resultados
Engel (1977)	The need for a new medical model: A challenge for biomedicine. Science, 196(4286), 129-136. https://doi.org/10.1126/science.847460	Artículo teoricoconceptual publicado en la revista Science, es propuesta epistemológica y metodológica fundamental en la que se articula el modelo biopsicosocial. Engel lleva a cabo una argumentación crítica hacia el modelo biomédico reduccionista dominante y formula la propuesta de un nuevo paradigma fundamentado en la Teoría General de Sistemas (von Bertalanffy, 1968). La obra tesis la fundamentación filosófica	Modelo Biopsicosocial fundamentado en la Teoría General de Sistemas. Engel propone que la salud y la enfermedad deben entenderse como resultado de la interacción compleja y dinámica entre factores biológicos (genética, fisiología, bioquímica), factores psicológicos (cognición, emoción, comportamiento, personalidad) y factores sociales (familia, comunidad, cultura, contexto socioeconómico). El modelo rechaza el	Propuesta paradigmática fundamental que transformó la comprensión de la salud y la enfermedad. Engel argumenta que el modelo biomédico exclusivamente reduccionista resulta insuficiente para explicar fenómenos complejos como las enfermedades crónicas, los trastornos mentales y las experiencias subjetivas de sufrimiento. El autor demuestra que factores psicológicos y sociales no son meros 'agregados' al proceso biológico sino determinantes integrales de los estados de salud y enfermedad. El modelo biopsicosocial propuesto ofrece un marco conceptual más completo que permite: (1) comprender la multicausalidad de las enfermedades, (2) reconocer el papel activo del paciente como persona integral,

		y científica de la necesidad de la inserción de todos los niveles de organización (de lo molecular a lo sociocultural) para poder hablar de salud y enfermedad humana y viceversa. Este artículo clave se ha transformado en uno de los textos más citados dentro de las ciencias de la salud y sirve de base conceptual para el desarrollo posterior de diferentes procedimientos integrativos dentro de la medicina, la psicología y la salud pública.	reduccionismo biomédico que atribuye toda enfermedad exclusivamente a causas biológicas verificables, y plantea que el ser humano debe ser comprendido desde una perspectiva de sistemas jerárquicamente organizados e interrelacionados. Este enfoque reconoce que lo biológico, lo psicológico y lo social no son dimensiones separadas sino sistemas que se influyen mutuamente en múltiples direcciones.	(3) fundamentar intervenciones terapéuticas holísticas, y (4) desarrollar programas preventivos que consideren la complejidad humana. Este trabajo sentó las bases para el desarrollo de la psicología de la salud, la medicina comportamental, y enfoques integradores contemporáneos. A pesar de sus críticas sobre vaguedad conceptual, el modelo biopsicosocial sigue siendo el marco teórico predominante en educación médica y práctica clínica actual, siendo citado en miles de investigaciones durante las últimas cuatro décadas.
Mayo (1999)	Estudio de los constituyentes personológicos del estilo de vida [Tesis	El concurso de investigación cualitativa de una especificidad descriptivo-explicativa,	Se basa en el enfoque personológico que entiende el estilo de vida como un constructo psicológico	Los resultados obtenidos establecen que el estilo de vida se conforma a partir de los componentes estructurales: el sistema de roles, de actividades y de comunicación y

doctoral, Universidad de La Habana]. Repositorio Institucional Universidad de La Habana. https://accesoabierto.uh.cu/s/scriptorium/item/2180338	derivando del método clínico-personológico, afín a la tradición psicológica cubana. Mayo aborda temáticas relativas a los procesos subjetivos desde el encadenado de los estilos de vida, en la que, utilizando las entrevistas exhaustivas, la observación sistemática, la investigación biográfica desde un caso en particular y la relación entre personalidad, contexto y estilos de vida, mantiene un perfil inductivo- analítico orientado a construir una teoría psicológica de estilo de vida a partir de la interconexión de los	complejo de la interacción entre factores cognitivos, afectivos, motivacionales y sociales. Desde esta vertiente el estilo de vida pone de relieve la organización de la personalidad en la cotidianidad, y a su vez engloba las dimensiones consciente e inconsciente del sujeto. El modelo se aleja de las visiones biomédicas o conductuales, puesto que para este modelo el ser humano, no solo responde a las condiciones externas, sino que igualmente construye su modo de vida a partir de su historia de vida, de sus valores, de sus proyectos y	funcionales: la orientación temporal, la autorrealización y las estrategias de afrontamiento. Mayo pone de manifiesto que el estilo de vida es a un tiempo expresión y condición del desarrollo de la personalidad y que dar cuenta de la dinámica del estilo de vida requiere un análisis de la interacción entre el sujeto y su contexto histórico-social. La conclusión de la tesis es que el trabajo sobre el estilo de vida debe centrarse en el tipo de configuraciones psicológicas que sustentan la conducta y no en las conductas, lo que nos ofrece un marco teórico consistente para el trabajo del bienestar y la salud desde la psicología.
---	--	---	---

		componentes estructurales y funcionalistas de la personalidad.	de sus estrategias de afrontamiento.	
Prieto (2003)	Modelo de promoción de la salud, con énfasis en actividad física, para una comunidad estudiantil universitaria. Revista de Salud Pública, 5(3), 284-300. http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0124-00642003000300005	Investigación de carácter aplicado, que tuvo estructura multinivel en tres fases, conocido como: análisis de problemáticas de enfermedad, problemáticas poblacionales y diseño de modelo conceptual. Usó la revisión de documentos, entrevista institucional y análisis de experiencias anteriores en el marco universitario.	Modelo de promoción de la salud fundamentado en la actividad física y basado en la teoría ecológica de McLeroy y la perspectiva social e histórica de la salud.	El modelo estudió el diseño de un modelo integral de promoción de la salud universitaria, enfocado en la participación del estudiantado y la práctica de la actividad física. Se verificó la alta prevalencia de sedentarismo y cuestiones vinculadas con la salud mental y el tiempo libre. Plantea tres ejes: 1) redes de participación y apoyo social, 2) transformación político-normativa; y 3) acogimiento y reorientación de la función académica hacia formación integral. Se concluyó que promover y fortalecer la cultura institucional preocupada por el autocuidado y la práctica de la actividad física contribuye a generar bienestar y salud en el estudiantado universitario.

Guerrero y León (2010)	Estilo de vida y salud. Revista Educere, 14(48), 13-19. https://www.redalyc.org/pdf/356/35616720002.pdf	Estudio descriptivo-analítico, con un enfoque cualitativo y documental, en base a la revisión y análisis de la bibliografía científica sobre factores principales que determinan el estilo de la vida y la salud. Revisión de literatura científica de hábitos saludables, bienestar y prevención de la enfermedad.	Modelo biomédico complementado con una visión biopsicosocial emergente, ya que aborda los estilos de vida como factores de riesgo o protección de la salud física, pero introduce la influencia de factores psicológicos y sociales en la conducta saludable.	Los autores destacan que el estilo de vida constituye un determinante esencial de la salud y puede ser modificado mediante procesos educativos, preventivos y de promoción de la salud. Concluyen que los hábitos saludables son producto de la interacción entre factores individuales (actitudes, conocimientos, autocuidado) y sociales (entorno, educación, cultura), por lo que la prevención debe centrarse en la educación para la salud. Subrayan la necesidad de pasar del enfoque médico tradicional a uno más integral y participativo.
Morán et al. (2016)	Compendio de Psicología de la Salud. Editorial Mar Abierto. https://libros.uleam.edu.ec/wp-content/uploads/2024/06/compendio-de-	El texto presenta un trabajo revisional y analítico que es elaborado por un grupo de investigadores de la Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí (ULEAM), orientado a	El compendio adopta el modelo personológico del estilo de vida, desarrollado por I. Mayo, como marco conceptual central para la comprensión de la salud en su dimensión psicológica. Este enfoque propone que el	Los resultados conceptuales y aplicativos del compendio muestran que la promoción de la salud requiere comprender las condiciones de vida de las personas en su contexto real y las configuraciones psicológicas que sustentan sus hábitos cotidianos. Se destaca la importancia de analizar los componentes estructurales

<u>psicologia-de-la-salud.pdf?attachment_id=3120</u>	integrar las principales modalidades presentes hoy en día de la como ciencia de la salud. Se estructura a partir de capítulos de tipo temático de la salud que abordan la promoción del bienestar, la prevención de enfermedades, la calidad de vida y la salud mental desde una perspectiva psicosocial que está culturalmente situada. Metodológicamente, entrelaza revisión documental, análisis de tipo teórico y sistematización de experiencias autóctonas de orden académico y comunitario, en donde el saber científico se enlaza	estilo de vida es una expresión de la personalidad en interacción constante con las condiciones sociales, históricas y culturales. Además, se apoya en el modelo biopsicosocial para integrar factores biológicos, psicológicos y sociales en la explicación del bienestar. Los autores sostienen que la salud debe entenderse como una construcción subjetiva, mediada por procesos de sentido, autorregulación y proyectos vitales.	(sistemas de roles, actividades y comunicación) y funcionales (orientación temporal, autorrealización, afrontamiento) del estilo de vida como indicadores de bienestar psicológico. Los autores enfatizan que la intervención en salud debe centrarse en el desarrollo de recursos personológicos, la educación para la salud, la resiliencia y la participación activa del sujeto. El compendio constituye una referencia clave para adaptar el enfoque personológico a la realidad ecuatoriana y fortalecer las prácticas inclusivas y humanistas en la psicología de la salud.
---	--	--	--

		con prácticas de salud desde la visión ecuatoriana y desde la visión latinoamericana.		
Mayo y Gutiérrez (2017)	Estudio del estilo de vida. Teoría fundamentada e inducción analítica. Revista Iberoamericana de Psicología, 10(1), 29–36. https://doi.org/10.33881/2027-1786.rip.10104	La investigación se desarrolla en la línea de un enfoque cualitativo con un tipo teórico-analítico que utiliza fórmulas como teoría fundamentada e inducción analítica. La revisión y el análisis comparativos de investigaciones previas junto con categorías emergentes de casos personológicos estudian cómo ampliar los significados del estilo de vida como categoría psicológica. La metodología utilizada	Se fundamenta plenamente en el modelo personológico del estilo de vida, desarrollado por Mayo (1999), pero lo actualiza al incorporar principios de la teoría fundamentada y de la epistemología cualitativa. Desde esta perspectiva, el estilo de vida es entendido como una configuración psicológica integral que expresa la unidad de lo afectivo, cognitivo y social en la vida cotidiana del sujeto. Los autores plantean que las formas de vida se construyen en la interacción	Los hallazgos conceptuales profundizan en que el estilo de vida no puede reducirse a la suma de conductas saludables, sino que constituye una totalidad estructurada que refleja las estrategias de autorregulación, los proyectos vitales y las formas de afrontamiento que utiliza el individuo frente a las demandas del entorno. Se reafirma que el análisis del estilo de vida requiere una mirada holística que contemple las dimensiones estructurales (roles, actividades y comunicación) y funcionales (orientación temporal, autorrealización y afrontamiento), integrando el sentido personal y social de la acción. Los autores concluyen que el enfoque personológico proporciona un marco idóneo para

		permitirá construir un marco conceptual que articule las relaciones entre personalidad, contexto y significados subjetivos; obedece a la propia lógica de la investigación cualitativa interpretativa y al desarrollo teórico de la psicología de la salud.	entre condiciones objetivas (sociales, culturales, económicas) y procesos subjetivos (motivacionales, valorativos, de sentido), integrando así el análisis del sujeto con su contexto histórico-social.	comprender el bienestar humano, al situar al sujeto como protagonista activo en la configuración de su salud y calidad de vida.
Pérez (2019)	Entre barreras y facilitadores: las experiencias de los estudiantes universitarios con discapacidad. Sinéctica, (53). https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-	Tipo: estudio analítico-descriptivo. Trabajo con un grupo de estudiantes universitarios con discapacidad en dos universidades públicas mexicanas. Se estudian tres momentos: ingreso, permanencia y egreso.	Enfoque de inclusión educativa (políticas institucionales, barreras/facilitadores) y derechos de la educación superior para personas con discapacidad. Se analizan las políticas y estrategias de inclusión institucional.	Se concluye que existe una brecha entre las políticas institucionales inclusivas y la práctica educativa real; los estudiantes enfrentan barreras arquitectónicas y actitudinales, aunque reconocen avances en acompañamiento académico.

109X201900020000

3

Cuamba y Zazueta (2020)	Salud mental, habilidades de afrentamiento y rendimiento académico en estudiantes universitarios. Psicumex, 10(2), 71- 94. https://doi.org/10.36793/psicumex.v10i2.351	Estudio cuantitativo de diseño transversal no experimental. Estudio con una muestra de 688 estudiantes universitarios de la Universidad de Sonora, México (media de 21 años). Se aplicaron dos instrumentos: (1) Escala de Medida de los Síntomas Transversales de Nivel 1 del DSM-5 autoevaluada como indicador de los síntomas de salud mental. (2) Inventario de Estrategias de Afrontamiento (CSI), como medida de las habilidades de afrentamiento. Se hicieron	Modelo Sistémico Cognoscitivista del Estrés Académico (Barraza, 2006) y Modelo Cognitivo de Salud Mental. Integra factores biológicos, psicológicos, sociales y económicos que interactúan para configurar el bienestar mental del estudiante universitario.	Más del 50% de los alumnos padeció problemas relacionados con la salud mental, de los que se identificaron trastornos adaptativos, trastornos del estado de ánimo, trastornos de la ansiedad y problemas acentuados en la realización de habilidades de afrontamiento; además no se hallaron diferencias entre grupos de rendimiento académico de forma estadísticamente significativa; el estudio corroboró que el entorno de la universidad se convierte en un contexto problemático que promueve problemas de salud mental en aquellos estudiantes que carecen de habilidades adecuadas de afrontamiento; evidenciando que se hace necesario establecer programas institucionales de apoyo psicológico y estrategias de afrentamiento adecuadas.
----------------------------	---	---	--	---

		análisis globales y por de carreras, y se compararon con el rendimiento académico a partir de kárdex.		
De Souza y Figueroa (2020)	Estilos de vida de los estudiantes universitarios: una revisión sistemática. Revista da Sociedade de Pesquisa Qualitativa em Motricidade Humana, 4(3), 297-310. https://www.researchgate.net/publication/347733848_Estilos_de_vida_de_los_estudiantes_universitarios_una_revision_sistemica	Investigación cualitativa descriptiva a partir de una revisión sistemática documental. Las fuentes de información consultadas son los artículos de revista publicados en las bases de datos especializadas Redalyc, Scopus, Elsevier, EBSCO y SpringerLink, del año 2014 al año 2020. El proceso de búsqueda, identificación, selección, elección e interpretación de los estudios incluidos siguió criterios	Modelo Biopsicosocial. Los autores conceptualizan los estilos de vida como acciones cotidianas que reflejan actitudes y valores de las personas, relacionados directamente con su calidad de vida. Se enfatiza que la adolescencia-juventud (etapa universitaria) es un período del ciclo vital donde ocurren cambios significativos en el comportamiento y se fortalece el sentido de vida. El estudio integra factores	Los resultados evidencian una clara predisposición de conductas hacia estilos de vida no saludables en estudiantes universitarios. Se identificó que 47% de los estudiantes son sedentarios y no realizan actividad física de forma moderada, mientras que 35% no realiza ninguna actividad que involucre ejercicios de fuerza durante la semana. Esta tendencia de comportamientos no saludables puede generar a futuro un deterioro significativo de la salud física y mental, así como afectaciones en la calidad de vida de los jóvenes universitarios. El estudio subraya que la inactividad física, junto con otros hábitos inadecuados, constituyen factores de riesgo para el

		metodológicos muy estrictos para garantizar la calidad de los estudios que se decidieron incluir. Para el análisis descriptivo de la información se consideraron 47 artículos científicos que cumplían con los criterios de inclusión establecidos. La revisión se centró en detectar patrones, tendencias y hallazgos sobre los estilos de vida en los estudiantes universitarios en relación a la calidad de vida que ellos perciben.	biológicos (vulnerabilidad, condiciones de salud), psicológicos (motivación, autorregulación, factores emocionales) y sociales (relaciones interpersonales, contexto sociocultural) que configuran los estilos de vida de los estudiantes universitarios.	desarrollo de enfermedades crónicas no transmisibles (ECNT) como hipertensión arterial, diabetes mellitus tipo II y obesidad. Los autores enfatizan la necesidad urgente de implementar programas institucionales que promuevan comportamientos saludables, considerando que el contexto universitario es un escenario crítico donde los estudiantes enfrentan múltiples cargas académicas y sociales que impactan sus estilos de vida.
Martínez (2021)	Inclusión Educativa Comparada en UNESCO y OCDE	Estudio observacional, transversal y correlacional con enfoque cuantitativo. Muestra: 163 estudiantes	Basado en el modelo de determinantes sociales de la salud y el enfoque de	Se halló una correlación significativa entre estilos de vida saludables y calidad de vida ($r_s = 0.67$; $p \leq 0.000$). Las dimensiones más destacadas fueron autocuidado y

	desde la Cartografía Social. https://ciencialatina.org/index.php/ciencia/article/view/8141	de la Universidad Nacional Autónoma Altoandina de Tarma (Perú). Instrumentos: Escala de Estilos de Vida ($\alpha = 0.917$) y Escala de Calidad de Vida Percibida (Verdugo et al., 2009; $\alpha = 0.919$).	calidad de vida de la OMS (2017).	manejo del estrés. Los hábitos saludables influyen positivamente en el bienestar físico y psicológico. Se recomienda fortalecer programas universitarios que integren actividad física, manejo emocional y nutrición saludable para promover el bienestar en contextos postpandemia.
Montenegro y Ruíz (2020)	Factores asociados a los estilos de vida en los estudiantes universitarios. Una aplicación del instrumento FANTÁSTICO. https://revistas.udca.edu.co/index.php/rda/fd/article/view/1432	Estudio cuantitativo transversal aplicado a 380 estudiantes universitarios de la Universidad del Atlántico (Colombia); análisis estadístico con SPSS.	Enfoque salud conductual mediante el instrumento FANTÁSTICO, orientado al modelo de promoción de la salud de la OMS	Identifica como factores determinantes del estilo de vida: nutrición, sueño, actividad física, manejo del estrés, consumo de sustancias y tipo de personalidad. Concluye que los estilos de vida inadecuados se asocian con sedentarismo y deficiencia en manejo emocional.
Veramendi et al. (2020)	Estilos de vida y calidad de vida en estudiantes universitarios en	Estudio cuantitativo, observacional y correlacional. Se aplicaron dos escalas validadas vía	Modelo de promoción de la salud y determinantes sociales, contextualizado con la definición de calidad	Se comprobó una correlación positiva significativa ($r_s = 0.67$; $p \leq 0.000$) entre estilos de vida y calidad de vida. Los factores alimentarios, la actividad física y

	tiempo de Covid-19. Revista Universidad y Sociedad, 12(6), 246-251. http://scielo.sld.cu/pdf/rus/v12n6/2218-3620-rus-12-06-246.pdf	cuestionario digital a 163 estudiantes de la Universidad Nacional Autónoma Altoandina de Tarma, Perú. Se emplearon el coeficiente de Spearman y análisis inferencial.	de vida de la OMS (2017) y teorías psicológicas de conducta en salud (autoeficacia y locus de control).	el manejo del estrés fueron determinantes del bienestar percibido durante la pandemia. Se concluye que fomentar la educación nutricional, el autocuidado y la actividad física contribuye a mejorar el bienestar integral en contextos universitarios.
Mayo (2022)	Roles, personalidad y estilo de vida. Hacia una concepción personológica de los roles. file:///C:/Users/HP/Downloads/Dialnet-RolesPersonalidadYEstiloDeVidaHaciaUnaConcepcionPe-8460404.pdf	Estudio teórico reflexivo sustentado en revisión documental y análisis conceptual de la categoría “rol” desde la psicología social y la teoría personológica.	Concepción personológica de los roles combinando el funcionalismo, el interaccionismo simbólico y los fundamentos de la psicología histórico-cultural.	Propone comprender el sistema de roles como unidad estructurante del estilo de vida y la personalidad. Argumenta que los roles sociales configuran la subjetividad individual mediante procesos de interiorización, interacción simbólica y construcción social del sentido personal. Enfatiza la naturaleza generativa y configuracional del “sistema de roles” como núcleo integrador del estilo de vida dentro del enfoque personológico.
Maza et al. (2022)	Hábitos alimenticios y sus efectos en la	Este estudio corresponde a una revisión sistemática de	La investigación se basa en el modelo biopsicosocial de	Los resultados muestran que la mayoría de los estudiantes universitarios tienen hábitos

salud de los estudiantes universitarios. Una revisión sistemática de la literatura. Psicogente, 25(47), 110–140. http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0124-01372022000100110	la literatura científica publicada entre 2010-2021 que investigó los hábitos de alimentación de universitarios y su conexión con la salud física y la salud psicológica. Los autores utilizaron los criterios PRISMA para la revisión y la evaluación de los estudios, incluyendo estudios cuantitativos, cualitativos y estudios mixtos. Se abordaron artículos provenientes de las bases de datos Scopus, PubMed, Redalyc y SciELO. La metodología se centró en encontrar patrones relativos al comportamiento	la salud, ya que entiende que la alimentación y los estilos de vida se producen a partir de la interacción de factores biológicos (nutrición, metabolismo, predisposición genética, etc.), psicológicos (motivación, estrés académico, autorregulación, etc.) y sociales (entorno universitario, cultura alimentaria, redes sociales de apoyo, etc.). Los autores explican que los comportamientos de salud no pueden ser explicados únicamente desde la perspectiva médica o la perspectiva conductual, sino que es necesario articular las dimensiones cognitiva,	alimenticios poco saludables: saltar comidas y un alto consumo de alimentos ultraprocesados, bajo consumo de frutas y verduras y poco control del peso corporal. De esta investigación se desprenden que estos modos de comportamiento están muy relacionados con el estrés académico, la falta de tiempo y la influencia de las características sociales y culturales del entorno, lo que determina efectos adversos en la salud física y la salud mental. Los autores subrayan la importancia de generar programas universitarios de promoción de la salud en la población universitaria bajo el modelo biopsicosocial incorporando intervenciones educativas, estrategias de afrontamiento de estrés y entornos alimentarios saludables. Encuentran que la comprensión holística de los hábitos de alimentación da la posibilidad de abordar en la misma plataforma preventiva,
--	--	---	--

		alimentario, a factores de riesgo y determinantes psicosociales vinculados al establecimiento de hábitos alimentarios saludables o no saludables en la población universitaria.	emocional y social del sujeto.	psicológica y social el bienestar de los universitarios.
Pérez (2019)	Promoción de estilos de vida saludables entre estudiantes universitarios. Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Pública, 39(2), 434-435. http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2308-05312022000200434	Se trata de una investigación de tipo descriptiva y analítica que es llevada a cabo sobre la base de la revisión de la evidencia empírica y el análisis de caso durante la pandemia COVID-19 en estudiantes de medicina de Chile.	Modelo biopsicosocial de la salud con énfasis en los determinantes sociales y espirituales del bienestar en los términos que establece el marco conceptual de la OMS (1948-2020).	El estudio demuestra que el giro hacia las conductas favorables como el ejercicio, la alimentación, la religiosidad o el manejo del estrés constituyen el papel de inmunógenos conductuales protectores; al contrario, la falta de control impulsivo se relaciona con patógenos conductuales asociados que incrementan las probabilidades de morbilidad. Se propone para ello el uso del componente espiritual en ámbitos universitarios como parte de los programas de promoción de la salud y el giro que desde la práctica tradicional de lo físico-mental llegue a una visión multidimensional del bienestar.

Suriá y Ortigosa (2022)	Perfiles de estilos de afrontamiento y relación con el rendimiento académico de estudiantes universitarios con discapacidad. Behavioral Psychology/Psicología Conductual, 30(3), 727-742. https://doi.org/10.51668/bp.8322308s	Investigación cuantitativa, tipo transversal, sobre 153 estudiantes universitarios con discapacidad en una franja de edad de 18 a 26 años. Se aplicó el Brief COPE Inventory para la identificación de estilos de afrontamiento.	Modelo de afrontamiento del estrés (Lazarus y Folkman, 1984) más el modelo biopsicosocial de la discapacidad	30 Suriá Martínez, R. & Ortigosa Quiles, J. M. (2022). Estilos de afrontamiento. Modelo de afrontamiento del estrés de Lazarus y Folkman (1984), que se combina con el modelo biopsicosocial de la discapacidad. Este estudio identificó tres perfiles: activo, evitativo y basado en apoyo social. Los estudiantes con estilos de afrontamiento activos presentan un mayor rendimiento académico y una menor sintomatología emocional. En contraposición, los estilos evitativos se asocian con un menor desempeño y un estado de estrés más alto. Desde la óptica del apoyo social, el estilo de afrontamiento se relaciona con una percepción positiva del contexto universitario. De este modo, se sugiere fomentar el uso de estrategias activas de afrontamiento que sirvan para mejorar el rendimiento académico y casualmente el bienestar psicológico en estudiantes con discapacidad.
--------------------------------	--	---	---	--

Tucker et al. (2022)	Un enfoque innovador para la promoción de la salud y el bienestar para la universidad. Estudiantes con discapacidades intelectuales y físicas: una serie de casos. https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC9644136/	Serie de casos retrospectiva realizada en la Universidad de Florida Central con 12 estudiantes universitarios con discapacidades intelectuales y físicas. Se aplicaron medidas de autoeficacia (SEE), depresión (CES-D) y calidad de vida (SF-12), junto con pruebas de fuerza y movilidad funcional.	Modelo de promoción de la salud y autoeficacia de Bandura (1997) y el enfoque biopsicosocial de la discapacidad.	El programa “Student Assisted Workout” (SAW) mejoró la fuerza muscular, la resistencia aeróbica y la autoeficacia en ejercicio en 58% de los participantes. Los incrementos fueron más notables en quienes presentaban discapacidades intelectuales. Se demuestra que los entornos universitarios pueden actuar como facilitadores del bienestar físico y emocional mediante programas accesibles e inclusivos. El modelo SAW se recomienda como ejemplo replicable de promoción de estilos de vida saludables en personas con discapacidad.
Fernández y Caballero (2023)	Análisis del estilo de vida de los estudiantes universitarios ecuatorianos. Revista San Gregorio, 1(53), 97-126.	Investigación cuantitativa con diseño correlacional descriptivo de corte transversal. La muestra la conformaron 645 estudiantes universitarios ecuatorianos de distintas carreras del área de la salud y ciencias sociales.	Modelo de Determinantes Sociales de la Salud de la OMS y Enfoque Ecológico del Comportamiento Saludable. Se define el estilo de vida como un producto de la	Los hallazgos indican la existencia de diferencias muy significativas por género a lo largo de las dimensiones del estilo de vida. Los hombres fueron significativamente más activos físicamente que las mujeres, quienes, además, mostraron una mayor frecuencia de hábitos alimentarios no adecuados, que recogían la

http://scielo.senescyt.gob.ec/scielo.php?pid=S2528-79072023000100097&script=sci_arttext	La encuesta se administró en línea mediante un cuestionario estructurado y analizó seis variables: (1) datos sociodemográficos (género, edad, nivel socioeconómico), (2) actividad física y ejercicio, (3) consumo alimentario y nutrición, (4) consumo de sustancias (alcohol y tabaco), (5) gestión del estrés y estrategias de afrontamiento, y (6) patrones del sueño. Se realizaron pruebas estadísticas descriptivas (frecuencias, porcentajes, medias) y además, pruebas correlacionales (Chi-cuadrado, correlación de Pearson) con el propósito de estudiar si existían o no	interacción en la que actúan, sobreeponiéndose, factores individuales (características personales, experiencia, conocimientos, actitudes), factores interpersonales (influencia familiar o las redes de pares), factores institucionales (entorno universitario, oferta de servicios), factores comunitarios (acceso a espacios recreativos, normas culturales) y factores de política pública (regulador, programas de promoción de la salud). El estudio presenta el ejercicio de la	omisión de comidas principales, el consumo elevado de ultraprocesados, así como una baja ingesta de frutas y verduras. El consumo de alcohol también mostró pautas diferenciadas, resultando más prevalente en las estudiantes masculinas, especialmente en las que poseían una capacidad adquisitiva económica mayor. Los niveles altos de estrés académico fueron reportados de forma generalizada en ambos géneros, aunque con una mayor intensidad entre las estudiantes de los últimos años de carrera. Los patrones del sueño resultaron ser insuficientes en una proporción significativa de la muestra: muchos estudiantes refirieron dormir menos de 6 horas diarias y tener mala calidad del sueño, comportamientos que se asociaron de forma significativa con la calidad académica y los niveles de estrés. No se identificaron comportamientos saludables de forma consistente en todas
---	---	---	---

		asociaciones importantes entre las variables demográficas y comportamientos de salud. Se analizaron diferencias entre los géneros, entre niveles socioeconómicos y entre las carreras académicas.	salud de los estudiantes universitarios como un proceso determinado por los muchos niveles de influencia que actúan a la vez y que, para que la intervención tenga éxito, hay que analizarlos como un fenómeno multinivel.	las dimensiones exploradas: los estudiantes que cumplían con las recomendaciones sobre actividad física no mostraban necesariamente una alimentación adecuada, así como viceversa. En conclusión, podemos decir que los estilos de vida de los estudiantes universitarios ecuatorianos mostraron ser muy característicos por estar marcados por una gran cantidad de comportamientos de riesgo que requieren de intervenciones integrales preventivasque contemplen las particularidades de género, de contexto socioeconómico y, sobre todo, las exigencias académicas de cada carrera.
Forero et al. (2023)	Bienestar psicológico de estudiantes universitarios con discapacidad de la Universidad de Pamplona y Simón	Investigación cualitativa con un diseño fenomenológico-hermenéutico. La muestra se obtuvo en base a un muestreo intencional o propositivo, conformada	Modelo de Bienestar Psicológico de Carol Ryff (1989) desde la perspectiva eudaimónica. Este modelo multidimensional conceptualiza el bienestar psicológico como el	Los jóvenes adultos con discapacidad de ambas universidades indican niveles de bienestar psicológico diferentes en las diferentes dimensiones evaluadas. Se encontraron fortalezas importantes en algunas dimensiones: muchos de los participantes mostraron elevado propósito

Bolívar de la ciudad de Cúcuta. Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar, 7(5), 4960-4977. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i5.814 <u>1</u>	por estudiantes con diferentes variedades y grados de discapacidad (física, sensorial, cognitiva) matriculados en la Universidad de Pamplona y la Universidad Simón Bolívar en Cúcuta, Colombia. La recolección de información se realizó a través de las técnicas cualitativas que permitieron acceder a las vivencias y los significados construidos por los participantes: (1) entrevistas a partir de un guion semiestructurado en profundidad que exploró las dimensiones del bienestar psicológico y del mismo proyecto de vida,	desarrollo de las capacidades y el crecimiento personal, donde el individuo muestra indicadores de funcionamiento psicológico positivo. Ryff propone seis dimensiones fundamentales: (1) autoaceptación (actitud positiva hacia uno mismo), (2) relaciones positivas con otros (vínculos cálidos y confiables), (3) autonomía (autodeterminación e independencia), (4) dominio del entorno (capacidad para gestionar contextos complejos), (5) propósito en la vida (metas y sentido de dirección), y (6) crecimiento personal (desarrollo continuo del potencial). El	de vida, indicando la claridad de metas educativas y de proyectos futuros que les acompañan a enfrentarse progresivamente a las adversidades cotidianas. La dimensión del crecimiento personal también mostró indicadores positivos, ya que se evidencia que los jóvenes adultos con discapacidad desarrollan estrategias resilientes y de adaptación ante las dificultades. Sin embargo, se identifican áreas de vulnerabilidad: la autonomía y dominio del entorno son en general las dimensiones más afectadas por las barreras arquitectónicas, la ausencia de apoyos institucionales y las actitudes de rechazo por parte del medio donde se mueven. Las relaciones positivas y de ayuda con los otros presentaron resultados mixtos: algunos participantes relataron redes de apoyo muy fuertes (familia, amigos, compañeros solidarios), mientras que otros se sintieron aislados y con dificultades para
---	---	---	---

(2) grupos focales para discutir sobre experiencias, barreras y maneras de afrontar estas experiencias en conjunto. El análisis de datos fue fenoménico y permitió identificar unidades de significado, categorías emergentes y núcleos temáticos a partir de los relatos de los participantes, atendiendo especialmente la categorización de la población y la triangulación de fuentes para garantizar la credibilidad y la transferibilidad de los hallazgos.	estudio integra además la teoría del proyecto de vida como elemento constitutivo del bienestar, entendido como la configuración de aspiraciones, metas y planes futuros que orientan el comportamiento presente del sujeto.	establecer vínculos significativos. Los resultados evidenciaron que el bienestar psicológico de los estudiantes universitarios con discapacidad está muy mediado por las condiciones contextuales: la accesibilidad física, los tipos de apoyos de la institución educativa, las actitudes del contexto social y los recursos de adaptación y las características del proyecto de vida personal. El estudio concluye que las instituciones de educación superior deben implementar estrategias globales que favorezcan no solo la inclusión académica, sino también el bienestar psicológico integral considerando las dimensiones emocionales, relacionales, proyectivas de los estudiantes con discapacidad.
--	---	--

Mery y Gavilanes (2023)	Calidad de sueño y bienestar psicológico en estudiantes universitarios. Revista Científica Arbitrada Multidisciplinaria Pentaciencias, 5(7), 108–115. https://www.editorialalema.org/index.php/pentaciencias/article/view/912/1274	Empleando un diseño correlacional con un enfoque cuantitativo y un diseño transversal se realizó la presente investigación, cuyo objetivo principal era determinar la relación existente entre calidad del sueño y bienestar psicológico en estudiantes universitarios. La muestra estuvo constituida con 234 estudiantes de la carrera de Jurisprudencia y Ciencias Sociales de una universidad de Ambato, cuyas edades estaban entre 18 y 30 años. Se emplearon instrumentos estandarizados (el Índice de Calidad de Sueño de	Fundamentalmente, se basa en el modelo biomédico, puesto que considera la salud a partir de variables fisiológicas como es la calidad del sueño, pero también introduce de una forma incipiente logro aspecto del modelo biopsicosocial, porque relaciona el bienestar psicológico en relación con los factores conductuales y emocionales. De hecho, el estudio considera que los problemas de sueño repercuten directamente en el funcionamiento de la mente, el rendimiento escolar o académico y la salud integral del estudiante, por lo que combina una	Los resultados muestran que no se halla una correlación estadísticamente significativa entre la calidad del sueño y el bienestar psicológico ($p > 0.05$), aunque se aprecia cierta tendencia media de mala calidad del sueño (74,4%) y el bienestar psicológico (45,3%), y no se hallan diferencias significativas por sexo. Los autores consideran que esto es un reflejo de la complejidad de las variables de salud mental, por entender que el bienestar psicológico no depende exclusivamente de la calidad del sueño, sino también de otros factores personales y contextuales. Concluyen que es preferible avanzar hacia modelos integradores que tengan en cuenta de forma simultánea dimensiones biológicas, emocionales y sociales del estilo de vida universitario.
-------------------------	--	---	---	---

		Pittsburgh PSQI y la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff) procediendo a la estadística descriptiva e inferencial. El análisis de los resultados obtenidos persiguió determinar correlaciones entre variables de salud y factores psicológicos relacionados a la calidad del sueño.	visión médica con una aproximación psicosocial de la salud y el bienestar.	
Rosales et al. (2023)	Estilos de vida en estudiantes de medicina: una revisión sistemática. Revista Habanera de Ciencias Médicas, 22(2). http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_a	Revisión sistemática de los estudios que se publicaron entre 2015 - 2022 sobre los estilos de vida en los estudiantes de medicina; revisión de fuentes en Scielo, Redalyc y PubMed.	Modelo de determinantes sociales de la salud y el paradigma ecológico de bienestar universitario.	Se detecta que la actividad física y la imagen corporal son los aspectos del estilo de vida que más han mejorado, y que el descanso, el manejo del estrés y la ordenación personal son los que se han visto más deteriorados. El estudio finaliza argumentando que promover hábitos saludables y tener equilibrio emocional en los estudiantes de Medicina es esencial

rttext&pid=S1729-519X202300020001

4

para su salud global y para que puedan ser promotores de salud en el contexto universitario, favoreciendo la promoción de la salud. Como recomendación para el futuro se puede plantear implementar programas psicoeducativos y de bienestar que contemplen las dimensiones emocional, física y social del estudiantado universitario.

OMS (2023)	Discapacidad y salud. Organización Mundial de la Salud. https://www.who.int/es/news-room/factsheets/detail/disability-and-health	Resumen de datos epidemiológicos mundiales y revisión de políticas públicas internacionales sobre discapacidad, factores estructurales y sociales de la salud, y normas globales.	Modelo biopsicosocial y de determinante sociales de las discapacidades, diseñado bajo la Convención de Derechos para las Personas con Discapacidades (ONU) y la Resolución WHA74.8.	La discapacidad afecta a un porcentaje del 16% de la población mundial (1300 millones). Las personas que padecen discapacidades tienen peor mortalidad, peor estado de salud y mayores dificultades para acceder a servicios debido a un capacitismo, a la pobreza y a la dificultad para acceder a la educación y al empleo. También existen desigualdades en salud, mayor exposición a los riesgos y barreras en los sistemas de salud. Un grupo de expertos en discapacidad recomienda que los Estados miembros adopten una
------------	---	---	---	--

				serie de 40 medidas esenciales para asegurar la equidad, la accesibilidad y la posibilidad de participación social real.
UNESCO (2024)	Países de América Latina y el Ministerio de Educación de España lanzan convocatoria para promover la inclusión de estudiantes con discapacidad. https://www.unesco.org/es/articles/paises-de-america-latina-y-el-ministerio-de-educacion-de-espana-lanzan-convocatoria-para-promover-la	Convocatoria y análisis de experiencias innovadoras inclusivas en educación especial en 19 países latinoamericanos. Basada en recolección de casos, mentoría regional y análisis cualitativo de impacto en prácticas educativas.	Modelo de innovación inclusiva educativa apoyado en la justicia social, el acceso equitativo, el uso de tecnología inclusiva, inteligencia artificial y materiales accesibles, bajo el marco de los ODS (ODS 4).	El proyecto potencia iniciativas que incorporan tecnología y materiales accesibles, inteligencia artificial y entornos inclusivos, para eliminar barreras y fomentar la equidad. Se valora el impacto de prácticas que mejoran aprendizajes y mentoría institucional, con el objetivo de favorecer la inclusión efectiva y la transformación de la educación superior para estudiantes con discapacidad física y otras condiciones.

Espinosa (2024)	Estrategias para la inclusión de estudiantes con discapacidades. Dominio de las Ciencias, 10(2), 1014-1027. https://doi.org/10.23857/dc.v10i2.3895	La investigación se centró en un tipo de investigación cualitativa mediante un proceso de revisión sistemática de la literatura publicada en el tiempo del año 2019 hasta el 2024. A tal fin, se llevó a cabo una búsqueda sistemática en bases de datos científicas como Scopus, Web of Science, SciELO, Redalyc y Google Scholar en usuarios que analizan las estrategias de inclusión educativa de alumnado con diferentes tipos de discapacidad en educación superior. El análisis se estructura a partir de tres ejes: (1) Tecnología de la Información y la	Modelo social de la discapacidad y enfoque basado en los derechos humanos. Se apoya en la Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad (ONU, 2006) , la cual sitúa las barreras no en las propias características personales de las personas, sino en el entorno (barreras sociales, actitudinales, estructurales y contextuales). Asimismo, incorpora el Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA) de CAST (Center for Applied Special Technology) como una propuesta para diseñar ambientes flexibles de aprendizaje desde la misma	Las estrategias de enseñanza diferenciadas (como la personalización del currículo; la utilización de métodos adaptativos; la flexibilidad en las evaluaciones) se identifican y valoran debido a su potencial para dar respuesta a las necesidades de estudiantes con discapacidad, pero se consideró la existencia de obstáculos (barreras) importantes: (1) la brecha digital y el acceso desigual a la tecnología; (2) la escasa formación del profesorado en estrategias inclusivas; (3) la falta de recursos económicos institucionales; (4) la persistencia de actitudes discriminatorias; y (5) la falta de políticas institucionales integrales. Se concluye que una inclusión educativa de calidad requiere una aproximación sistémica que contemple la innovación tecnológica, el cambio pedagógico, la formación de las capacidades de los docentes y el compromiso institucional persistente. Se
-----------------	---	---	--	--

Comunicación (TIC) como recurso que favorece la accesibilidad; (2) las estrategias pedagógicas diferenciadas y adaptaciones curriculares; y (3) la formación del profesorado y la sensibilización institucional. El análisis temático fue la técnica utilizada para poder identificar los patrones, tendencias, oportunidades y barreras relativas a la implementación de prácticas inclusivas. El estudio también recorre las posturas de alumnado y del alumnado: profesorado, personal administrativo e	concepción inicial y no a partir de adaptaciones. Finalmente, la propuesta se apoya en la educación inclusiva de Booth y Ainscow (2002) que entiende la inclusión en las instituciones como proceso de mejora continua institucional, tendente a la eliminación de barreras para la participación de todo el alumnado.	insiste en que la sola inversión en recursos materiales no es sinónimo de inclusión: es necesario un cambio cultural profundo que valore a la diversidad como un enriquecimiento en el proceso educativo.
--	--	---

		institucional y políticas educativas		
Giménez (2024)		Búsqueda documental y revisión exhaustiva de la literatura empírica y normativa sobre la inclusión en la educación superior en América Latina, prestando especial atención al desarrollo del marco normativo paraguayo (Ley N° 5136)	Modelo socioeducativo de inclusión centrado en la equidad, la diversidad y el establecimiento de las políticas para la igualdad de oportunidades en la conexión y la permanencia universitaria.	Por lo que respecta la inclusión educativa es fundamental para conseguir sociedades más justas e inclusivas. Las universidades deberían promover prácticas pedagógicas inclusivas, ajustes razonables, y la formación docente en materia de diversidad. El estudio incide en el hecho de que existen políticas efectivas, una responsabilidad institucional, etc. para llevar a cabo una transformación de la experiencia de los estudiantes con discapacidad en el entorno universitario.
Jalil et al. (2024)	Inclusión educativa universitaria: retos y tendencias en América Latina y el Caribe. Experiencia, 3(1), 70-84. https://doi.org/10.56880/experiencia31.7	El estudio se desarrolla mediante un diseño cualitativo de tipo descriptivo-analítico, orientado a examinar las políticas, prácticas y desafíos actuales de la inclusión educativa en las	Se sustenta en un modelo biopsicosocial de inclusión educativa, al considerar que la participación de las personas con discapacidad en la universidad depende de la interacción entre factores estructurales,	Los resultados señalan que en América Latina y el Caribe persisten brechas significativas entre las políticas inclusivas declaradas y su aplicación real en las universidades. Los autores destacan que los principales retos se vinculan con la escasa accesibilidad física y tecnológica, la falta de formación docente en atención a la

universidades latinoamericanas. Los autores revisan documentos oficiales, marcos normativos y experiencias institucionales, empleando la técnica de análisis documental y comparativo para identificar tendencias regionales. El enfoque metodológico integra una lectura crítica de informes y literatura académica reciente sobre inclusión, equidad y accesibilidad en la educación superior, poniendo especial énfasis en la situación de estudiantes con discapacidad.	pedagógicos, culturales y personales. El artículo adopta una visión sistémica, en la que la inclusión se entiende como un proceso dinámico que involucra la eliminación de barreras físicas y actitudinales, la adecuación curricular y la sensibilización institucional. Este modelo integra dimensiones sociales, psicológicas y educativas del bienestar.	diversidad y la limitada implementación de apoyos psicopedagógicos. Asimismo, evidencian que las instituciones que adoptan un enfoque biopsicosocial logran mayores niveles de participación y bienestar estudiantil. El estudio concluye que avanzar hacia una educación inclusiva requiere políticas intersectoriales, liderazgo institucional y una cultura universitaria centrada en la equidad y el respeto por la diversidad funcional.
---	--	---

Organización Americans for Democracy & Human Rights in Bahrain (2025)	Arabia Saudita: El Consejo amplía el acceso a las universidades para las personas con discapacidad. Biblioteca del Congreso. https://www.loc.gov/ item/global-legal- monitor/2024-12- 04/saudi-arabia- council-broadens- access-to- universities-for- persons-with- disabilities/	Análisis documental de reformas legislativas y políticas inclusivas en Arabia Saudita (2024); revisión de informes jurídicos y prácticos sobre educación universitaria y discapacidad.	Marco normativo saudí de derechos de las personas con discapacidad, alineado con la Convención de la ONU y la nueva Ley de Derechos de Personas con Discapacidad (agosto 2023).	La reforma exige a estudiantes con discapacidad de las pruebas de aptitud para ingresar a la universidad y exige nuevas adaptaciones institucionales en accesibilidad y ajustes razonables. Recalca la obligación nacional de facilitar información accesible y promueve la igualdad real de oportunidades educativas. Las medidas buscan crear universidades plenamente inclusivas y cumplir los estándares internacionales.
Solís et al. (2024)	Tendencias y desafíos en la salud mental de estudiantes universitarios con	Revisión sistemática bajo el protocolo PRISMA; análisis de 16 estudios empíricos sobre salud mental en estudiantes	Modelo biopsicosocial de salud mental y educación inclusiva integral (OMS– ONU).	Se revela mayor prevalencia de depresión, ansiedad, autolesión y riesgo suicida en universitarios con discapacidad respecto a sus pares. Se recomienda fortalecer los servicios de salud mental, implementar

	discapacidad: una revisión sistemática. Behav Sci (Basilea). 14(2):111. https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC10886039/	universitarios con discapacidad (2018–2023), n=138,547 (16,327 con discapacidad).		estrategias de acompañamiento académico y políticas que reduzcan el riesgo emocional y mejoren la inclusión efectiva dentro del entorno educativo universitario.
Solís et al. (2024)	Inclusión de estudiantes con discapacidad en el Espacio Europeo de Educación Superior (EEES): una revisión sistemática. Educación Convincente, 12 (1). https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/2331186X.2024.2430880	Revisión sistemática (2018–2023) bajo el protocolo PRISMA de 31 artículos sobre inclusión universitaria en Europa.	Modelo de educación inclusiva y accesibilidad universal; principios del Espacio Europeo de Educación Superior y la Declaración de Salamanca (UNESCO, 1994).	Identifica seis áreas: percepciones estudiantiles, actitudes hacia la discapacidad, formación docente, tecnología inclusiva, políticas institucionales y barreras sociales. Las universidades europeas tienen aún desafíos importantes en la implementación de una inclusión real, especialmente a nivel metodológico y estructural. Se recomienda formación y políticas consistentes, además del uso del DUA y estrategias inclusivas transnacionales.
Valle et al. (2024)	Las personas con discapacidades	Revisión documental y análisis crítico sobre la	Modelo social y crítico de la discapacidad, con enfoque	Se identifica que la falta de reconocimiento institucional y social de las discapacidades

	invisibles y los retos para visibilizar una problemática educativa urgente. Revista Transdisciplinaria de Estudios Sociales y Tecnológicos, 4(2), 24-32.	situación de estudiantes universitarios con discapacidades invisibles. Se exploran estudios de caso y marcos legales internacionales y mexicanos.	en la visibilización y el reconocimiento legal/educativo de las discapacidades invisibles.	invisibles genera exclusión, barreras de acceso y estigmatización. Los autores proponen fortalecer políticas de identificación, sensibilización y acompañamiento académico para garantizar igualdad de oportunidades y soporte efectivo en universidades. La visibilización adecuada es esencial para la equidad e inclusión educativa real.
Harpur et al. (2025)	Una estrategia de inclusión de la discapacidad dirigida por la discapacidad para el sector de la educación superior. Revista de Política y Gestión de la Educación Superior, 47(3), 368–385. https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1	Investigación cualitativa participativa con cuestionario abierto y grupos focales; participaron 222 personas, 76% con discapacidad.	Modelo sociopolítico de liderazgo inclusivo bajo el principio “Nada sobre nosotros sin nosotros”, con énfasis en el liderazgo de personas con discapacidad en la estrategia universitaria.	Se propone un plan nacional australiano de inclusión dirigido por personas con discapacidad. Destaca la falta de políticas y liderazgo efectivo sobre inclusión en el sector universitario, y plantea como solución la formulación e implementación de indicadores nacionales y estrategias institucionales lideradas y evaluadas por el colectivo de personas con discapacidad. El liderazgo inclusivo es clave para el cambio sistémico.

080/1360080X.2025.

2478537

APO (2025)	Enhancing Disability-Inclusive Employment Policies in Asia. Obtenido de https://www.apo-tokyo.org/wp-content/uploads/2025/05/Enhancing-Disability-Inclusive-Employment-Policies-in-Asia_PUB.pdf	Análisis comparativo regional (Bangladesh, Camboya, Laos, Mongolia, Filipinas, Sri Lanka, Turquía). Incluyó revisión de leyes, entrevistas con expertos en discapacidad y análisis de prácticas nacionales y políticas públicas entre 2023-2024.	Modelo social y derechos humanos de la discapacidad, referenciado en la Convención de la ONU sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad (ONU, 2006) y la teoría crítica del “ableism”.	Identifica avances legislativos, pero persistencia de barreras estructurales en inclusión laboral, poco monitoreo de políticas y falta de datos desagregados. Señala la urgente necesidad de indicadores claros y mecanismos de cooperación, mayor involucramiento de organizaciones de personas con discapacidad, y adaptación de políticas educativas y laborales en Asia. El enfoque regional es replicable para fortalecer la inclusión educativa y la transición a la vida laboral universitaria.
Bermeo y Mendieta (2025)	Inclusión y accesibilidad en los entornos de la educación superior. Revista científica multidisciplinaria arbitrada yachasun -	Investigación mixta: enfoque cuantitativo (cuestionario a estudiantes y docentes) y cualitativo (análisis de resultados y testimonios) en ULEAM, Ecuador.	Paradigma de accesibilidad universal y enfoque institucional integrador para la educación superior.	Se identifican deficiencias en accesibilidad física, digital y en servicios de apoyo; pero también avances en la sensibilización y políticas de inclusión. Recomendamos reforzar la cultura inclusiva universitaria, mejorar infraestructura y tecnologías de apoyo, y fomentar programas a nivel

	issn: 2697-3456, 9(16), 990–1001. Inclusión y accesibilidad en los entornos de la educación superior revista científica multidisciplinaria arbitrada YACHASUN - ISSN: 2697-3456			institucional para la igualdad de oportunidades de estudiantes con discapacidad física.
Cerilli et al. (2025)	Brechas en la inclusión de la discapacidad en las universidades de los Estados Unidos. https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC11753627/	Estudio cuantitativo correlacional con análisis de 50 universidades estadounidenses financiadas por el NIH. Se construyó un índice de inclusión con 10 indicadores de accesibilidad y política universitaria.	Basado en el modelo de inclusión institucional y el marco de accesibilidad digital del Americans with Disabilities Act (ADA).	Los resultados muestran que ninguna variable institucional (ranking, antigüedad, tipo o tamaño) se relaciona significativamente con la inclusión. Se observa una deficiencia generalizada en políticas claras, accesibilidad web y presencia de programas sobre discapacidad. Se insta a las universidades a asumir liderazgo en accesibilidad e igualdad educativa.

Cuichan et al. (2025)	Dificultades de accesibilidad física en docentes y estudiantes universitarios con discapacidad. Revista Científica Multidisciplinaria SAPIENTIAE, 8(16), 502-507. https://doi.org/10.56124/sapientiae.v8i16.031	Investigación con enfoque descriptivo realizada en dos instituciones ecuatorianas: la Facultad de Humanística y Sociales de la Universidad Técnica de Manabí (UTM) y la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí (ULEAM), durante el período enero- abril 2023. El estudio se centró en identificar barreras físicas de accesibilidad que enfrentan tanto docentes como estudiantes con discapacidad en el contexto universitario ecuatoriano. Se utilizaron instrumentos de	Modelo Social de la Discapacidad basado en la Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad (ONU, 2006) y la Clasificación Internacional del Funcionamiento, de la Discapacidad y de la Salud (CIF) de la OMS. Este enfoque entiende la discapacidad como resultado de la interacción entre las características individuales y las barreras del entorno, enfatizando que las limitaciones no residen únicamente en la persona sino en las condiciones estructurales y sociales que restringen la participación plena.	Se identificaron múltiples barreras arquitectónicas y dificultades de accesibilidad física en ambas universidades estudiadas. Los hallazgos evidencian que, a pesar de los avances normativos en Ecuador, persisten limitaciones significativas en la infraestructura universitaria que afectan la movilidad, autonomía y participación plena de docentes y estudiantes con discapacidad física. El estudio resalta la necesidad urgente de implementar adaptaciones razonables y mejoras en accesibilidad, especialmente considerando que en la provincia de Manabí existen 47,420 personas con discapacidad, de las cuales 21.40% corresponde al rango de edad universitaria (19-35 años). Se concluye que la inclusión educativa efectiva requiere no solo políticas institucionales sino acciones concretas para eliminar las barreras físicas del entorno universitario.
--------------------------	---	---	---	--

		evaluación para documentar las condiciones de infraestructura y las dificultades arquitectónicas presentes en ambas instituciones.		
Zurita et al. (2025)	La inclusión de estudiantes con discapacidad física motora en la educación superior: caso Universidad Estatal de Milagro.	Estudio descriptivo transversal con enfoque mixto; cuestionarios aplicados a 40 estudiantes universitarios con discapacidad física en Ecuador.	Modelo social de la discapacidad complementado con la teoría ecológica de Bronfenbrenner.	El 74,1% de los estudiantes manifestó limitaciones de accesibilidad física y falta de adaptaciones curriculares. Se evidencia una tendencia positiva en sensibilización docente, aunque aún insuficiente para la plena inclusión.
	https://polodelconocimiento.com/ojs/index.php/es/article/view/8797			
Jaber et al. (2025)	La discapacidad en la educación superior libanesa: desvelando las	Estudio cualitativo de casos múltiples; entrevistas semiestructuradas con	Perspectiva fenomenológica y constructivista, centrada en las experiencias vividas.	Las universidades libanesas presentan barreras en accesibilidad física, comunicación y apoyo institucional. El estudio resalta la relevancia del

	experiencias de los estudiantes. https://www.frontiersin.org/journals/education/articles/10.3389/educ.2025.1645115/full	cinco estudiantes con discapacidades intelectuales en universidades libanesas.		profesorado y los pares en la integración educativa. Recomienda fortalecer políticas institucionales inclusivas y desarrollar programas de concienciación y accesibilidad universal en el medio académico.
Muñoz et al. (2026)	Educación inclusiva en las universidades latinoamericanas: conceptos, desafíos y perspectivas. https://epsir.net/index.php/epsir/article/view/1899	Revisión de alcance de la literatura científica (2012–2024) en Scopus, Web of Science y SciELO, con análisis crítico y categorización de conceptos clave.	Modelo ampliado de educación inclusiva con enfoque interseccional y de justicia social.	Se identifican como centrales los conceptos de diversidad, equidad e interculturalidad. Se concluye que la educación inclusiva requiere superar únicamente el acceso y promover transformaciones estructurales y pedagógicas para favorecer la equidad, el éxito académico y la eliminación de barreras interseccionales.
UNESCO (2024)	Países de América Latina y el Ministerio de Educación de España lanzan convocatoria para	Análisis e identificación de experiencias innovadoras inclusivas a través de convocatoria regional en 19 países latinoamericanos. Incluye	Modelo de innovación educativa inclusiva orientado por los ODS, el uso de tecnología adaptada, la accesibilidad universal y la justicia social.	Alienta la aplicación de inteligencia artificial, materiales accesibles y prácticas pedagógicas inclusivas para eliminar barreras. La mentoría regional y la transferencia de buenas prácticas institucionales fortalecen la equidad

	promover la inclusión de estudiantes con discapacidad. https://www.unesco.org/es/articles/paises-de-america-latina-y-el-ministerio-de-educacion-de-espana-lanzan-convocatoria-para-promover-la	mentoría, evaluación cualitativa de impacto y sistematización de buenas prácticas institucionales.		educativa y fomentan la transformación estructural para la plena inclusión universitaria de estudiantes con discapacidad física y otros tipos de discapacidad.
Zurita et al. (2025)	La inclusión de estudiantes con discapacidad física motora en la educación. Universidad Estatal del Milagro. file:///C:/Users/HP/Downloads/8797-	Estudio descriptivo transversal, con aplicación de cuestionarios a estudiantes universitarios con discapacidad física motora en Ecuador. Análisis cuantitativo y cualitativo de obstáculos y facilitadores de la inclusión.	Modelo social de la discapacidad y teoría ecológica de Bronfenbrenner.	Se identifican importantes barreras arquitectónicas y actitudinales que limitan la plena inclusión; el 74.1% de los estudiantes percibe falta de accesibilidad física. Se observan avances en sensibilización y apoyo docente, pero persisten retos en adecuación curricular y adaptación de materiales. Se recomienda fortalecer la infraestructura y políticas

46671-1-
PB%20(1).pdf

institucionales, así como los programas de
acompañamiento académico y psicosocial.

Nota. Elaboración propia.

1.4. Justificación.

1.4.1. *Justificación científica-académica.*

La presente investigación aporta tanto como al ámbito científico y al académico ya que amplía el conocimiento sobre los estilos de vida de los estudiantes universitarios con discapacidad física, una población que ha recibido escasa atención en la literatura nacional. El presente estudio permitirá conocer mucho más a fondo los factores que afectan al bienestar, la salud y, en definitiva, la inclusión de estos estudiantes en el entorno universitario. También desde el punto de vista teórico, se aportará al fortalecimiento de enfoques interdisciplinarios entre la psicología desde la perspectiva del enfoque personológico, la educación inclusiva y la salud, constituyendo así información para futuras líneas sobre calidad de vida, hábitos saludables y acomodación del entorno superior educación. Igualmente, los resultados podrán ser usados de referencia en la elaboración de programas de estudios, políticas institucionales y estrategias de inclusión fundamentadas en la evidencia científica.

1.4.2. *Justificación metodológica.*

Desde el punto de vista metodológico, la investigación adoptará una perspectiva metodológica mixta, ya que combina técnicas cuantitativas y cualitativas, lo que permitirá obtener una visión plural del estilo de vida de las personas con discapacidad física. La utilización de encuestas, entrevistas semiestructuradas y grupos focales contribuirá a la triangulación de información, lo que favorece una mayor eficacia y profundización en los resultados.

Por otro lado, el carácter exploratorio-descriptivo de la investigación permitirá encontrar regularidades, comportamientos y percepciones de interés que sirvan de base para posteriores investigaciones más amplias. Esta aproximación metodológica permitirá describir los hábitos y condiciones del alumnado, así como interpretar sus propias experiencias desde una perspectiva

personológica, lo que repercutirá en un desarrollo de métodos más inclusivos y humanizantes en la investigación educativa.

1.4.3. *Justificación social.*

Esta investigación es, desde una visión social, muy significativa, dado que la atención se pone en una población con dificultades para poder participar plenamente en la experiencia universitaria. Entender los estilos de vida de los estudiantes con discapacidad física permitirá poder requerir en términos de las necesidades reales que inciden en el bienestar, el rendimiento académico y el desarrollo personal.

Los resultados podrán servir de inspiración para la elaboración de políticas y programas institucionales que puedan propiciar hábitos de vida saludables, accesibilidad, inclusión y equidad dentro de la Uleam. También van a ayudar a sensibilizar a la comunidad universitaria sobre la importancia de construir entornos más empáticos, respetuosos y adaptados a la diversidad funcional, respaldando así la responsabilidad social universitaria y el cumplimiento de los derechos de las personas con discapacidad.

1.4.4. *Justificación profesional.*

Para los profesionales de la Psicología, esta investigación representa una oportunidad fundamental para desarrollar competencias especializadas en el abordaje de poblaciones vulnerables y la promoción de la inclusión educativa, es así como el estudio de los estilos de vida en estudiantes con discapacidad física permitirá adquirir herramientas teóricas y metodológicas para diseñar intervenciones psicosociales pertinentes basadas en evidencias.

Por ello, la comprensión de las dimensiones del estilo de vida, las barreras que sufren este conjunto de estudiantes y las estrategias de afrontamiento reforzarán la competencia profesional

para realizar diagnósticos contextualizados, trazar planes de acompañamiento integral y trabajar en colaboración interdisciplinar en la construcción de entornos universitarios más inclusivos.

Así mismo, la experiencia investigativa contribuirá con la generación de un perfil profesional que se compromete con los derechos humanos, la equidad y la justicia social, competencias necesarias para poder llevar a cabo una psicología ética en múltiples contextos.

Los hallazgos de esta investigación también aportarán insumos valiosos para la práctica clínica y comunitaria, permitiendo identificar factores protectores y de riesgo específicos que orienten intervenciones preventivas y promocionales dirigidas a mejorar el bienestar integral de las personas con discapacidad física en distintos ámbitos de su vida.

1.4.5. *Justificación facultad/carrera.*

Esta investigación se alinea directamente con la misión formativa de la Facultad y de la carrera de Psicología de la ULEAM, orientadas hacia la generación de conocimiento científico, la responsabilidad social y la promoción del bienestar comunitario, dado que el estudio responde a las necesidades actuales de la universidad de fortalecer sus políticas de inclusión mediante evidencia empírica que sustente la toma de decisiones institucionales.

Desde el ámbito académico, este trabajo enriquece las líneas de investigación de la facultad relacionadas con psicología de la salud, inclusión educativa y desarrollo humano, porque contribuye al posicionamiento institucional en la producción científica regional sobre discapacidad, asimismo, genera antecedentes metodológicos que pueden servir de referencia para futuras investigaciones con poblaciones específicas dentro del contexto universitario.

La caracterización de los estilos de vida de estudiantes con discapacidad física también ofrece a la facultad la oportunidad de visibilizar su compromiso con la diversidad y la equidad, principios fundamentales de la formación universitaria, los resultados podrán traducirse en

recomendaciones concretas para el desarrollo de programas de acompañamiento psicológico, estrategias de orientación vocacional adaptadas y espacios de sensibilización dirigidos a toda la comunidad educativa.

Adicionalmente, la presente investigación refuerza la conexión existente entre la Facultad y las necesidades sociales del contexto, el cual ratifica el rol de una universidad como agente transformador del ámbito social que permite mejorar e implementar la inclusión plena y/o el ejercicio de los derechos sociales.

1.4.6. *Justificación personal.*

La motivación para llevar a cabo esta investigación se deriva de la gran importancia que tiene el asegurar el ejercicio del derecho a la educación superior bajo condiciones de equidad e igualdad de oportunidades para todos/as, sin distinción de sus características físicas.

En la formación universitaria se presentan múltiples barreras que enfrentan los estudiantes con discapacidad física, no solo en términos de accesibilidad arquitectónica, sino también en dimensiones psicosociales que impactan su experiencia académica y su calidad de vida.

Este interés personal se fundamenta en la creencia de que la psicología, como disciplina comprometida con el bienestar humano, debe orientar sus esfuerzos hacia la comprensión de realidades diversas y la construcción de conocimiento que contribuya a la transformación social, por ello caracterizar los estilos de vida de esta población representa una forma concreta de aportar a la visibilización de sus necesidades, fortalezas y potenciales.

De la misma manera, considero que esta investigación constituye un espacio de crecimiento personal y académico que me permitirá desarrollar sensibilidad social, pensamiento crítico y compromiso ético con la inclusión, además la posibilidad de generar insumos que

beneficien directamente a compañeros con discapacidad física, son motivadores que impulsan este trabajo investigativo.

1.5. Pregunta de Investigación.

¿Cuáles son las características principales de los estilos de vida en estudiantes universitarios con discapacidad física de la Uleam?

1.6. Objetivos.

1.6.1. *Objetivo general*

Caracterizar los principales estilos de vida, su influencia y salud mental en los estudiantes universitarios con discapacidad física de la Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí (Uleam) en el año 2026.

1.6.2. *Objetivos específicos*

- Identificar las dimensiones del estilo de vida presentes en los estudiantes universitarios con discapacidad física.
- Analizar los factores de riesgo y de protección de los distintos estilos de vida de los estudiantes con discapacidad física.
- Caracterizar las estrategias de afrontamiento y recursos de apoyo que caracterizan a los estilos de vida de los estudiantes con discapacidad física.

2. CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO

2.1. CONCEPTOS FUNDAMENTALES

2.1.1. *Definición del estilo de vida y evolución histórica hasta el enfoque personológico*

El concepto de estilo de vida ha ido evolucionando profundamente en las décadas más recientes, incorporando entre sus diferentes enfoques aspectos psicológicos, sociales y culturales. Aunque el trasfondo teórico que lo sustenta se puede encontrar en los modelos de la personalidad más clásicos que ponían más énfasis en los patrones de conducta y las motivaciones internas, las investigaciones más recientes revisan este concepto bajo una mirada multidimensional del desarrollo humano, de los contextos socioafectivos o de las dinámicas cotidianas. La literatura más reciente ha presentado al estilo de vida como un patrón relativamente estable de actividades, actitudes y decisiones, es decir, la manera en la que cada persona estructura su vida cotidiana y su modo de relacionarse e interactuar con el medio que lo rodea (Sialer, 2021). A partir de la visión contemporánea, el estilo de vida no puede entenderse únicamente en términos de elecciones, sino que debe ser comprendido como unas manifestaciones donde están presentes factores psicológicos, socioculturales y ambientales.

Distintos autores contemporáneos han señalado que las condiciones sociales, la posibilidad de acceso, la red de apoyo y las experiencias hacen posible la constitución y la modificación de los estilos de vida en diferentes épocas del ciclo vital. Así, Harrizon y Lopez (2024) afirman que los estilos de vida son el resultado de una relación dinámica entre identidad, contexto y estructura social y que para su análisis es necesario incorporar elementos como la participación social, la comunicación, la organización del tiempo y las prácticas de autocuidado.

Desde este reciente marco teórico, el Enfoque Personológico del Estilo de Vida elaborado por el Dr. Mayo Israel Parra, es el enfoque más moderno y completo para entender esta

complejidad del constructo. En el contexto que se ha difundido entre el 2020 y el 2023, este enfoque plantea que el estilo de vida es el modo de expresión integrado de procesos estructurales y funcionales de la personalidad que organizan acciones, motivos y relaciones. Para Mayo (2022), estos procesos se dan con constituyentes estructurales relacionados con los roles, las actividades y la comunicación social y en constituyentes funcionales relacionados con la orientación temporal, la autorrealización y las estrategias de afrontamiento. Así el estilo de vida deja de ser una “forma de vivir” para convertirse en una estructura psicológica profunda que articula identidad, motivación, cultura y relación social.

2.1.2. Definición de discapacidad física y evolución del concepto desde las disciplinas contemporáneas

El concepto de discapacidad física ha sufrido, en especial en las últimas décadas, una gran transformación conceptual, en virtud de los derechos humanos, de la inclusión educativa y las políticas de la accesibilidad. De un tiempo hasta esta parte, la definición de discapacidad física ha sido revisada a partir de las opiniones funcionales y de la imagen ecológica. La propia OMS (2021) entiende el concepto de discapacidad como la situación que resulta de la interacción entre una condición o una alteración de salud, que es la que afecta a la movilidad o la que afecta a la función corporal propiamente dicha, y un conjunto de barreras contextuales que niegan la participación y la posibilidad de realizar la vida cotidiana. Esta definición da a entender la riqueza del medio como el principal elemento y no tanto como la raíz del punto de vista del sujeto centrado en la deficiencia.

Los estudios en el ámbito latinoamericano han determinado que la discapacidad física ha de ser considerada desde una óptica multidimensional que habilite aspectos personales, institucionales, socioculturales y familiares. Como precisa Rubio (2017), el bienestar y la

participación de las personas con discapacidad física dependen, en gran parte, de tener un acceso satisfactorio a diversos recursos, apoyo social, tecnologías de adaptación y a políticas inclusivas. Además, la investigación más actual subraya que la discapacidad física se manifiesta de un modo específico en el contexto universitario con demandas académicas, relaciones personales y exigencias de autonomía funcional. Espinosa et al. (2021) defienden que la discapacidad física puede dar lugar a una serie de conflictos en los ámbitos de la movilidad, la participación, la adaptación emocional o el manejo del estrés en el entorno educativo, cuestión que es importante abordarla desde una visión integradora que considere tanto los aspectos personales como los ambientales de las personas que con discapacidad física.

En este sentido, la comprensión actual de la discapacidad física se aleja de la visión estrictamente patológica de la misma y se sitúa en toda una serie de enfoques teóricos y metodológicos que consideran la interacción entre las capacidades personales, las barreras del entorno, la accesibilidad de las instituciones, los procesos psicológicos relacionados con el bienestar y el desarrollo humano.

2.1.3. Definición de salud mental y evolución conceptual desde perspectivas recientes

En la actualidad, la salud mental, que hasta hace poco estaba asociada a la idea de la ausencia de enfermedad, ha sido repensada y conceptualizada siguiendo modelos más integrales, los cuales incorporan dimensiones emocionales, cognitivas, sociales y funcionales. De acuerdo con la definición del MSP (2022), la salud mental es un estado general de bienestar de los individuos que les permite utilizar sus capacidades, responder a las exigencias de la vida, establecer relaciones satisfactorias y contribuir a la comunidad. En este sentido, la salud mental gira en torno a la regulación emocional y los recursos personales y sociales.

También Sánchez y Villarreal (2011), también afirman que la salud mental de los estudiantes universitarios está determinada por el estrés académico, la calidad de las relaciones interpersonales, la resiliencia, el apoyo social y los estilos de vida, y subrayan que entender la salud mental desde una perspectiva integradora y no solo biológica hace ver que el bienestar psicológico está relacionado no solamente con los factores internos, sino también con las experiencias sociales y académicas que organizan la vida de los jóvenes. Por su parte, investigaciones recientes han demostrado que la discapacidad física puede intensificar la exposición a estresores como barreras de accesibilidad, discriminación, sobrecarga académica o aislamiento social lo cual influye en la percepción de bienestar emocional. Mejía (2025) explica que las personas con discapacidad física presentan mayor riesgo de afectación psicológica cuando sus entornos no ofrecen condiciones adecuadas de accesibilidad, acompañamiento y apoyo socioemocional. De este modo, el contemporáneo concepto de salud mental es extenso, abierto y contextualizado, y correlaciona con la calidad de los estilos de vida, con la existencia o no de redes de apoyo, y con la capacidad de responder adaptativamente a las exigencias de la vida diaria.

2.1.4. Integración de conceptos: Estilos de vida, discapacidad física y salud mental en estudiantes universitarios

La relación existente entre estilos de vida, discapacidad física y salud mental se enfoca más adecuadamente desde el Enfoque Personológico del Estilo de Vida, en la medida en que los estudiantes universitarios con discapacidad física van construyendo sus estilos de vida en función de roles, actividades, redes de apoyo, objetivos personales y estrategias de afrontamiento que repercuten en su bienestar emocional de los alumnos, así como en la forma en que enfrentan las situaciones exigentes que les presentan las actividades académicas.

El sistema de roles permite analizar cómo los estudiantes con discapacidad física hacen frente sus responsabilidades académicas, sociales y familiares y su modificación por los obstáculos físicos o actitudinales. La organización de la vida diaria y académica es otro factor clave, sobre todo en los momentos en los que las tareas docentes exigen adaptaciones específicas o la utilización de recursos tecnológicos. El sistema comunicativo es aquel que pone en relación las redes de apoyo social que favorecen el desarrollo de la resiliencia y la amortiguación de los estresores universitarios.

Respecto a la funcionalidad de los procesos, la orientación temporal está determinada por la proyección del estudiante en el futuro, en el establecimiento de metas y la motivación académica del alumnado. La autorrealización que emerge del consumo cultural y la participación prosocial contribuye a la significación de la identidad, de la pertenencia y del bienestar emocional. Por último, las estrategias de afrontamiento determinan la calidad de la salud mental en gran medida, pues el tipo de afrontamiento que hacen los estudiantes de los problemas –de apoyo social, reevaluación positiva o planificación– determina el sentido de bienestar que perciben, la estabilidad emocional y la adaptación a la universidad.

En suma, todos estos factores dan fe de que disfrutar de un estilo de vida organizado, contar con redes de apoyo, tener metas claras y utilizar estrategias adecuadas para el afrontamiento son elementos que promueven la mejor salud mental en estudiantes con discapacidad física en la universidad, y por el contrario, si se tiene un estilo de vida desestructurado, existiendo barreras sociales que pueden minimizar las oportunidades de participación, entonces existe más riesgo de que se produzcan alteraciones emocionales.

2.2. MODELOS TEÓRICOS

El estudio de los modos de vida y la salud mental en estudiantes universitarios con discapacidad física requiere de un marco teórico suficientemente amplio que nos permita contemplar el fenómeno desde varias dimensiones. En estudios recientes, los modelos biomédicos, biopsicosocial y personológico son los que más adecuadamente explican la forma en que se organizan los modos de vida entre los diferentes grupos poblacionales, mientras que los modelos humanista y ecológico son más adecuados para interpretar la realidad de los estudiantes con discapacidad física y los factores que inciden en su salud mental. La confluencia de estos cinco modelos permite abordar este fenómeno de manera multidimensional, a partir de las variables biológicas, psicológicas, sociales y contextuales que determinan la organización cotidiana, la posibilidad de la autorrealización, la constitución de la identidad o la construcción de las estrategias de afrontamiento en los jóvenes universitarios que están conviviendo con una percepción de motricidad permanente. A continuación se presentan los modelos seleccionados, con una extensión inversamente proporcional a su relevancia, pero con evidencia científica actualizada entre los años 2020 y 2025.

2.2.1. *Modelo biomédico*

El modelo biomédico, aunque históricamente vinculado a las ciencias de la salud, continúa siendo una referencia fundamental para comprender los estilos de vida como patrones de conducta que impactan directamente en la salud física. En investigaciones contemporáneas se ha destacado que, incluso en contextos académicos, los comportamientos asociados al autocuidado, el sueño, la actividad física, la movilidad, el manejo del dolor y los hábitos alimentarios constituyen indicadores clave que permiten evaluar el estilo de vida de los jóvenes universitarios (Jiménez & Ojeda, 2017). Este modelo considera que la salud es el resultado de

procesos fisiológicos y biológicos, y por tanto otorga un papel central a las conductas individuales que pueden favorecer o deteriorar dichos procesos.

En poblaciones con discapacidad física, el modelo biomédico sigue siendo relevante porque permite identificar cómo las condiciones motoras afectan la funcionalidad y el bienestar corporal. Estudios recientes han demostrado que los estudiantes con movilidad reducida pueden presentar mayores niveles de fatiga, dolor musculoesquelético, limitaciones articulares o dificultades posturales, factores que influyen en la organización del tiempo, el rendimiento académico y las posibilidades de participación en actividades universitarias (Mejía, 2025). Desde la perspectiva biomédica, estos elementos son considerados como parte de las manifestaciones fisiológicas de la incapacidad, y por ende su examen permite entender cómo deben adaptarse los estilos de vida a fin de minimizar riesgos y maximizar la salud física.

A pesar de esto, la investigación actual ha advertido que el modelo biomédico es insuficiente para describir fenómenos complejos como los estilos de vida y la salud mental, quien tiende a reducir la realidad del sujeto a sus condiciones orgánicas. Sin embargo, es un punto de partida necesario para dar con aspectos fisiológicos y funcionales que afectan a la calidad de vida y que deben ser incorporados en otros tipos de modelos más extensos. Su valor es que aun cuando el estilo de vida se analice desde enfoques psicológicos o sociológicos, los elementos corporales y fisiológicos siguen siendo determinantes en el bienestar, sobre todo en las personas con discapacidad física.

2.2.1.1. Aportes del modelo biomédico a la comprensión de los estilos de vida.

Gracias al modelo biomédico, se podrá asimilar los estilos de vida como un conjunto de costumbres que permiten influir en indicadores de salud, tales como la capacidad funcional, actividad física, nutrición, descanso, movilidad, manejo del dolor. Últimamente, se ha

demostrado que estos factores están estrechamente interrelacionados con la percepción del bienestar, así como con el funcionamiento psicológico de los estudiantes universitarios. Por ejemplo, Ramírez et al. (2011) encontraron que el descanso, la práctica de ejercicio físico y la dieta son predictores relevantes de la salud mental, incluso en la población sin discapacidad. Este modelo también permite entender de qué manera la discapacidad física sirve como un puente hacia la carga extra que exige cambios en los hábitos de vida. Según los autores Barragán et al. (2023), los estudiantes con limitaciones motoras pueden tener restricciones de movilidad, lo que resta la posibilidad de participar en actividades de ocio o deportivas, perjudicando así su estado de bienestar o su integración social. Desde el modelo biomédico, quedan interpretadas como resultados derivados de la condición del estado físico, pero la literatura más reciente las asocia también a barreras externas de acceso y respaldo de las instituciones.

Desde una perspectiva científico-académica, este modelo nos proporciona una primera aproximación que permite identificar, de manera general, los componentes corporales que se deben contemplar al observar los estilos de vida y su posible repercusión en la salud mental. Sin embargo, su limitado enfoque, únicamente fisiológico, justifica que sea necesario complementarlo con otros modelos más amplios que incorporen la influencia del contexto social, las experiencias, los procesos emocionales o las redes de apoyo emocional suficientemente amplias.

2.2.2. *Modelo biopsicosocial*

El modelo biopsicosocial, el cual ha sido el enfoque empleado en sus últimos trabajos, representa uno de los enfoques más integrales para abordar la comprensión de los estilos de vida en la población universitaria porque aglutina las dimensiones biológica, psicológica y social. De acuerdo con (Sánchez & Villareal, 2011), este modelo permite analizar los estilos de vida como

patrones de conducta que emergen de la interacción entre las características individuales del sujeto, sus recursos psicológicos y las condiciones ambientales que influyen en su comportamiento.

A diferencia del modelo biomédico, el enfoque biopsicosocial reconoce que la salud física y mental se determinan a partir de la interacción entre múltiples factores. Según las investigaciones más recientes, elementos como el estrés académico, la autoestima, la percepción del apoyo social, la calidad de las relaciones personales y las exigencias ambientales son determinantes relevantes de los estilos de vida (Rubio, 2017). En el caso de los estudiantes universitarios este modelo aporta la conexión de las exigencias académicas con los procesos emocionales y las variables del entorno de la institución.

El modelo biopsicosocial es el más idóneo en el caso de alumnos y alumnas con discapacidad física, ya que permite abarcar aspectos que trascienden el propio cuerpo. Como indican Barragán et al. (2023), para este colectivo de estudiantes, los retos están asociados a las barreras arquitectónicas, la carencia de adaptaciones curriculares, las actitudes discriminatorias y las limitaciones en sus propias redes de apoyo, aspectos que sin duda comprometen su bienestar psicológico, y las posibilidades de integración. Este modelo permite comprender cómo estas variables se relacionan con la construcción de los estilos de vida, ya que influyen en la organización del tiempo, en la participación en actividades extracurriculares y en el acceso a relaciones sociales significativas.

La literatura reciente ha demostrado que, en estudiantes universitarios con discapacidad física, la salud mental está mediada por variables como la resiliencia, las estrategias de afrontamiento, la percepción de autoeficacia y el apoyo social recibido (Mejía, 2025). El modelo biopsicosocial contribuye a entender la interacción que tienen, junto con las condiciones

corporales y las condiciones didácticas, los estilos de vida como un proceso concreto. Este modelo tiene sentido cuando se analizan fenómenos tales como el estrés universitario, la ansiedad, la depresión, el aislamiento social, etc., fenómenos que han aumentado en los últimos cinco años según estudios latinoamericanos (Obando, Cabrera, & Torres, 2025).

2.2.2.1. Pertinencia del modelo biopsicosocial para la investigación.

La elección del modelo biopsicosocial en la presente investigación se basa en su capacidad para articular aquellas dimensiones que explican y comentan los estilos de vida y la salud mental, pues permite relacionar los aspectos biológicos que tienen que ver con la discapacidad física con los aspectos psicológicos vinculados a la motivación, la autoeficacia, la regulación del estrés y las emociones, en relación con los componentes sociales que facilitan la inclusión educativa, la participación social y la integración universitaria.

De igual manera, estudios recientes han evidenciado que los estilos de vida saludables, entendidos desde una perspectiva biopsicosocial, se asocian con un mejor rendimiento académico, la existencia de mayores niveles de satisfacción vital y un mejor control del estrés (Guevara, Gaillez, Las Peñas, & Pizarro, 2020). Este modelo ha servido también para que algunos estudios sobre discapacidad física exploren y analicen cómo las barreras estructurales y sociales intervienen en la salud mental, mostrando, por ejemplo, que los estudiantes con discapacidad pueden ser más propensos a experimentar niveles de ansiedad o aislamiento si el contexto educativo no es tal (Barragán, et al., 2023).

Por lo tanto, el modelo biopsicosocial es, en consecuencia, una importante herramienta con la que comprender la realidad que vive el alumnado universitario que presenta discapacidad física, dado que permite analizar la forma en que se interrelacionan el cuerpo y la mente y el medio en la construcción de estilos de vida y en la determinación de la salud mental.

2.2.3. *Modelo personológico del estilo de vida*

El modelo personológico del estilo de vida que por el Dr. Mayo Israel Parra, quiere conseguir el modelo teórico más moderno y apropiado para afrontar los estilos de vida desde una realidad holística, ya que según este enfoque el estilo de vida es la reproducción ordenada de los procesos personológicos del individuo, los cuales se llevan a cabo a través de la manera en la que una persona actúa en los papeles, como organiza las actividades, se comunica con el entorno, hace la proyección de la vida, se crea el sentido de autorrealización y desarrolla las estrategias de afrontamiento.

(Parra & Gutiérrez, 2017) explica que los estilos de vida se estructuran a partir de constituyentes estructurales sistema de roles, sistema de actividades y sistema comunicativo y constituyentes funcionales orientación temporal, autorrealización y estrategias de afrontamiento que interactúan de manera dinámica en la construcción de la personalidad y del comportamiento humano. Este método permite conocer los estilos de vida como sistemas coherentes que contienen la cognición, la emoción, lo afectivo, lo cultural y lo social, no como un simple agrupamiento de formas de actuar.

La relevancia del modelo personológico para esta investigación radica en que provee un profundo marco teórico para conocer cómo los estudiantes universitarios con discapacidad física estructuran sus actividades e interacciones con su entorno, cómo construyen sus metas personales, cómo se articulan en sus redes sociales y cómo hacen frente a los avatares de la vida cotidiana, ya sea académica o emocionalmente. Así mismo, permite conocer también cómo los procesos internos de la persona, como la motivación, la resiliencia, la valoración o la planificación, impactan sobre el bienestar psicológico.

2.2.3.1.Relevancia del modelo personológico para el estudio de la discapacidad física.

El modelo personológico permite ver los estudiantes con discapacidad física cómo redefinen sus roles académicos, familiares y sociales tomando en consideración las exigencias del medio. Barragán et al. (2023) señalan que los estudiantes con condiciones motoras permanentes deben reorganizar sus rutinas para adaptarse a las barreras físicas y sociales, elemento que influye directamente en la estructura de su estilo de vida. Desde el modelo personológico, la discapacidad física no se interpreta únicamente como una condición médica, sino como un factor que influye en los procesos de autorregulación, toma de decisiones, motivación y manejo del estrés.

El sistema de actividades da lugar a grandes dificultades también para esta población, dado que la asistencia a actividades universitarias puede requerir adaptaciones tecnológicas, ayuda institucional o ayuda de terceros. Estudios recientes han mostrado que la participación activa en actividades extracurriculares contribuye de forma importante al bienestar emocional, pero su accesibilidad depende de las instituciones y de la red de apoyo disponibles (Mejía, 2025). Desde la personología, estas actividades son entendidas como expresiones del estilo de vida que reflejan la identidad del estudiante y su interacción con el medio.

El sistema comunicativo o red de apoyo social es otra dimensión clave del modelo personológico que resulta especialmente relevante en el estudio de la discapacidad física. La literatura sugiere que el apoyo social es uno de los factores más influyentes en la salud mental de los estudiantes con discapacidad, ya que facilita la resiliencia, el desarrollo emocional y la integración universitaria (Rubio, 2017). La personología facilita entender de qué forma esas redes contribuyen a la estructura del estilo de vida y cómo compensan las limitaciones corporales a partir de la potenciación del bienestar emocional.

2.2.4. *Modelo humanista*

El modelo humanista es uno de los modelos de psicología que tiene gran relevancia para estudiar el bienestar emocional y la satisfacción de las necesidades psicológicas de los estudiantes universitarios con discapacidad física. Este modelo considera que las personas persiguen y quieren alcanzar la autorrealización y que la satisfacción de sus necesidades ha de ser analizada desde una perspectiva holística que contemple las dimensiones afectivas, cognitivas, sociales y de motivación. Según Guevara et al. (2020), la satisfacción de las necesidades individuales es una de las principales condiciones para el bienestar emocional, especialmente en contextos educativos.

En lo que respecta a los estudiantes que tienen algún tipo de discapacidad física, la satisfacción de las necesidades básicas es una condición sine qua non para el bienestar emocional de la persona que tiene un alumno, por ejemplo, la necesidad de seguridad tiene que ver con los entornos accesibles, las adaptaciones universitarias y la no discriminación; la necesidad de pertenencia tiene que ver con la participación social, la aceptación entre pares y la participación en actividades universitarias; la autoestima tiene que ver con el reconocimiento institucional, el respeto a la diversidad funcional y la valorización de las capacidades del estudiante; la autorrealización tiene que ver con los logros académicos, con participar en las oportunidades formativas, con establecer objetivos personales y con realizar proyectos que permita a los estudiantes alcanzar el máximo potencial.

Investigaciones recientes han corroborado que cuando estas necesidades se satisfacen adecuadamente, por ejemplo, los estudiantes con discapacidad física poseen mejores indicadores de salud mental, presentan un menor estrés y muestran una mayor motivación académica (Mejía, 2025). Este modelo permite comprender, en detalle, la relación que existe entre las barreras

institucionales y la salud mental, así como los estilos de vida, puesto que la vulneración de las necesidades psicológicas básicas o de los estudiantes puede acabar convirtiéndose en ansiedad, aislamiento emocional y estrés académico.

2.2.5. *Modelo ecológico de sistemas*

El modelo ecológico de sistemas sostiene que el desarrollo humano tiene lugar en múltiples niveles de interacción entre el ser humano y su medio. De acuerdo con lo señalado por Obando et al. (2025) dicho modelo permite interpelarse sobre cómo las experiencias de los estudiantes con discapacidad física se vinculan con los distintos sistemas de un modo interrelacionado, como sería el microsistema (con la familia, con los profesores, con los compañeros), el mesosistema (con las interacciones entre los contextos), el exosistema (con normativas institucionales y servicios de apoyo) o el macrosistema (con la cultura, los valores sociales y las políticas educativas).

El modelo ecológico es clave en el estudio de la discapacidad física, este modelo permite indagar cómo las barreras del entorno impactan en la salud mental y en los patrones de vida de los estudiantes. En todo caso, estudios recientes han corroborado de qué modo la interacción entre sistemas o con los sistemas permite explicar cómo la forma de los estudiantes de participar en actividades universitarias, cómo es su relación con sus compañeros o su forma de integrarse en el entorno académico (Barragán, et al., 2023). Cuando el entorno ofrece apoyo institucional, accesibilidad adecuada y aceptación social, los estudiantes presentan mejores indicadores de bienestar psicológico. Sin embargo, la presencia de barreras físicas, actitudes discriminatorias o falta de apoyo institucional puede generar estrés, ansiedad y dificultades en la organización del estilo de vida.

2.2.5.1.Relevancia del modelo ecológico para la presente investigación

La elección del modelo ecológico en esta investigación responde a su capacidad para explicar cómo los factores contextuales influyen en los estilos de vida y la salud mental de los estudiantes con discapacidad física. Este modelo ofrece un análisis de la condición individual, añadiendo además las circunstancias externas que afectan al bienestar emocional y la participación universitaria. Permite entender también cómo los estudiantes han de adaptarse a diferentes ambientes y cómo estos pueden promoverlo o limitar su desarrollo personal.

2.3. AUTORES

La revisión de los estilos de vida, de la discapacidad física y de la salud mental de los jóvenes universitarios queda salvaguardada a partir de la contribución a su comprensión por parte de diversos autores contemporáneos que han llevado a cabo sus indagaciones entre el año 2020 y 2025. Este apartado resume las contribuciones más relevantes de autores con los que fundamentaremos los principios conceptuales y teóricos que nos ocupan en las secciones anteriores, resaltando su interés para la pesquisa actual.

En primer lugar, se debe destacar la contribución del Dr. Mayo Israel Parra, el principal referente en el estudio del estilo de vida desde el prisma de la psicología contemporánea, a partir de la cual se fundamente esta investigación. Su labor de investigación (2020–2023) desarrolla un modelo conceptual que se muestra muy extenso en lo que a concepciones del estilo de vida respecta, en el que enmarcan el contenido de este como un tipo específico o determinado de la propia estructura que organiza las relaciones que dan vida a los diversos procesos, alguno internos, otros externos acciones, motivos, papeles, actividades, redes de apoyo, aspiraciones, formas de afrontar, etc. que desarrollan las personas. Parra y Gutiérrez (2017) afirman que estos procesos se agrupan en constitutivos estructurales y funcionales, que permiten dar respuesta de

cómo las personas construyen sus patrones de acción en función de su identidad, bien en función de sus necesidades y del contexto social. Su aporte es fundamental para esta investigación porque permite observar cómo los estudiantes universitarios con discapacidad física organizan su vida cotidiana, desarrollan estrategias adaptativas frente a la adversidad y construyen sentido de autorrealización en función de sus capacidades y limitaciones.

Otro autor destacado es Silva, quien juntamente con su equipo de investigación propone una interrelación entre estilos de vida, bienestar psicológico y conductas de salud en poblaciones jóvenes. Sialer (2021) menciona que los estilos de vida son patrones de conducta relativamente estables en los que se refleja la organización que una persona permite en su vida cotidiana y que recoge aspectos emocionales, cognitivos, culturales y sociales. Esta misma investigación se centra en que los estilos de vida no pueden enmarcarse como decisiones individuales, sino que fícan ser conceptualizados como constituciones por la influencia de las condiciones del entorno, la cultura institucional y las relaciones y experiencias vividas; y es especialmente importante para el presente estudio, ya que los estudiantes con discapacidad física se ven intensamente condicionados por las oportunidades o por las barreras que ofrece el entorno universitario.

Dentro de la sociología de la salud, las aportaciones de Harrizon y Lopez (2024) han sido determinantes para captar la incidencia de los factores estructurales en la construcción de los estilos de vida. Ambas autoras afirman que las decisiones cotidianas de las personas han de estar condicionadas por factores como la clase social, la educación, las redes de apoyo o las políticas institucionales. Su óptica reafirma la necesidad de estudiar los estilos de vida de los estudiantes con discapacidad física en función de sus situaciones concretas de participación, accesibilidad y prestación de apoyos, en la línea de lo que preconizaba el enfoque biopsicosocial que ha sido trabajado anteriormente.

La literatura de la discapacidad física ha evolucionado también de manera significativa en estos últimos años, y en este ámbito resalta la aportación de Rubio (2017), quien estudia la discapacidad desde una mirada ecológica e inclusiva, y subraya las capacidades de las personas y las condiciones del entorno.

Los autores insisten en la visión multidimensional de la discapacidad física, la cual no puede reducirse a la incapacidad de movimientos, sino ser considerada como un fenómeno complejo en el que intervienen barreras arquitectónicas, sociales, actitudinales y tecnológicas, que pueden ser potencialmente facilitadoras o limitativas del bienestar psicológico de la persona.

Su aportación es indispensable para entender por qué en el ámbito universitario se debe considerar la accesibilidad, el apoyo institucional y la participación social como tres elementos determinantes en la salud mental de los estudiantes sociales con discapacidad física.

En la investigación más concreta en relación con la educación superior, Espinosa et al. (2021) presentan las experiencias de personas universitarias con discapacidad física, analizando las dificultades relacionadas con la movilidad, relación social y participación académica. Sus resultados muestran que la percepción de apoyo de la institución y el uso de servicios de inclusión determinan en gran medida la forma en que la persona estudiante es capaz de adaptarse a la universidad, organizar el tiempo, estructurar las actividades y poner en práctica estrategias de afrontamiento, así como el mantenimiento de la salud mental, que se ve alterada por la presencia de aspectos como estrés por la actividad académica, accesibilidad o la presencia de diversidad funcional dentro de la comunidad educativa. Estos autores coinciden en esos hechos.

La salud mental en entornos universitarios ha sido objeto de un amplio estudio en el periodo 2020-2025, siendo relevante el estudio de Sánchez y Villareal (2011), quienes admiten que la salud mental es un constructo dinámico y determinado por múltiples variables como la

carga académica, las relaciones interpersonales, la resiliencia, los estilos de vida y el apoyo social, su estudio muestra que los estudiantes con algunas barreras de accesibilidad o de discriminación presentan niveles más altos de ansiedad, estrés o desmotivación y que éstas inciden directamente sobre las capacidades cognitivas, el rendimiento académico y la salud psicológica. La relación entre estas variables es muy importante para el estudio que se presenta, ya que proporciona el marco conceptual que le permite comprender la vulnerabilidad emocional del estudiante con discapacidad física.

Por su parte, Mejía (2025) se ha centrado explícitamente en la salud mental de las personas con discapacidad física, aplicando ese modelo a la práctica educativa. Este tipo de trabajo indica que los estudiantes con movilidad se encuentran más expuestos a padecimientos de ansiedad, a la existencia de patrones de aislamiento social o de disminución de la satisfacción con la vida cuando el entorno institucional no les ofrece las debidas adaptaciones. Estos autores defienden un análisis de la salud mental que cuente tanto con los factores psicológicos individuales como con las condiciones ambientales, lo que se traduce de nuevo en la lógica del modelo biopsicosocial y la adecuación de incorporar el modelo ecológico en esta investigación.

En el ámbito de los enfoques humanistas, Guevara et al. (2020) han reinterpretado la teoría de las necesidades humanas en la educación superior, considerando que la satisfacción de las necesidades de pertenencia, autoestima, seguridad y autorrealización constituye un condicionante para el bienestar emocional, ya que sus datos dejan claro que los estudiantes con discapacidad física presentan mayores dificultades en la satisfacción de estas necesidades debido a la existencia de las barreras actitudinales, arquitectónicas y tecnológicas que dificultan su participación. Esto nos va a permitir conocer los estilos de vida asociados cuando no se

satisfacen las necesidades básicas y por qué la salud mental de los estudiantes puede verse alterada si no son atendidas.

Finalmente, dentro del enfoque ecológico, es importante destacar los aportes de Obando et al. (2025), autores que analizan cómo la interacción entre distintos sistemas familiar, institucional, comunitario, sociocultural, entre otros, afecta a la inclusión educativa del alumnado con discapacidad física. Afirman que una adaptación exitosa para el estudiante no depende sólo de las capacidades individuales del mismo sino de la manera como los diferentes sistemas se articulan para ofrecer oportunidades de apoyo, guía y participación. Este enfoque resulta ser muy importante para poder entender cómo el estilo de vida y la salud mental son afectados por las políticas universitarias, el acceso, la cultura institucional y las redes de apoyo del propio estudiante.

En definitiva, la fundamentación que ofrecen estos autores permite realizar el análisis de los estilos de vida y de la salud mental en el alumnado universitario con el tipo discapacidad física desde posiciones actuales, coherentes e integradoras con aquellas que han sido descritas previamente en modelos teóricos. Sus aportes no solo enriquecen la base conceptual de esta investigación, sino que también orientan la interpretación de los resultados, al ofrecer un marco actualizado que explica la interacción entre factores personales, ambientales y sociales en la configuración del estilo de vida y el bienestar psicológico de esta población.

2.4. Matriz Operacionalización

Tabla 2

Matriz de Operacionalización

Disciplina	Modelos	Autores	Concepto	Dimensión	Indicadores
Psicología	Modelo Biomédico	Jiménez y Ojeda (2017); Mejía (2025)	Explica los estilos de vida desde la condición física, la movilidad, el dolor, el sueño y la energía corporal.	Sistema de actividades	Movilidad cotidiana o día a día; presencia de algún dolor; número de horas de descanso; frecuencia de prácticas de autocuidado; fatiga sentida.
Psicología	Modelo Biomédico aplicado a discapacidad física	Jiménez y Ojeda (2017)	Interpreta la discapacidad física como limitación funcional que afecta prácticas y roles académicos.	Sistema de roles	Consecución de rol como estudiante; necesidad de hacer adaptaciones; pausas por síntomas físicos; independencia funcional.
Psicología	Modelo Biopsicosocial	Sánchez y Villareal (2011); Rubio (2017)	Considera que los estilos de vida son el resultado de la interacción de factores biológicos, cognitivos, emocionales y sociales.	Sistema comunicativo (red de apoyo social)	Apoyo de la familia; apoyo del profesorado; interacciones con compañeros; la percepción de inclusión; la calidad de relaciones interpersonales.

Disciplina	Modelos	Autores	Concepto	Dimensión	Indicadores
Psicología	Modelo Biopsicosocial aplicado a discapacidad física	Rubio (2017) Barragán et al (2023)	La discapacidad física depende de la interacción entre limitaciones motoras y barreras del entorno.	Estrategias de afrontamiento	Manejo del estrés; búsqueda de apoyo; resolución de problemas; reevaluación positiva; resiliencia.
Psicología	Modelo Personológico del Estilo de Vida	Parra y Gutiérrez (2017)	El estilo de vida es una estructura integrada de roles, actividades, comunicación, metas y afrontamiento.	Sistema de roles	Participación académica; desempeño del rol universitario; adaptación del rol a la discapacidad.
Psicología	Modelo Personológico (temporalidad)	Parra y Gutiérrez (2017)	El estilo de vida incluye metas personales, planificación y orientación hacia el futuro.	Orientación temporal	Claridad de metas; organización del tiempo; proyección académica; priorización de actividades.
Psicología	Modelo Personológico (autorrealización)	Parra y Gutiérrez (2017)	La autorrealización tiene que ver con actividades culturales, sentido de logro y conductas prosociales.	Autorrealización	Participación cultural; satisfacción personal; motivación; conducta prosocial.
Psicología	Modelo Humanista	Guevara et al. (2020);	La salud mental depende de satisfacer necesidades psicológicas como	Sistema comunicativo	Trato recibido; pertenencia; integración en grupos;

Disciplina	Modelos	Autores	Concepto	Dimensión	Indicadores
		Mejía (2025)	seguridad, pertenencia y autoestima.		percepción de inclusión universitaria.
Psicología	Modelo Humanista aplicado a estilos de vida	Guevara et al. (2020)	La salud psíquica depende de impulsar necesidades psicológicas y/o sociales como la seguridad, pertenencia y autoestima.	Estrategias de afrontamiento	Regulación emocional; resiliencia; motivación intrínseca; manejo de frustraciones.
Psicología	Modelo Ecológico de Sistemas	Obando et al. (2025); Barragán et al. (2023)	La discapacidad física depende de las interacciones entre familia, universidad, comunidad y políticas.	Sistema de actividades	Participación en clases; uso de recursos accesibles; acceso a espacios universitarios; participación institucional.
Psicología	Modelo Ecológico aplicado a salud mental	Obando et al. (2025)	El bienestar psicológico surge de la interacción entre los sistemas del entorno.	Sistema comunicativo	Apoyo familiar; apoyo institucional; acompañamiento docente; pertenencia a redes comunitarias.
Psicología	Enfoque Personológico aplicado a discapacidad física	Parra y Gutiérrez (2017);	Articula estilo de vida, discapacidad física y salud mental como procesos integrados.	Estrategias de afrontamiento	Flexibilidad psicológica; uso de apoyos; adaptación a barreras; persistencia ante obstáculos.

Disciplina	Modelos	Autores	Concepto	Dimensión	Indicadores
		Mejía (2025)			

Nota. Elaboración propia.

3. CAPÍTULO III: METODOLOGÍA

3.1. Tipos de investigación.

3.1.1. *Exploratoria*

¿Por qué se elige este tipo de investigación?

Se eligió la investigación exploratoria debido a que el estudio de los estilos de vida y su influencia en la salud mental de los estudiantes con discapacidad física constituye una temática poco investigada y con escasos antecedentes empíricos en el contexto universitario. Este tipo de investigación resulta adecuado cuando el problema de estudio no ha sido tratado lo suficiente o cuando el área de literatura existente es bastante restringida. Para Hernández et al. (2018), los estudios exploratorios se llevan a cabo en aquellas ocasiones en que el fin último es el de investigar un tema poco estudiado, ya que del mismo se desconoce o tiene dudas o no se tiene acceso a información que lo determine claramente, sirviendo para preparar el camino para investigaciones posteriores. Además, de la investigación se hace un primer acercamiento al fenómeno que se investiga, con el fin facilitar la comprensión inicial del problema y la identificación de variables significativas.

¿Cuáles son las Características?

La investigación exploratoria se distingue por su flexibilidad, falta de un diseño definido, es decir que no establece conclusiones determinadas, sino una primera aproximación al fenómeno, permitiendo identificar variables relevantes, categorías orientadas al análisis y relaciones posibles entre los factores analizados. Según Hernández et al. (2018), se trata de un tipo de estudio que permite al investigador ir conociendo el fenómeno en estudio aportando información previa al desarrollo del proceso investigativo y que permite delimitar el problema.

Permite al investigador familiarizarse con el contexto, como el identificar categorías de análisis y comprender la complejidad del problema. Además, se apoya en la revisión bibliográfica y en la observación del fenómeno en su entorno natural, también su investigación es abierta y dinámica, lo que favorece la adaptación del estudio conforme se obtiene nueva información.

¿Cómo se aplica el tipo de investigación exploratoria al tema investigado?

Se aplica explorando aquellos estilos de vida relacionando y cómo influyen en la salud mental en los estudiantes con discapacidad física, se exploran aspectos relacionados con los hábitos, la interacción social, las redes de apoyo y las estrategias de afrontamiento lo que permite comprender cómo estas variables se relacionan entre sí y afectan el bienestar emocional. De esta manera, se obtiene una visión general que orienta el desarrollo del estudio y la selección de dimensiones relevantes.

3.1.2. *Descriptiva*

¿Por qué se elige este tipo de investigación?

La investigación descriptiva fue la elegida por permitir, a partir de una relación del contenido, en detallar de manera objetiva y especificar las características de los estilos de vida y los Indicadores de salud mental que presentan los estudiantes con discapacidad física. Este tipo de investigación es adecuado si se conoce cómo se expresan determinadas variables en una determinada población, sin intervención con ellas. Hernández et al. (2018) señalan que los estudios descriptivos buscan especificar propiedades, características y perfiles importantes de personas, grupos o comunidades, su uso contribuye a una mejor comprensión del fenómeno desde una perspectiva empírica.

¿Cuáles son las características?

La investigación descriptiva se caracteriza por observar y describir los fenómenos tal como ocurren en la realidad, sin manipular las variables, permite identificar patrones, frecuencias y características dentro de la población estudiada, apoyándose en instrumentos que facilitan la recolección y sistematización de la información. Según Tamayo y Tamayo (2003), este tipo de investigación proporciona una representación clara y precisa del fenómeno, contribuyendo a una mejor comprensión de la realidad investigada.

Asimismo, se apoya en instrumentos de recolección de datos que facilitan la sistematización de la información por lo que este tipo de investigación ofrece una representación clara y detallada del fenómeno, lo que favorece el análisis e interpretación de los resultados obtenidos.

¿Cómo se Aplica el tipo de investigación descriptiva al Tema Investigado?

En esta investigación, el tipo de investigación descriptivo se aplica al caracterizar los estilos de vida de los estudiantes con discapacidad física, describiendo aspectos como el autocuidado, la participación social, el apoyo familiar y la actividad académica. De igual forma, permite describir indicadores de salud mental como el bienestar emocional, el estrés y la adaptación psicológica, esta información contribuye a conocer la situación actual de la población estudiada y a identificar posibles áreas de intervención psicológica.

3.1.3. Clasificatoria

¿Por qué se elige este tipo de investigación?

Se eligió la investigación clasificatoria porque permite organizar y estructurar la información obtenida a partir de criterios teóricos, facilitando un análisis integral del fenómeno de estudio, por lo que este tipo de investigación resulta útil cuando se requiere ordenar los datos en dimensiones o categorías que permitan comprender el funcionamiento psicológico del

individuo, este tipo de investigación resulta útil cuando se requiere ordenar los datos para comprender la complejidad del objeto de estudio.

De acuerdo con Hernández et al. (2018), la clasificación de la información permite delimitar variables y organizar los resultados de manera sistemática, favoreciendo su interpretación. Desde el enfoque personológico, la clasificación contribuye a analizar los estilos de vida de manera sistemática y coherente. Además, facilita una comprensión más profunda de la relación entre los estilos de vida y la salud mental.

¿Cuáles son las características?

La investigación clasificatoria se distingue por su capacidad para agrupar la información en categorías o dimensiones que se encuentran previamente definidas, lo que permite una ideal organización y una ideal recuperación de los datos e información. Permite integrar distintos aspectos del funcionamiento personal y social del sujeto, considerando tanto aspectos estructurales como funcionales. Bisquerra et al. (2019) proponen que este tipo de investigación convierte la clasificación de la información en un marco que permite una aproximación holística del sujeto, ya que organiza la información de acuerdo con dimensiones teóricas que resultan relevantes.

Además, facilita la comparación entre diferentes áreas del funcionamiento personal y social del individuo. Asimismo, integra aspectos estructurales y funcionales, ofreciendo una visión holística del sujeto por lo que este tipo de investigación favorece la interpretación de los resultados desde un marco teórico específico.

¿Cómo se aplica el tipo de investigación clasificatoria al tema investigado?

En el presente estudio, la investigación clasificatoria se aplica organizando los estilos de vida de los estudiantes con discapacidad física en dimensiones estructurales y funcionales. Las

dimensiones que revisten una naturaleza estructural hacen referencia a lo que se ha llamado el sistema de actividades, el sistema comunicativo (red de apoyo social) y el sistema de roles, por su parte, las dimensiones funcionales hacen referencia a la autorrealización, las estrategias de afrontamiento y la orientación temporal. La propuesta es entender de forma integral, en el sentido en que las dimensiones inciden en la salud mental e integra un conjunto de factores para dar a conocer la problemática que se investiga.

3.2. Métodos

3.2.1. *La Investigación Mixta o Metodología Mixta*

La Metodología Mixta puede ser entendida como un enfoque de investigación que combina los datos cuantitativos y cualitativos y los respectivos análisis y conclusiones de manera sistemática, dentro de un único estudio o de una serie de investigaciones, todo con la finalidad de buscar una mayor y más profunda comprensión del fenómeno de estudio (Hernández, Fernández, & Baptista, 2018).

Este enfoque es capaz de superar la oposición entre el paradigma positivista y el interpretativo, pues se sitúa en un marco filosófico de carácter pragmático y útil (Troncoso & Petermann, 2024).

¿Por Qué se Elige la Metodología Mixta?

La justificación para emplear el método mixto reside en la naturaleza compleja del objeto de estudio: el Estilo de Vida Personológico de estudiantes con discapacidad física, un solo enfoque resulta insuficiente para capturar tanto la estructura como el significado de este fenómeno.

El método cuantitativo permite la medición rigurosa de los patrones de comportamiento asociados al estilo de vida como el sistema de roles, y actividades en la muestra, proporcionando

una visión general (Mendoza & Hernández, 2018). El método cualitativo, por su parte, aporta la riqueza narrativa por ejemplo en el anecdotario y la entrevista semiestructurada, indispensable para comprender las experiencias, motivaciones y conflictos subjetivos que modulan esos patrones.

La integración de los resultados cuantitativos y cualitativos permite la triangulación, lo que aumenta la validez y la solidez de las conclusiones (Maldonado, Vizcaíno, Ramón, Astudillo, & Allaica, 2025). Por ejemplo, las puntuaciones bajas en el cuestionario (EV-4) sobre "Estrategias de Afrontamiento" (dato cuantitativo) pueden ser explicadas y contextualizadas por las narrativas de los participantes en la entrevista semiestructurada (dato cualitativo).

El estilo de vida, según Mayo (2022) es una construcción de la personalidad para caracterizar los seis constituyentes personológicos, se requiere medir lo observable (cuestionario) y explorar lo subjetivo (entrevista, anécdotas), haciendo del método mixto la única ruta metodológica capaz de articular esta visión holística.

¿Cuáles son las Características del Método Mixto?

Las características esenciales del método mixto se manifiestan en su diseño, su recolección y su análisis.

De acuerdo con Mendoza y Hernández (2018) primero se recogen y analizan los datos cuantitativos como el EV-4 para identificar patrones estadísticos. Posteriormente, se recogen los datos cualitativos tales como anécdotas y entrevistas de los participantes seleccionados, con el fin de explicar o profundizar el significado de los resultados numéricos iniciales, el objetivo es que la comprensión final sea superior a la que se obtendría al usar cada enfoque por separado.

Se fundamenta en el pragmatismo, un enfoque que busca utilizar las herramientas metodológicas más adecuadas para responder a preguntas de investigación complejas (Troncoso

& Petermann, 2024). Dada la necesidad de una caracterización personológica profunda, el componente cualitativo tendrá una importancia crucial en la fase de interpretación, aunque el cuantitativo (EV-4) establezca la línea base de la caracterización.

Permite contrastar los hallazgos de un método con los del otro, esta acción de triangulación aumenta la validez y confiabilidad de los resultados, al corroborar patrones estadísticos con el significado personal y la experiencia de los participantes (Maldonado, Vizcaíno, Ramón, Astudillo, & Allaica, 2025).

¿Cómo se Aplica al Tema Investigado?

La aplicación se centra en la medición y el análisis de los seis constituyentes personológicos a los niveles estructurales y funcionales del estilo de vida.

Estructurales:

1. Sistema de roles.
2. Sistema de actividades.
3. Sistema comunicativo (red de apoyo social).

Funcionales:

4. Orientación temporal.
5. Autorrealización (Consumo cultural y comportamiento prosocial).
6. Estrategias de afrontamiento.

La aplicación de los instrumentos se define así:

En primer lugar, el Anecdótico donde se solicita narrar tres anécdotas relevantes de su vida, este análisis busca identificar la posición del sujeto ante el conflicto (agente o víctima), las etapas de su vida y la carga emocional, lo que revela sus estrategias de afrontamiento y autopercepción (Parra, Chávez, & Gutiérrez, 2025).

En segundo lugar, la Hoja del Día, da paso al registro detallado de las actividades cotidianas y uso del tiempo, que complementa al EV-4, verificando el sistema de actividades y la orientación temporal en la práctica diaria.

En tercer lugar, la Entrevista Semiestructurada, para explorar y profundizar el significado de los resultados del EV-4, enfocándose en las áreas de conflicto o inconsistencia que surjan de los datos cuantitativos.

Por último, el Cuestionario Autodescriptivo del Estilo de Vida (EV-4): Esta herramienta exploratoria que incluye otras técnicas como Anecdótico y Hoja del Día, elaboradas por Mayo (1999), Gutiérrez y Mayo (2017) mismo que permitirá obtener puntuaciones cuantificables de las constituyentes.

3.3. Técnicas de Investigación

3.3.1. *Anecdótico*

¿Por Qué se Elige el Anecdótico?

La aplicación del Anecdótico tiene el objetivo de constatar aspectos del estilo de vida que se expresan en situaciones concretas y significativas del sujeto (Parra, Chávez, & Gutiérrez, 2025). Permite acceder a los momentos de mayor tensión emocional o conflicto que revelan los mecanismos internos de la personalidad.

El Anecdótico evidencia las facetas específicas del estilo de vida que se manifiestan a través de vivencias de gran impacto emocional o conflictivo en la vida del participante, esta técnica de relato focalizado permite capturar cómo el sujeto opera y reacciona ante eventos concretos, lo cual es esencial para comprender las estrategias funcionales de su personalidad.

¿Cuáles son las Características?

Consigna Para el Participante.

Las anécdotas son historias cortas de la vida real. Cuéntanos tres historias cortas de la vida real en las que hayas sido uno de los protagonistas y que creas que vale la pena compartir porque representan un acontecimiento clave o importante en tu vida.

Aspectos Para el Análisis de Contenido.

Para la interpretación de las anécdotas, se considerarán los siguientes elementos, que permiten el acceso a los constituyentes funcionales del estilo de vida:

- **Posición del Sujeto:** Identificación del papel que el sujeto asume en la narración, por ejemplo, como agente activo, tomador de decisiones o receptor pasivo y víctima de las circunstancias.
- **Marco Temporal:** Identificación del contexto temporal en el que se desarrollan los hechos narrados, ya sea en un pasado reciente, intermedio o distante.

Núcleo del Argumento Detectar:

- Que la experiencia narrada haya sido claramente estresante.
- La presencia de conflictos de roles, por ejemplo, entre el rol de estudiante y el rol familiar.
- Las estrategias de afrontamiento desarrolladas para resolver el conflicto.
- La valencia afectiva o carga emocional predominante asociada con el episodio, la cual puede ser positiva, negativa o ambivalente.

Emergencia de Temas: reconocimiento de los temas ejes recurrentes (ej., autonomía, dependencia, discriminación, superación).

Detección de Omisiones (Ausencias): comprobación de temas o periodos que a su vez pueden considerarse relevantes no aparezcan. Aquí se confronta con la información obtenida a través del cuestionario (EV-4).

¿Cómo se Aplica al Tema Investigado?

El Anecdótico es crucial para explorar las Estrategias de Afrontamiento del estudiante con discapacidad física, porque al narrar anécdotas significativas, muchas de ellas relacionadas con su discapacidad, se puede identificar cómo el sujeto se posiciona ante las adversidades, por ejemplo, si externaliza la responsabilidad, si utiliza la resiliencia (afrentamiento efectivo) o si utiliza la evitación, el análisis de su rol (agente vs. víctima) ofrece claves sobre su autopercepción y su capacidad de autoafirmación.

3.3.2. *Hoja del Día.*

¿Por Qué se Elige la Hoja del Día?

El empleo de la Hoja del Día es esencial para verificar la expresión de los componentes personológicos del estilo de vida en el momento actual del sujeto, mediante el registro pormenorizado de su cotidianidad (Gutiérrez & Mayo, 2017).

Ofrece un detalle minucioso del uso del tiempo y las interacciones sociales que no es posible capturar con la misma precisión en el cuestionario.

¿Cuáles son las Características?

Consigna Específica.

“La hoja del día es como el recuento de lo que tú haces en un día normal, debes escribir todo lo que haces desde que te levantas hasta que te acuestas a dormir”

Análisis de Contenido Enfocado en la Rutina y la Recurrencia:

- Roles predominantes y conflictos cotidianos: Aquellas situaciones estresantes que, por ser recurrentes, tienen un efecto desestructurador acumulativo.
- Amplitud del Sistema de Actividades y sus niveles (académico, ocio, autocuidado).

- Sistema de Comunicación: Con quién, dónde y de qué manera se comunica, muestra la funcionalidad de su red de apoyo social.
- Ausencias: Tareas críticas que deberían presentarse, y que no lo están (ej., actividades de ocio o bien de planificación).

¿Cómo se Aplica al Tema Investigado?

La Hoja del Día es clave para analizar el Sistema de Actividades y la Autorrealización dada su propiedad para ver de manera cuantitativa el tiempo real del estudiante dedicado a actividades de consumo cultural o comportamiento prosocial, y compararlo con el tiempo dedicado a las actividades necesarias más cercanas a la discapacidad que presenta o el tiempo despilfarrado, mostrando de qué forma abre su sistema de actividades.

- La Hoja del Día detalla cómo el estudiante distribuye su tiempo, lo que es esencial para evaluar la amplitud del Sistema de Actividades, en el contexto de la discapacidad física, este registro permite identificar si el tiempo es desproporcionadamente consumido por actividades instrumentales relacionadas con el autocuidado o la gestión de barreras (movilidad, acceso), lo que limitaría las actividades destinadas a la Autorrealización y el ocio.
- Al registrar las interacciones diarias, se puede observar el funcionamiento práctico del Sistema Comunicativo (red de apoyo social), el análisis determina si el contacto social se limita a peticiones de ayuda o si, por el contrario, se extiende a interacciones afectivas y de esparcimiento.
- La técnica permite documentar los conflictos cotidianos y las fuentes de estrés que son recurrentes en el entorno universitario, estos conflictos, a pesar de su aparente levedad

individual, tienen un efecto acumulativo que puede desestructurar el estilo de vida y socavar las Estrategias de Afrontamiento del estudiante a largo plazo.

- Finalmente, el grado de estructuración o caos en el registro del día ofrece indicios sobre la Orientación Temporal a corto plazo, evidenciando si el sujeto logra una planificación funcional de su presente a pesar de los desafíos de su condición física.

3.3.3. Entrevista Semiestructurada.

¿Cuáles son las Características?

La entrevista semiestructurada se caracteriza por combinar preguntas previamente establecidas con la posibilidad de profundizar en aspectos emergentes durante la interacción con el entrevistado. Esta técnica permite cierta flexibilidad al investigador, siendo capaz de captar las percepciones, las experiencias, los significados, entre los de los participantes. Para Sampieri et al. (2018), la entrevista semiestructurada, no solo facilita la obtención de información profunda y contextualizada, sino que permite mantener también una guía que orienta el proceso de recolección de datos.

¿Cómo se Aplica al Tema Investigado?

En esta investigación, la entrevista semiestructurada se aplica ante todo para profundizar en las experiencias subjetivas de los estudiantes con discapacidad física para abordar sus estilos de vida y su salud mental. A través de esta técnica se exploran vivencias personales, percepciones de bienestar, estrategias de afrontamiento y el impacto de la discapacidad en su vida cotidiana. La información obtenida complementa los datos cuantitativos, permitiendo una comprensión más amplia y humana del fenómeno investigado.

Entrevista Semiestructurada

Caracterización de los Estilos de Vida y Salud Mental en Estudiantes Universitarios con Discapacidad Física, Uleam 2026.

Ficha sociodemográfica.

Nombre: _____

Sexo: ☐ Femenino ☐ Masculino

Edad: _____ años

Estado civil: ☐ Soltero/a ☐ Unión libre ☐ Casado/a

Nivel socioeconómico: ☐ Clase Media Alta ☐ Clase Media Clase ☐ Media Baja

Situación laboral actual: ☐ Estudia ☐ Estudia y trabaja ☐ No trabaja

Tiempo con la discapacidad: ☐ Congénita ☐ Adquirida

Facultad:

☐ Ciencias de la Salud

☐ Ciencias de la Educación

☐ Ciencias Sociales

☐ Ciencias de la Vida y Tecnologías

☐ Ciencias Administrativas, Contables y Comercio

☐ Ciencias en Ingeniería, Industria y Construcción

Porcentaje de Discapacidad Física: _____

Bloque Abierto

1. ¿Qué piensa sobre de los estilos de vida y cómo influyen en la salud mental?
2. ¿Qué elementos o características según su opinión definen o integran un estilo de vida?
3. ¿Cómo define su estilo de vida y cómo repercute su estilo de vida en su salud mental?

4. ¿Cómo percibe usted los estilos de vida en la etapa de su vida universitaria?
5. ¿De qué manera su discapacidad física ha influido en su salud mental y su estilo de vida?
6. ¿Qué estrategias utilizaría usted para mejorar su estilo de vida y su salud mental?

Bloque Cerrado

1. Desde su perspectiva, ¿cuál considera que ha sido la influencia de su discapacidad física en la manera en que vive y se relaciona con su medio en lo que concierne a su estilo de vida?
2. ¿La discapacidad física tiene impacto sobre la manera en la cual reorganiza o desarrolla su propia vida académica y personal?
3. ¿Estima que su discapacidad física ha incidido en los papeles que asume dentro del seno de la familia, la universidad o la agrupación social?
4. ¿Dispone de apoyo social que tome en cuenta la discapacidad física, cuando se siente en la adversidad emocional o académica?
5. ¿Su discapacidad física ha influido en su participación en actividades culturales, recreativas o solidarias que le generan satisfacción personal?
6. A partir de lo que hemos conversado sobre sus actividades, roles y sus redes de apoyo, ¿qué piensa usted de su estilo de vida en general?

Bloque Específico

1. ¿Cuáles son los principales roles que desempeña actualmente en su vida (por ejemplo, estudiante, hijo/a, amigo/a, etc.)? De esos roles, ¿cuál considera que es el más importante o predominante para usted en este momento?

2. ¿Qué tipo de actividades lleva a cabo con más frecuencia en su vida cotidiana y cuáles son las actividades ha modificado o dejado de hacer debido a su discapacidad física?
3. ¿Con quién mantiene más comunicación o apoyo en su vida cotidiana y piensa que estas relaciones juegan un papel importante en su estilo de vida y en la forma de afrontar su discapacidad física?
4. Cuando tiene que afrontar problemas emocionales o situaciones asociadas a su discapacidad física, ¿qué hace para salir adelante?
5. ¿Cómo considera que su discapacidad física influye en sus metas, proyectos de vida y en la forma en que busca su realización personal?
6. ¿Cómo se proyecta a futuro y qué papel cree que tendrá su discapacidad física en sus metas y planes de vida?

3.3.4. Cuestionario Autodescriptivo del Estilo de Vida (EV-4).

¿Cuáles son las Características?

El Cuestionario Autodescriptivo del Estilo de Vida (EV-4) es un instrumento sustentado en el enfoque personológico del estilo de vida, desarrollado por Mayo y Gutiérrez. Se trata de un cuestionario de metodología cuantitativa, centrado este en el comportamiento conmovedor de las diferentes categorías de sujetos, a excepción de la población infantil. El EV-4 constituye el instrumento central de una metodología más amplia en la que se incorporan técnicas complementarias a la misma como la narración de vida, el anecdotario y la hoja del día, permitiendo esto una evaluación integral del estilo de vida (Gutiérrez & Mayo, 2017).

Con respecto a su validez, una versión anterior del instrumento (la EV-3) fue validado en Cuba por (2011), evidenciando niveles aceptables de fiabilidad y de consistencia interna. Entro tanto, se han utilizado versiones más actualizadas de la EV-4 en distintas investigaciones

publicadas, lo que pone de manifiesto la conveniencia metodológica y teórica para abordar el estudio del estilo de vida desde la óptica personológico (Gutiérrez & Mayo, 2017; Mayo, 2022; Parra, Chávez, & Gutiérrez, 2025).

¿Cómo se Aplica al Tema Investigado?

El EV-4 se utiliza en la investigación para evaluar los estilos de vida de los estudiantes con discapacidad física, introduciendo las dimensiones estructurales y funcionales del enfoque personológico. La aplicación del instrumento es individual, ya sea como entrevista semiestructurada permitiendo llegar a la recogida de información acerca de actividades, redes de apoyo, roles, autorrealización, estrategias de afrontamiento y orientación temporal. Sus resultados triangulan con otras técnicas, lo que refuerza la validez de los datos y que permite analizar el efecto del estilo de vida en la salud mental de los sujetos estudiados.

3.4. Población y Muestra

La población del presente estudio estuvo conformada por estudiantes con discapacidad física matriculados en la Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí (ULEAM), campus Manta, durante el período académico 2026-1. De acuerdo con la información proporcionada por Dirección de Bienestar, Admisión y Nivelación Universitaria, durante dicho período se registraron aproximadamente 100 estudiantes con discapacidad física, quienes constituyeron la población de interés de la investigación.

La selección de esta población respondió al propósito de caracterizar los estilos de vida de estudiantes universitarios con discapacidad física, considerando que compartían un mismo contexto académico, aunque presentaban diferentes características personales, familiares y sociales que podían influir en la organización de sus actividades cotidianas y en la manera de afrontar las exigencias propias de la vida universitaria. A partir de esta población se identificaron

los participantes que cumplieron con los criterios establecidos para formar parte del estudio y que aceptaron participar de manera voluntaria, conformándose posteriormente la muestra de investigación.

Con relación a la muestra, en el estudio se consideró un total de 28 estudiantes universitarios que presentaban algún tipo de limitación física, con la finalidad de recoger información variada sobre los estilos de vida y las posibles influencias que podían tener las áreas académicas en la salud mental. Con la finalidad de lograr una caracterización sociodemográfica compensada, se alcanzó una participación equitativa por sexos, con 14 estudiantes de sexo masculino y 14 de sexo femenino.

La caracterización por edad se llevó a cabo en tres rangos etarios: el rango de edad de 18–20 años (10 estudiantes: 5 hombres y 5 mujeres), el rango de edad de 21–23 años (10 estudiantes: 5 hombres y 5 mujeres) y el rango de edad de 24–27 años (8 estudiantes: 4 hombres y 4 mujeres); de esta forma se pretendió captar las variaciones vinculadas con el ciclo formativo y con las variaciones que imprimían las rutinas, las responsabilidades y los hábitos.

Con respecto a la condición económica, la muestra se organizó en base en tres niveles que se distribuyeron de forma equivalente para que hubiera representatividad interna. Estructurada así la muestra, los niveles de condición económica por cada clase social serán: 8 estudiantes de clase media-alta, 10 de clase media, y 10 de clase media-baja. Asimismo, para que hubiera diversidad en las experiencias según por el entorno formativo de pertenencia de los participantes, cada uno de ellos perteneció a una de las seis facultades, las cuales se distribuyeron homogéneamente de la siguiente manera: Ciencias de la Salud (5), Ciencias de la Educación (5), Ciencias Sociales (5), Ciencias de la Vida y Tecnológicas (5), Ciencias Administrativas, Contables y Comercio (4), Facultad de Ingeniería, Industria y Construcción (4).

Estas dos últimas se incluyeron para completar la cobertura de distintas áreas de formación en la ULEAM y ampliar la variabilidad de estilos de vida según demandas académicas y contextos estudiantiles.

Criterios de Inclusión. Para participar en el estudio, los informantes deben cumplir con los siguientes criterios:

- Ser estudiante regularmente matriculado en la Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí (ULEAM), campus Manta, durante el período académico 2026-1.
- Contar con un carnet de discapacidad vigente que acreditara la presencia de discapacidad física.
- Tener 18 años o más al momento de la recolección de la información.
- Haber otorgado su consentimiento informado de manera voluntaria.
- Encontrarse en condiciones cognitivas y comunicativas que permitieran responder adecuadamente.

Criterios de Exclusión. Los informantes serán excluidos del estudio si cumplen con alguno de los siguientes criterios:

- No encontrarse matriculados en la Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí (ULEAM), campus Manta, durante el período académico 2026-1.
- No contar con un carnet de discapacidad vigente que acredite la discapacidad física.
- Negarse a firmar o revocar el consentimiento informado en cualquier etapa del estudio.
- No completar la aplicación de los instrumentos de investigación o abandonar el proceso de recolección de información antes de su finalización.

- Tener dificultades graves de comunicación que imposibiliten la comprensión de las preguntas o la expresión de sus respuestas.

3.4.1. *Matriz general de informantes*

Tabla 3

Matriz general de informantes

Variable	Categoría	Cantidad
Sexo	Masculino	14
	Femenino	14
Edad	18-20 años	10
	21-23 años	10
	24-27 años	8
Estatus económico	Clase Media Alta	8
	Clase Media	10
	Clase Media Baja	10
Áreas de conocimiento	Facultad Ciencias de la Salud	5
	Facultad Ciencias de educación Turismo Artes y	5
	Humanidades	
	Facultad Ciencias Administrativas, Contables y Comercio	4
	Facultad de Ingeniería, Industria y Construcción	4
	Facultad Ciencias de la Vida y Tecnologías	5
	Facultad Ciencias Sociales	
	Derecho y Bienestar	5

Nota. Elaboración propia.

3.4.2. Matriz de perfil sociodemográfico de los informantes (n = 28)

Tabla 4

Matriz de perfil sociodemográfico de los informantes (n = 28)

Informante	Edad	Sexo	Estado civil	Carrera Universitaria	Semestre que cursa actualmente	Tiempo de discapacidad	Estado socioeconómico	Situación laboral actual	Facultad	Red de apoyo familiar
001	20 años	Masculino	Soltero	Psicología	3er semestre	Congénita	Medio alto	Solo estudia	Ciencias de la Salud	Sí
002	19 años	Femenino	Soltera	Educación Inicial	2do semestre	Congénita	Medio alto	Estudia y trabaja	Ciencias de Educación, Turismo, Artes y Humanidades	Sí
003	20 años	Masculino	Soltero	Trabajo Social	2do semestre	Congénita	Medio alto	Solo estudia	Ciencias de la Educación	Sí
004	18 años	Femenino	Soltera	Ingeniería Ambiental	1er semestre	Congénita	Medio alto	Solo estudia	Ciencias Sociales	Sí
005	20 años	Masculino	Soltero	Marketing	3er semestre	Adquirida	Medio alto	Estudia y trabaja	Ciencias Administrativas, Contables y Comercio	Sí

Informante	Edad	Sexo	Estado civil	Carrera Universitaria	Semestre que cursa actualmente	Tiempo de discapacidad	Estado socioeconómico	Situación laboral actual	Facultad	Red de apoyo familiar
006	19 años	Femenino	Soltero	Ingeniería Civil	2do semestre	Adquirida	Medio alto	Solo estudia	Ingeniería, Industria y Construcción	Sí
007	19 años	Masculino	Soltero	Enfermería	2do semestre	Adquirida	Medio alto	Estudia y trabaja	Ciencias de la Salud	Sí
008	20 años	Femenino	Soltera	Educación Básica	3er semestre	Adquirida	Medio alto	Solo estudia	Ciencias de la Educación	Sí
009	18 años	Masculino	Soltero	Trabajo Social	2do semestre	Adquirida	Medio	Solo estudia	Ciencias Sociales	Sí
010	19 años	Femenino	Soltera	Biología	2do semestre	Adquirida	Medio	Estudia y trabaja	Ciencias de la Vida y Tecnologías	Sí
011	21 años	Masculino	Soltero	Gestión de Talento Humano	2do semestre	Adquirida	Medio alto	Solo estudia	Ciencias Administrativas, Contables y Comercio	Sí

Informante	Edad	Sexo	Estado civil	Carrera Universitaria	Semestre que cursa actualmente	Tiempo de discapacidad	Estado socioeconómico	Situación laboral actual	Facultad	Red de apoyo familiar
012	22 años	Femenino	Soltera	Ingeniería Civil	7mo semestre	Congénita	Medio	Estudia y trabaja	Ingeniería, Industria y Construcción	Sí
013	23 años	Femenino	Soltera	Educación Básica	6to semestre	Adquirida	Medio alto	Solo estudia	Ciencias de la Educación	Sí
014	23 años	Masculino	Soltero	Enfermería	6to semestre	Adquirida	Medio alto	Estudia y trabaja	Ciencias de la Salud	Sí
015	23 años	Masculino	Soltero	Derecho	3er semestre	Congénita	Medio alto	Solo estudia	Ciencias Sociales	Sí
016	22 años	Femenino	Soltera	Ingeniería Agropecuaria	3er semestre	Adquirida	Medio	Estudia y trabaja	Ciencias de la Vida	Sí
017	22 años	Masculino	Soltero	Administración de Empresas	4to semestre	Adquirida	Medio	Estudia y trabaja	Ciencias Administrativas, Contables y Comercio	Sí
018	23 años	Femenino	Soltera	Ingeniería Civil	5to semestre	Congénita	Medio	Solo estudia	Ingeniería, Industria y Construcción	Sí

Informante	Edad	Sexo	Estado civil	Carrera Universitaria	Semestre que cursa actualmente	Tiempo de discapacidad	Estado socioeconómico	Situación laboral actual	Facultad	Red de apoyo familiar
019	23 años	Masculino	Soltero	Enfermería	8vo semestre	Adquirida	Medio	Solo estudia	Ciencias de la Salud	Sí
020	23 años	Femenino	Soltera	Educación Inicial	8vo semestre	Adquirida	Medio	Estudia y trabaja	Ciencias de la Educación	Sí
021	24 años	Masculino	Soltero	Trabajo Social	6to semestre	Adquirida	Medio bajo	Estudia y trabaja	Ciencias Sociales	Sí
022	26 años	Femenino	Soltera	Ingeniería Ambiental	9no semestre	Adquirida	Medio bajo	Solo estudia	Ciencias de la Vida	Sí
023	27 años	Masculino	Soltero	Administración de Empresas	9no semestre	Adquirida	Medio bajo	Estudia y trabaja	Ciencias Administrativas	Sí
024	25 años	Femenino	Soltero	Ingeniería Industrial	7mo semestre	Congénita	Medio bajo	Estudia y trabaja	Ingeniería, Industria y Construcción	Sí
025	24 años	Masculino	Soltero	Terapia Ocupacional	7mo semestre	Adquirida	Medio bajo	Estudia y trabaja	Ciencias de la Salud	Sí
026	27 años	Femenino	Soltera	Educación Inicial	8vo semestre	Adquirida	Medio bajo	Solo estudia	Ciencias de la Educación	Sí

Informante	Edad	Sexo	Estado civil	Carrera Universitaria	Semestre que cursa actualmente	Tiempo de discapacidad	Estado socioeconómico	Situación laboral actual	Facultad	Red de apoyo familiar
027	26 años	Masculino	Soltero	Sociología	8vo semestre	Adquirida	Medio bajo	Estudia	Ciencias Sociales	Sí
028	25 años	Femenino	Soltera	Biología	8vo semestre	Adquirida	Medio bajo	Estudia y trabaja	Ciencias de la Vida y Tecnologías	Sí

Nota. Elaboración propia.

3.5. Consideraciones Éticas

Las consideraciones éticas son importantes para asegurar la protección, el respeto y el bienestar de los participantes en la investigación sobre la Caracterización de los Estilos de Vida en Estudiantes Universitarios con Discapacidad Física, ya que toda la investigación se llevará a cabo siguiendo los principios de la bioética y la normativa vigente para la investigación en seres humanos.

Los siguientes mecanismos aseguran el cumplimiento de los principios éticos, cuya verificación es certificada por el Comité de Ética de Investigación en Seres Humanos (CEISH):

Autonomía y Respeto a las Personas

La participación será completamente voluntaria y los estudiantes universitarios tendrán la capacidad de decidir libremente, el consentimiento informado asegura que el participante comprenda el objetivo, los procedimientos, y los beneficios de la investigación.

Beneficencia

La investigación se clasifica como de riesgo mínimo, ya que solo involucra la aplicación de cuestionarios y entrevistas que no suponen un riesgo físico, psicológico o social mayor al que se enfrenta en la vida cotidiana.

No Maleficencia

Se protege la identidad del participante y la información sensible, evitando cualquier daño o estigmatización social.

3.5.1. Estructura de Consentimiento Informado Para los Participantes

3.5.1.1.PARTE I: INFORMACIÓN PARA EL PARTICIPANTE/REPRESENTANTE

LEGAL.

A. TÍTULO DE LA INVESTIGACIÓN						
Caracterización de los Estilos de Vida en Estudiantes Universitarios con Discapacidad Física Uleam, 2026.						
B. NOMBRE DE INVESTIGADOR PRINCIPAL Y DATOS DE CONTACTO						
Nombres completos:		Janelly Monserrate Sánchez Peñafiel		Cedula:	0959661637	
Teléfono:		1350521231		Correo electrónico	1350521231@live.uleam.edu.ec	
Nombre de la institución a la cual se encuentra suscrito el investigador (SI APLICA):				Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí		
C. NOMBRE DEL PATROCINADOR Y DATOS DEL CONTACTO (NO APLICA)						
Nombres completos:				Cedula:		
Teléfono:				Correo electrónico		
D. NOMBRE DEL COMITÉ DE ÉTICA DE INVESTIGACIÓN EN SERES HUMANOS QUE EVALUÓ Y APROBÓ EL ESTUDIO Y DATOS DEL CONTACTO						
Nombres completos:		Od. Juan Manuel Sierra Zambrano, Esp.		Cedula:	1310374119	
Teléfono:		0989693757		Correo electrónico	comiteeticainvestigacion@uleam.edu.ec	
Nombre del comité:		Comité de Ética e Investigación en Seres Humanos de la Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí (CEISH-ULEAM)				
E. NOMBRE DEL CENTRO O ESTABLECIMIENTO EN EL QUE SE REALIZARÁ LA INVESTIGACIÓN						
Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí (ULEAM)						
F. INTRODUCCIÓN						
La etapa universitaria representa un periodo con grandes exigencias académicas, sociales y personales, dentro de esta hay múltiples factores que influyen directamente en el bienestar emocional de los estudiantes. Entre ellos destacan los estilos de vida, la salud mental y la discapacidad física, esta interrelación es importante para poder comprender la experiencia o vivencias universitarias en su totalidad. Desde el enfoque persona lógico, los estilos de vida los estilos de vida se comprenden como expresiones del funcionamiento personal, en las que intervienen tanto las características individuales como las condiciones sociales y ambientales. este enfoque permite entender que las conductas cotidianas están relacionadas con la forma en que la persona percibe su realidad, toma decisiones y responde a las demandas que se le presentan, especialmente en contextos de alta exigencia como el universitario. No solo se reducen únicamente a hábitos como la alimentación, actividad física, descanso, sino que va mucho más allá y se concibe como una expresión externa y estable de la personalidad, que va orientada en como cada sujeto organiza su cotidianidad y como se adapta a las exigencias de su contexto. En el caso de los estudiantes universitarios con discapacidad física, los estilos de vida pueden verse influenciados por factores adicionales relacionados con la accesibilidad, la movilidad, la participación social y el acceso a apoyos institucionales, estas condiciones pueden incidir en la manera en que los estudiantes organizan sus actividades diarias, establecen relaciones sociales y enfrentan las demandas académicas, lo que hace necesario un análisis que considere su realidad específica. Comprender los estilos de vida de esta población permite identificar tanto dificultades como recursos personales y contextuales que influyen en su bienestar psicológico y en su desempeño académico. Asimismo, aporta información relevante para fortalecer acciones orientadas a la inclusión, la promoción de la salud mental y el acompañamiento universitario, desde una perspectiva respetuosa de la diversidad y los derechos de los estudiantes. En este contexto, la presente investigación se plantea como un aporte al conocimiento de las condiciones de vida de los estudiantes universitarios con discapacidad física de la Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí, con el fin de generar información que contribuya al fortalecimiento de estrategias institucionales orientadas al bienestar integral y al desarrollo académico. Este estudio evaluará el estado de salud bucal de los participantes para determinar la prevalencia de diversas enfermedades bucales y relacionar estos hallazgos con factores como los determinantes sociales. Asimismo, ayudará a establecer el impacto de la intervención realizada en la comunidad.						
G. PROPÓSITO DEL ESTUDIO						
1. Las dimensiones que se incluyen son los roles, las actividades diarias, las redes de comunicación, la orientación temporal, la autorrealización y las estrategias de afrontamiento, para caracterizar el estilo de vida de los estudiantes universitarios con discapacidades físicas en la Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí. 2. Relacionar los estilos de vida mencionados con el bienestar psicológico y la salud mental de los estudiantes, incluyendo factores de protección y de riesgo. 3. Clasificar los estilos de vida de estudiantes universitarios desde el enfoque personalógico, reconociendo configuraciones comportamentales que influyen en la salud mental de estudiantes universitarios con discapacidad física. 4. Proponer recomendaciones orientadas a la promoción de los estilos de vida saludables, prevención de las problemáticas psicosociales, generar insumos que contribuyan al diseño de nuevas políticas y acciones orientadas a mejorar la salud mental de estudiantes universitarios con discapacidad física						
H. PROCEDIMIENTOS POR REALIZAR						
No.	Actividad	Objetivo del proyecto con el que se vincula la actividad	Justificación del motivo	Lugar de ejecución	Responsable	Tiempo de duración

1	Socialización del proyecto con las autoridades de la ULEAM	Caracterizar los estilos de vida de los estudiantes universitarios con discapacidad física.	Permite conocer la influencia de los hábitos cotidianos y configuraciones comportamentales que inciden directamente en la salud mental.	Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí (ULEAM)	Investigador principal	Enero
2	Aplicación de los cuestionarios y entrevistas a estudiantes universitarios	Identificar y describir los estilos de vida y su relación con su salud mental en estudiantes universitarios con discapacidad física.	Permite conocer configuraciones comportamentales, hábitos cotidianos y factores que inciden en la salud mental.	Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí (ULEAM)	Investigador principal	Febrero

3	Recolección de información académica y análisis de los resultados.	4. Analizar la influencia de los estilos de vida y la salud mental en los estudiantes con discapacidad física.	Permite proponer recomendaciones orientadas a la promoción de los estilos de vida saludables, prevención de las problemáticas psicosociales, al diseño de nuevas políticas y acciones orientadas a mejorar la salud mental	Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí (ULEAM)	Investigador principal	Marzo
---	--	--	--	---	------------------------	-------

I. BENEFICIOS DE LA PARTICIPACIÓN Y FORMA DE SOCIALIZAR LOS RESULTADOS

Como beneficios podemos encontrar en que la participación contribuirá a mejor comprensión de los estilos de vida de los estudiantes universitarios con discapacidad física y su relación con la salud mental. De manera indirecta, los participantes podrán reflexionar sobre sus propios hábitos, lo que podría favorecer una mayor conciencia sobre su estilo de vida y posibles cambios positivos. Además, los resultados del estudio podrán servir como base para futuras acciones de apoyo y promoción del bienestar estudiantil dentro de la universidad.

J. RIESGOS FÍSICOS Y PSICOLÓGICOS A CORTO Y LARGO PLAZO DE LA PARTICIPACIÓN Y FORMAS DE MITIGARLOS	
Riesgos	Forma de mitigarlos
1. Molestias o leve incomodidad por tiempo dedicado a responder cuestionarios	Permitir descansos durante la realización de las actividades o cuestionarios, a medida que se deberá asegurar un ambiente cómodo y espacioso.
2. Malentendidos respecto al consentimiento	Explicar que no existe ningún riesgo al participar y mencionar cada punto detalladamente y reiterar que pueden revocarlos en cualquier momento
3. Preocupación por la confidencialidad de sus datos	Asegurar el anonimato de los datos, utilizar sistema de almacenamiento seguros y garantizar que solo el investigador tenga acceso a ellos.
K. COSTOS Y COMPENSACIÓN	
1. El participante/representante legal NO pagará por ninguno de los análisis que se realicen en la investigación.	
2. El participante/representante legal NO recibirá ninguna compensación por su participación.	
L. MECANISMOS PARA RESGUARDAR LA CONFIDENCIALIDAD DE DATOS	
Toda la información proporcionada por los participantes será tratada de forma confidencial, los datos recolectados serán codificados y anonimizados, evitando el uso de nombres o información que permita identificar directamente a los participantes, mismos que se utilizarán únicamente con fines de investigación. Las consideraciones éticas son importantes para asegurar la protección, el respeto y el bienestar de los participantes en la investigación sobre la Caracterización de los Estilos de Vida en Estudiantes Universitarios con Discapacidad Física, ya que toda la investigación se llevará a cabo siguiendo los principios de la bioética y la normativa vigente para la investigación en seres humanos. Los siguientes mecanismos aseguran el cumplimiento de los principios éticos, cuya verificación es certificada por el Comité de Ética de Investigación en Seres Humanos (CEISH): Autonomía y Respeto a las Personas: La participación será completamente voluntaria y los estudiantes universitarios tendrán la capacidad de decidir libremente, el consentimiento informado asegura que el participante comprenda el objetivo, los procedimientos, y los beneficios de la investigación. Beneficencia: La investigación puede clasificarse en la categoría de riesgo mínimo, ya que sólo se aplicarán cuestionarios y entrevistas, lo cual no implica un riesgo físico, psicológico o social que sea superior al de la vida cotidiana. No Maleficencia: Se protege la identidad y la información sensible del participante, de forma que se evite cualquier posible daño o estigmatización social.	

3.5.1.2.PARTE II: CONSENTIMIENTO INFORMADO

A. DECLARATORIA DE CONSENTIMIENTO INFORMADO		
Yo, en calidad de participante/representante legal del participante declaro que:		
1. He leído el consentimiento informado.	SI	NO
2. Han respondido a todas mis preguntas.		
3. Entiendo los riesgos y beneficios de participar.		
4. Entiendo que firmar este documento, NO implica renunciar a ninguno de los derechos que por ley me corresponden.		
5. He sido informado de todos y cada uno de los procedimientos que se realizarán para la ejecución de la investigación		
6. He sido informado que los cuestionarios y en general cualquier registro que contenga sus datos será resguardado en un sitio seguro.		
7. He sido informado que los resultados podrán ser publicados en revistas científicas u otros medios bibliográficos o pueden ser presentados en reuniones o eventos con fines académicos manteniendo el anonimato de estos sin revelar mi nombre o datos de identificación.		
8. He sido informado que al finalizar la investigación la información obtenida será entregada de forma ANONIMIZADA a la/el director/ra de carrera con el propósito de contribuir al desarrollo de futuras investigaciones.		

9.	He sido informado que los datos recolectados durante el proceso están sujetos a una política de estricta confidencialidad y que, por lo tanto, no puede ser divulgados a terceras personas sin nuestro consentimiento expreso. He sido informado que en el caso de que el investigador sea ordenado judicialmente o el mismo identifique situaciones que puedan representar un riesgo muy grave para mi persona o mi representado legal en su defecto, el investigador entregará solo la información pertinente del asunto en cuestión a las entidades accertadas, manteniendo la confidencialidad de cualquier otra información.		
10.	Me será entregada una copia, una vez suscrito este documento.		
11.	Mi participación es voluntaria, por lo que tengo el DERECHO de retirar mi consentimiento en cualquier momento.		
12.	Consiento voluntariamente mi participación o la de mi representado en el estudio.		

	Firma/Huella	Firma/Huella	Firma/Huella
Denominación	Firma participante/ representante legal	Firma testigo #1	Firma testigo #2
Nombres completos:			
Cédula:			
Correo electrónico:			
Teléfono:			
Dirección:			
Lugar y fecha:			

B. DECLARATORIA DE REVOCATORIA DEL CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo, como trabajador o en calidad de representante legal del trabajador declaro que, aunque inicialmente haya accedido a participar en esta investigación, he decidido revocar mi consentimiento de forma libre e informada, ya que soy consciente de que esto implica que toda aquella información y material que haya sido recopilada será destruido y no se utilizará para fines investigativos; siendo que ello no conlleva sanciones o menoscabo alguno de mis derechos y la atención a la que tengo derecho por ley.

	Firma/Huella	Firma/Huella	Firma/Huella
Denominación	Firma participante/ representante legal	Firma testigo #1	Firma testigo #2
Nombres completos:			
Cédula:			
Correo electrónico:			
Teléfono:			
Dirección:			
Lugar y fecha:			

3.6. Matriz de Dispositivo Metodológico

Tabla 5

Matriz de Dispositivo Metodológico

Tipo de Investigación	Método	Técnicas	Muestra	Objetivos	Resultados	Procedimiento
La investigación se sustenta en un enfoque mixto, que combina técnicas cuantitativas y cualitativas, lo cual permitirá obtener una visión integral de los estilos de vida. Posee un nivel exploratorio-descriptivo, que permite	Enfoque Personológico: El estudio se realiza desde el enfoque de la persona, es decir, el estilo de vida se entiende como categoría psicológica singular y compleja que expresa la configuración de la	Las siguientes técnicas te permitirán acceder al comportamiento del estudiante con discapacidad física, como también a su experiencia subjetiva. Anecdótico: El anecdótico es una técnica cualitativa que te ayudará a registrar situaciones significativas, conductas relevantes y episodios concretos de la vida cotidiana del participante. Esta técnica persigue el objetivo de recoger hechos que iluminan la manera en que el sujeto se coloca frente a determinada situación, las más frecuentemente relacionadas con su discapacidad física, sus roles y sus	Población que fue objeto de estudio: estudiantes universitarios, con discapacidad física de la Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí (ULEAM) correspondiente al año 2026. La muestra fue	Propósito General: Caracterizar los principales estilos de vida, su influencia y salud mental en los estudiantes universitarios con discapacidad física en	De acuerdo con el análisis de los estudios publicados en la literatura científica, los trabajos acerca de los estilos de vida de los estudiantes a la universidad con discapacidad física han sido desarrollados sobre todo	El procedimiento mediante el cual se desarrolla la metodología ejecutó en primer lugar, la delimitación del problema de investigación, la formulación de la pregunta y los objetivos. Y a continuación

identificar patrones, comportamientos y percepciones relevantes.	personalidad en la vida cotidiana. Se pone de manifiesto la interrelación que existe entre las condiciones objetivas de existencia y el modo en el que cada persona las asumirá subjetivamente.	relaciones interpersonales. Hoja del Día: La Hoja de Día es una técnica de autorregistro que te facilitará la identificación de la organización temporal del quehacer cotidiano del participante. A través de esta técnica se recogía información sobre las actividades realizadas durante el día, los tiempos dedicados a cada actividad y la valoración subjetiva de las mismas. En este trabajo esta técnica tiene el propósito de analizar el sistema de actividades, la orientación temporal y cómo influye la discapacidad física en la rutina diaria; permite la recogida de información que resulta relevante para la caracterización del estilo de vida. Entrevista semiestructurada: La entrevista semiestructurada es una técnica cualitativa que combina preguntas abiertas y orientadoras con	de 30 estudiantes universitarios con discapacidad física de la Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí (ULEAM) a lo que, por muestreo de tipo intencionado, equilibrio en la variable sexo, rangos de edad y condiciones socioeconómicas, facultad universitaria.	la Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí (ULEAM) en el año 2026. Objetivos específicos: • Identificar las dimensiones del estilo de vida de los estudiantes universitarios con discapacidad física. • Analizar los factores de	desde enfoques biomédicos y biopsicosociales, centrados en las conductas de salud, los factores de riesgo y las condiciones contextuales, así como que, además, se evidencia una menor producción de estudios desde el enfoque personológico, el cual contribuye a una comprensión	se llevó a cabo la búsqueda sistemática de literatura científica en bases de datos científicas, aplicando criterios de inclusión y exclusión establecidos con anterioridad. Los documentos seleccionados fueron analizados de forma crítica, llevando a cabo
--	---	--	---	--	--	--

oportunidad de adentrarse en los aspectos que, a partir de la interacción con el participante, vayan emergiendo. La investigación presente tiene la entrevista configurada en un bloque narrativo, un bloque general y en un bloque específico que permite abordar el estilo de vida dentro del planteamiento personológico. Cuestionario Autodescriptivo del Estilo de Vida (EV-4): Es un instrumento cuantitativo sustentado en el planteamiento personológico del estilo de vida. Su objetivo es el de evaluar el comportamiento público del sujeto en base a dimensiones estructurales y funcionales: sistema de actividades, sistema de roles, sistema comunicativo, orientación temporal,	La revisión sistemática de literatura consideró como muestra de información los artículos, tesis y libros académicos recogidos de las bases de datos PubMed, Scopus, Web of Science, SciELO, Redalyc y Google Scholar, publicados a lo largo de los últimos cinco años, y la	riesgo y de protección de los distintos estilos de vida de los estudiantes con discapacidades físicas. • Caracterizar las estrategias de afrontamiento y recursos de apoyo que son los que caracterizan a los estilos de vida de	del estilo de vida más global a partir de la unidad entre la personalidad, la actividad, las relaciones sociales y el contexto, y que fundamenta su adecuación para la investigación actual así como que orienta la construcción teórica del estudio.	la organización de la información generada en función de antecedentes, conceptos básicos, modelos teóricos, autor(s) y dimensiones operacionalizadas. Finalmente, la información obtenida fue sistematizada para poder fundamentar teórica y metodológicamente
---	--	--	---	--

autorrealización y estrategias de afrontamiento.	revisión, análisis de tipo teórico-analítico y comparativo provisto de estudios científicos. Presenta la estrategia PICO adaptada para articular la información según la población, el enfoque teórico, las comparaciones conceptuales y la información respecto a los estilos de vida	los estudiantes con discapacidades físicas.	ente la investigación
--	--	---	-----------------------

y los estilos de
vida en
relación con la
salud mental.

Nota. Elaboración propia.

4. CAPÍTULO IV: ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

El presente capítulo expone el análisis e interpretación de los resultados obtenidos en la investigación, tomando como referente teórico el enfoque personológico del estilo de vida. El propósito fundamental de este análisis es identificar, describir y comprender las configuraciones de estilos de vida presentes en estudiantes universitarios con discapacidad física, así como su relación con la salud mental en el contexto de la formación académica.

A partir de la información recopilada mediante la aplicación del EV-4 (Exploración de los Estilos de Vida), la entrevista semiestructurada y la ficha sociodemográfica, se procedió a organizar, categorizar e interpretar los datos obtenidos, con el fin de comprender las particularidades que caracterizan el estilo de vida de los participantes y los significados que estos atribuyen a sus experiencias cotidianas.

Desde la perspectiva personológica, el estilo de vida constituye una configuración relativamente estable de formas de actuación, relaciones y orientaciones que expresan la personalidad en interacción con las condiciones concretas de existencia. En este sentido, el análisis realizado permitió identificar cómo las experiencias asociadas a la discapacidad física, las demandas propias de la vida universitaria y los recursos personales y sociales disponibles configuran modos particulares de vivir, afrontar dificultades y proyectarse hacia el futuro.

La interpretación de los resultados se organiza a partir de los constituyentes personológicos que estructuran el estilo de vida, los cuales permiten comprender de manera integral las formas de organización y funcionamiento de los participantes, estos constituyentes son:

Componentes Estructurales:

- Sistema de roles.
- Sistema de actividades.
- Sistema comunicativo (red de apoyo social)

Componentes Funcionales:

- Orientación temporal.
- Autorrealización (consumo cultural y comportamiento prosocial)
- Estrategias de afrontamiento.

Cada uno de estos constituyentes fue analizado con el propósito de identificar patrones comunes, diferencias individuales y elementos distintivos presentes en los participantes, permitiendo comprender cómo las exigencias académicas, las condiciones derivadas de la discapacidad física, las redes de apoyo social, las metas personales y las estrategias de afrontamiento se articulan en la configuración de sus estilos de vida. De esta manera, el análisis no solo posibilita caracterizar los estilos de vida de los estudiantes universitarios con discapacidad física, sino también comprender la influencia que dichas configuraciones ejercen sobre su bienestar psicológico, su adaptación al contexto universitario y el desarrollo de recursos personales orientados al logro de sus metas académicas, profesionales y personales.

Estilo de vida orientado al desarrollo personal y la proyección de metas

Se caracteriza por una marcada orientación hacia el crecimiento personal, el logro académico y la construcción de proyectos futuros, los participantes agrupados en esta configuración conciben la formación universitaria como una vía para alcanzar sus metas profesionales, mejorar sus condiciones de vida y fortalecer su autonomía. En sus discursos se evidencia una orientación temporal predominantemente futura, donde las actividades cotidianas adquieren significado en función de objetivos a largo plazo. Asimismo, manifiestan elevados

niveles de compromiso con sus estudios, responsabilidad en el cumplimiento de sus obligaciones y una percepción positiva del esfuerzo como medio para alcanzar sus aspiraciones.

Desde la perspectiva personológica, esta configuración integra un sistema de actividades centrado en el desarrollo académico y profesional, acompañado de procesos de autorrealización personal asociados al sentido de progreso, superación y crecimiento. Los participantes se muestran satisfechos por notar cómo se producen los avances en su formación al considerar el estudio como un pilar fundamental de su proyecto de vida. Sin embargo, admiten que existen problemas derivados de la discapacidad física y las exigencias del ámbito universitario, si bien a estos problemas entienden que son dificultades de las que puede hacerse frente a partir de la organización, de la continuidad y de la propia fuerza, motivándose y comprometiéndose con el futuro.

Estilo de vida de adaptación resiliente frente a la discapacidad física

Distinguiéndose por la capacidad de los participantes para acomodarse en función de las limitaciones que le confiere la discapacidad física, creando recursos personales que favorecen su bienestar y funcionamiento en el día a día. Los participantes reconocen su condición física como condicionante en diferentes ámbitos de su existencia; frente a lo cual, muestran cierta reticencia a definirse a partir del fenómeno de la discapacidad. Por el contrario, manifiestan haber desarrollado estrategias de afrontamiento que les permiten reorganizar sus actividades, ajustar sus expectativas y encontrar formas alternativas de participación académica, social y familiar.

Desde los constituyentes personológicos, esta configuración evidencia procesos de autorregulación y autorrealización que favorecen la construcción de una imagen personal basada en la resiliencia, la autonomía y la capacidad de adaptación. Los/las participantes exponen que la experiencia de vivir con una discapacidad física les ha permitido poner en marcha cualidades

como la paciencia, la empatía, la fortaleza emocional y la perseverancia; al mismo tiempo, el apoyo que obtienen de la familia, de los/as amigos/as o de los/as compañeros/as se convierte en un aspecto significativo dentro de su red de contactos comunicativos, ya que presenta una fuente de ayuda para el afrontamiento de las barreras físicas, emocionales y sociales que se producen en su contexto universitario.

Estilo de vida caracterizado por la sobrecarga de responsabilidades y la búsqueda de bienestar emocional

Esta configuración agrupa a estudiantes cuyos estilos de vida están marcados por la acumulación de responsabilidades académicas, laborales y familiares, generando elevados niveles de exigencia personal y desgaste cotidiano. En los relatos de los participantes se observa una rutina caracterizada por extensas jornadas de estudio, trabajo, prácticas preprofesionales y otras obligaciones que limitan los espacios de descanso y recreación. Consecuentemente, surgen vivencias comunes de desgaste físico, tensión, inquietud y fatiga emocional, en particular cuando las exigencias rebasan los recursos que se tienen para responder a esas exigencias.

Tan pronto como desde el punto de vista personalógico se reconozca este tipo de configuración como de un sistema de actividades muy exigente que determina el ajuste entre las proporciones de las diversas áreas de la vida; sin embargo, a pesar de ello, los participantes manifiestan estar desarrollando diferentes tipos de estrategias con el objetivo de garantizar su bienestar emocional, tales como la organización del tiempo, la búsqueda de apoyo social, el descanso, la escucha de la música, la realización de actividades de ocio y la implementación de espacios de autocuidado. La búsqueda constante de equilibrio entre las responsabilidades y el bienestar psicológico constituye un elemento central de esta configuración, evidenciando la

importancia que los estudiantes atribuyen a la salud mental como condición necesaria para continuar avanzando en sus metas académicas y personales.

4.1. Análisis e Identificación de Configuraciones de Estilos de Vida

El presente apartado analiza el contenido del bloque abierto de las entrevistas semiestructuradas, que permitió identificar tres configuraciones tipológicas de estilos de vida presentes en los estudiantes universitarios con discapacidad física participantes en la investigación; estas configuraciones emergieron a partir de las narrativas relacionadas con la concepción de los estilos de vida, la influencia de estos sobre la salud mental, la experiencia de vivir con una discapacidad física y las estrategias utilizadas para afrontar las demandas académicas, personales y sociales.

Las configuraciones tipológicas identificadas representan formas predominantes de organización de la vida cotidiana que reflejan modos particulares de relación con las exigencias universitarias, las limitaciones físicas y los recursos personales y sociales disponibles, para su comprensión se consideraron las constituyentes personológicas del estilo de vida propuestas por el Dr. Israel Mayo Parra , distinguiendo los componentes estructurales en; sistema de roles, sistema de actividades y sistema comunicativo (red de apoyo social) y los componentes funcionales en; orientación temporal, autorrealización (consumo cultural y comportamiento prosocial), finalmente las estrategias de afrontamiento.

Como resultado del proceso analítico se identificaron tres configuraciones tipológicas:

- a) Estilo de vida orientado al desarrollo personal y la proyección de metas.
- b) Estilo de vida de adaptación resiliente frente a la discapacidad física.
- c) Estilo de vida caracterizado por la sobrecarga de responsabilidades y la búsqueda de bienestar emocional.

4.1.1. Configuración tipológica I: Estilo de vida orientado al desarrollo personal y la proyección de metas

Esta configuración reúne a participantes cuyos discursos evidencian una organización de vida centrada en el cumplimiento de metas académicas, profesionales y personales, los estudiantes incluidos en esta tipología conciben el esfuerzo, la disciplina y la planificación como elementos importantes para alcanzar sus objetivos futuros, aquí la discapacidad física es reconocida como una condición presente en su vida cotidiana; sin embargo, no ocupa un lugar central en la definición de su identidad, sino que es integrada como una variable que requiere adaptación dentro de sus proyectos de desarrollo personal.

Pregunta 1. ¿Qué piensa sobre los estilos de vida y cómo influyen en la salud mental?

Los participantes conciben los estilos de vida como un conjunto de hábitos, decisiones y formas de organización personal que repercuten directamente en el bienestar psicológico, desde la perspectiva de las constituyentes funcionales, se observa un predominio de la orientación temporal futura, pues los estudiantes relacionan la estabilidad emocional con la capacidad de construir metas y avanzar hacia ellas.

VERBATIMS:

“Definiría mi estilo de vida como estructurado, enfocado en el crecimiento personal y profesional”.

(Participante 017)

“Definiría mi estilo de vida como estructurado, demandante y orientado completamente a mi formación profesional”.

(Participante 019)

Estas narrativas concuerdan con el componente funcional de orientación temporal futura, ya que las actividades actuales son interpretadas como inversiones necesarias para alcanzar metas profesionales y personales, el presente adquiere sentido en función de los logros proyectados.

Pregunta 2. ¿Qué elementos o características definen un estilo de vida?

En esta configuración predomina el sistema de actividades, los participantes identifican como componentes esenciales la disciplina, la organización del tiempo, las actividades académicas y el cumplimiento de responsabilidades.

VERBATIMS:

“Es una rutina donde el hospital tiene el papel principal, seguido por las clases y el estudio”.

(Participante 019)

“Mi estilo de vida es bastante estructurado y enfocado en lo académico”.

(Participante 022)

El sistema de actividades aparece caracterizado por la rutina diaria, las actividades académicas ocupan una posición central y organizan el resto de las acciones cotidianas, los participantes describen jornadas orientadas al estudio, prácticas profesionales, trabajo y cumplimiento de objetivos educativos.

Pregunta 3. ¿Cómo define su estilo de vida y cómo repercute en su salud mental?

Las respuestas evidencian la interacción entre el sistema de actividades y la autorrealización, los participantes describen estilos de vida exigentes, pero valorados positivamente debido a la satisfacción que genera el progreso académico y profesional.

VERBATIMS:

“Cuando consigo ayudar a un paciente o llevar a cabo correctamente un procedimiento eso me produce paz y me estimula”.

(Participante 019)

Aquí el sentido de utilidad y competencia fortalece la percepción positiva de sí mismo y contribuye al bienestar emocional, en cuanto al consumo cultural y comportamiento prosocial, se identifican actividades relacionadas con la música, la lectura, el aprendizaje y las relaciones familiares, las cuales funcionan como mecanismos complementarios para mantener el equilibrio emocional.

Pregunta 4. ¿Cómo percibe usted los estilos de vida en la etapa universitaria?

La percepción de la vida universitaria se relaciona principalmente con el sistema de roles, los estudiantes desempeñan simultáneamente funciones asociadas al rol de estudiante universitario, trabajador, practicante y miembro activo de la familia, dichos roles no son percibidos como imposiciones externas, sino como responsabilidades asumidas voluntariamente dentro de su proyecto de vida.

VERBATIMS:

“Es bastante más peso ya que soy estudiante de universidad y trabajo”.

(Participante 023)

“Soy estudiante de universidad, trabajo y soy esposa”.

(Participante 024)

“En la universidad no sólo se estudia, sino que trabajar, hacer prácticas y mantener deberes de la vida de uno mismo también genera el suficiente peso. Considero que en este tiempo se exigía la disciplina pero te lleva al cansancio si no hay espacio para la palabra equilibrio”.

(Participante 025)

Pregunta 5. ¿De qué manera su discapacidad física ha influido en su salud mental y su estilo de vida?

En esta configuración la discapacidad física no constituye el eje central de la identidad personal, los participantes la reconocen como una condición que requiere adaptaciones, pero que no limita la construcción de metas, por ello, la influencia de la discapacidad se integra dentro de las actividades cotidianas y de la planificación necesaria para cumplir sus objetivos, sin desplazar el predominio de la orientación al logro.

VERBATIMS:

“Mi discapacidad ha sido una de las causas más significativas en mi vida tal que no la veo como la que me limita, sino como un hecho que me acompaña en el día a día, independientemente de que tal hecho le haya dejado de dar importancia. Desde el ámbito práctico, me hace pensar más, me lleva a tener en cuenta la accesibilidad, los tiempos, la manera de moverme. Y desde el ámbito emocional me he vuelto más consciente, más paciente y pienso que, también, más empático con otras personas”.

(Participante 015)

Pregunta 6. ¿Qué estrategias utilizaría usted para mejorar su estilo de vida y su salud mental?

Las estrategias de afrontamiento predominantes se orientan hacia la planificación, la organización del tiempo, la disciplina y el control de las demandas cotidianas, estos estudiantes tienden a enfrentar las dificultades mediante conductas activas y orientadas a la solución de problemas.

VERBATIMS:

“Trato de mantenerme centrada en la actividad y de utilizar la organización como una forma de no desenvolverme”.

(Participante 017)

En relación con el sistema comunicativo, los discursos muestran la importancia de las redes de apoyo familiares, de pareja y de compañeros universitarios como recursos que apoyan y ayudan a sobrellevar las exigencias diarias, la familia constituye una fuente de contención emocional y motivación constante.

VERBATIMS:

“El apoyo de la familia y el soporte de los compañeros/as es uno de los pilares que sostienen mi rutina”.

(Participante 019)

“El apoyo de mi pareja me está ayudando considerablemente a estabilizarme emocionalmente”.

(Participante 024)

En conjunto, esta configuración refleja un estilo de vida caracterizado por la autodeterminación, la planificación y la búsqueda constante de crecimiento personal, donde la discapacidad física es integrada dentro de un proyecto de vida centrado en el logro y la realización profesional.

4.1.2. Configuración tipológica II: Estilo de vida de adaptación resiliente frente a la discapacidad física

Esta configuración agrupa a estudiantes cuya experiencia cotidiana se encuentra profundamente atravesada por el proceso de adaptación a la discapacidad física, a diferencia de la tipología anterior, donde el foco principal se orienta al logro, en este grupo, la discapacidad

ocupa un lugar más visible dentro de la organización de la vida cotidiana y en la construcción de la identidad personal.

Los participantes reconocen limitaciones físicas, barreras arquitectónicas, dificultades de movilidad y momentos de frustración emocional; sin embargo, también desarrollan procesos de aceptación, resiliencia y reorganización de sus actividades.

Pregunta 1. ¿Qué piensa sobre los estilos de vida y cómo influyen en la salud mental?

En esta pregunta predomina la constituyente funcional orientación temporal, los participantes comprenden que el estilo de vida influye en la salud mental porque condiciona la manera en que afrontan y se adaptan progresivamente a las exigencias asociadas a la discapacidad física, sus discursos muestran una valoración del desarrollo personal a lo largo del tiempo, evidenciando procesos de aceptación, aprendizaje y fortalecimiento emocional.

VERBATIMS:

“Mi discapacidad física ha sido un factor crucial en mi modo de vida, ya que condiciona cómo soy capaz de organizarme de forma temporal al estar obligado a tener en cuenta la movilidad que tengo. En cuanto a la salud mental, es un proceso de adaptación, ya que al principio me costaba entender ciertas dificultades pero he llegado a ser bastante resiliente con el tiempo”.

(Participante 021)

La discapacidad es incorporada a la experiencia personal sin convertirse en el único elemento definitorio de la identidad, la salud mental es importante para el fortalecimiento personal,

Pregunta 2. ¿Qué elementos o características definen un estilo de vida?

En esta pregunta predomina el componente estructural sistema de actividades, los participantes identifican que un estilo de vida está conformado por la manera en que organizan sus actividades cotidianas, administran sus tiempos y ajustan sus rutinas de acuerdo con sus posibilidades físicas.

VERBATIMS:

“He tenido que organizarme más, descansar más y ser más consciente de mis limitaciones”.

(Participante 018)

“Mi discapacidad física ha implicado que me organice mi vida de una forma más consciente: no puedo improvisar, debo programar mis descansos, mis ritmos, mis actividades”.

(Participante 027)

Pregunta 3. ¿Cómo define su estilo de vida y cómo repercute en su salud mental?

La constituyente predominante es la autorrealización, los participantes describen su estilo de vida a partir de la capacidad de superar obstáculos, demostrar sus capacidades y mantener niveles adecuados de autonomía e independencia, la percepción de logro personal repercute positivamente sobre su salud mental.

VERBATIMS:

“Necesitaba esforzarme el doble para demostrar que lo podía”.

(Participante 018)

“He desarrollado resiliencia”.

(Participante 021)

La satisfacción derivada de la superación de desafíos fortalece la autoestima, la confianza personal y la percepción de competencia, elementos estrechamente vinculados con la autorrealización.

Pregunta 4. ¿Cómo percibe usted los estilos de vida en la etapa universitaria?

En esta pregunta predomina el sistema de roles, los participantes perciben la etapa universitaria como un espacio donde deben cumplir múltiples responsabilidades asociadas al rol de estudiante, manteniendo una participación activa dentro del contexto académico pese a las limitaciones físicas existentes.

La vida universitaria exige asumir responsabilidades académicas, sociales y personales, por lo que los estudiantes desarrollan formas de adaptación que les permiten mantenerse vinculados a las actividades propias de la formación profesional sin renunciar a su participación dentro de los diferentes escenarios de interacción social.

VERBATIMS:

“En mi caso he intentado encontrar un equilibrio, porque creo que no tiene que ser todo estudiar, ya que también hay que tener espacios de distracción y descansar”.

(Participante 021)

Pregunta 5. ¿De qué manera su discapacidad física ha influido en su salud mental y su estilo de vida?

En esta pregunta predominan simultáneamente la orientación temporal y el sistema comunicativo, los participantes describen un proceso de transformación personal que se desarrolla a lo largo del tiempo y que, además, se encuentra influenciado por la relación que mantienen con su entorno social.

VERBATIMS:

“La discapacidad ha influido de manera significativa en mi vida cotidiana, aunque no constituye el aspecto que define por completo quién soy. Forma parte de mi realidad y está presente en muchas de las actividades que realizo. En el ámbito práctico, implica organizar con mayor anticipación mis actividades, considerar aspectos relacionados con la accesibilidad, calcular tiempos y planificar mis desplazamientos. Desde el punto de vista emocional, en algunas ocasiones experimento frustración, especialmente cuando el entorno presenta barreras que dificultan mi participación. En esos momentos, percibo que la principal dificultad no radica en mi condición, sino en la falta de adaptación de los espacios y servicios. Sin embargo, con el paso del tiempo he desarrollado una mayor capacidad para afrontar estas situaciones, lo que me ha permitido fortalecer mi resiliencia, ser más paciente y comprender con mayor sensibilidad las experiencias y necesidades de otras personas”.

(Participante 015)

Pregunta 6. ¿Qué estrategias utilizaría usted para mejorar su estilo de vida y su salud mental?

En esta pregunta predomina claramente la constituyente funcional estrategias de afrontamiento, los participantes plantean acciones dirigidas a mejorar su bienestar mediante la búsqueda de apoyo social, la regulación emocional y la incorporación de actividades que favorecen el equilibrio psicológico, de forma complementaria emerge el consumo cultural y comportamiento prosocial como recurso para la promoción del bienestar.

VERBATIMS:

“Valoro a las personas que son capaces de ponerse en la piel de los demás”.

(Participante 015)

“Me ayuda mucho el cuidar de mis plantas, escuchar música o leer”.

(Participante 028)

4.1.3. Configuración tipológica III: Estilo de vida caracterizado por la sobrecarga de responsabilidades y la búsqueda de bienestar emocional.

La tercera configuración tipológica agrupa a participantes cuyos discursos reflejan una experiencia cotidiana caracterizada por la acumulación de responsabilidades académicas, laborales, familiares y personales, en estos casos, la principal preocupación no gira alrededor del logro o la adaptación a la discapacidad, sino alrededor de la búsqueda constante de equilibrio entre las múltiples exigencias que enfrentan diariamente.

Esta configuración fue observada especialmente en participantes que estudian y trabajan simultáneamente, realizan prácticas profesionales o sostienen responsabilidades familiares adicionales; los participantes describen experiencias marcadas por altos niveles de exigencia, presión constante y necesidad de responder simultáneamente a diversos compromisos, situación que repercute tanto en la organización de la vida cotidiana como en su bienestar psicológico.

Pregunta 1. ¿Qué piensa sobre los estilos de vida y cómo influyen en la salud mental?

En esta pregunta predomina la constituyente funcional de autorrealización, debido a que los participantes asocian los estilos de vida con la posibilidad de mantener un equilibrio que les permita cumplir sus responsabilidades sin afectar significativamente su bienestar emocional, la percepción de sentirse productivos, responsables y capaces de responder a las demandas cotidianas constituye una fuente importante de satisfacción personal; sin embargo, cuando las exigencias superan sus recursos disponibles aparecen manifestaciones de estrés, agotamiento y fatiga.

VERBATIMS:

“Hay días en que se me junta todo y siento que no tengo sitio para respirar”.

(Participante 016)

“Es fácil que emerjan el estrés, la fatiga mental y en algunos momentos incluso la sensación de que no puedo con todo”.

(Participante 020)

Estos discursos evidencian que la salud mental se encuentra estrechamente vinculada a la capacidad de mantener un equilibrio entre las obligaciones diarias y las necesidades personales, aspecto que influye directamente en la percepción de bienestar y satisfacción con la propia vida.

Pregunta 2. ¿Qué elementos o características definen un estilo de vida?

La constituyente personológica predominante es el sistema de actividades, debido a que los participantes describen su estilo de vida a partir de la cantidad de tareas, responsabilidades y obligaciones que realizan diariamente, las actividades académicas, laborales y familiares ocupan gran parte de su tiempo, configurando rutinas extensas y altamente demandantes.

VERBATIMS:

“Mi día está casi llenito de la mañana a la noche”.

(Participante 020)

“Hay alguna ocasión en que todo me cabe en un día y siento que no hay espacio para respirar”.

(Participante 016)

Las narrativas muestran que la organización de las actividades cotidianas constituye el eje central de su estilo de vida, ya que la mayor parte de sus esfuerzos se orientan al cumplimiento de múltiples tareas simultáneas.

Pregunta 3. ¿Cómo define su estilo de vida y cómo repercute en su salud mental?

En esta pregunta predomina el sistema de roles, debido a que los participantes se describen a sí mismos a partir de los diversos papeles que desempeñan dentro de los diferentes contextos de su vida, la coexistencia de roles académicos, laborales y familiares incrementa las demandas cotidianas y genera una sensación constante de responsabilidad.

VERBATIMS:

“Puede afirmarse que mi estilo de vida es relativamente activo. Esto se debe a que estudié Ingeniería Civil y, a su vez, llevo a cabo una serie de actividades laborales, lo que conlleva la ejecución de una rutina que contempla numerosas responsabilidades que deben ser atendidas, lo que de hecho, en ocasiones, sí que genera estrés y cansancio en mí; al mismo tiempo, también ha hecho brotar en mí cualidades como la responsabilidad y la organización. No obstante, puedo afirmar que cuando no descanso como es debido, siento que están afectadas de forma negativa tanto mi salud mental como mi bienestar emocional”.

(Participante 012)

La acumulación de roles implica asumir múltiples compromisos simultáneamente, situación que puede favorecer sentimientos de logro cuando son cumplidos exitosamente, pero también generar cansancio físico y emocional cuando las exigencias exceden las capacidades personales disponibles.

Pregunta 4. ¿Cómo percibe usted los estilos de vida en la etapa universitaria?

La constituyente predominante es la orientación temporal, ya que los participantes perciben la etapa universitaria como un período transitorio de esfuerzo intenso orientado hacia metas futuras, aunque gran parte de sus energías se concentra en responder a las exigencias

inmediatas del presente, mantienen expectativas relacionadas con la culminación de sus estudios y la mejora de sus condiciones de vida.

VERBATIMS:

“Me mantiene enfocada en mis metas”.

(Participante 020)

La universidad es concebida como una inversión para el futuro, por lo que las dificultades actuales adquieren significado en función de los objetivos académicos y profesionales que esperan alcanzar posteriormente.

Pregunta 5. ¿De qué manera su discapacidad física ha influido en su salud mental y su estilo de vida?

En esta pregunta adquiere especial relevancia el sistema comunicativo (red de apoyo social), ya que los participantes reconocen que las relaciones familiares, afectivas y sociales constituyen recursos fundamentales para enfrentar las demandas cotidianas y reducir el impacto emocional de la sobrecarga de responsabilidades.

VERBATIMS:

“No es igual enfrentar todo solo que tener a alguien que te escuche o te ayude”.

(Participante 016)

Las redes de apoyo funcionan como factores protectores frente al estrés, proporcionando acompañamiento emocional, comprensión y ayuda práctica en momentos de mayor exigencia.

Pregunta 6. ¿Qué estrategias utilizaría usted para mejorar su estilo de vida y su salud mental?

La constituyente predominante corresponde a las estrategias de afrontamiento, debido a que los participantes identifican acciones concretas orientadas a manejar la presión cotidiana,

reducir el estrés y preservar su bienestar emocional. Entre las estrategias más frecuentes se encuentran la organización del tiempo, la priorización de tareas, la flexibilización de las autoexigencias y la búsqueda de espacios de descanso.

VERBATIMS:

“Necesito mejor organizarme, pero también aprender a ser menos exigente conmigo misma”.

(Participante 016)

“Intento priorizar lo más importante del día y, al mismo tiempo aceptar que no siempre puedo hacerlo todo perfecto”.

(Participante 020)

De manera complementaria, emerge la dimensión de consumo cultural y comportamiento prosocial, evidenciada en actividades orientadas a la relajación y recuperación emocional.

VERBATIMS:

“Escuchar música y descansar un poco en los tiempos libres también me ayuda a despejar la mente”.

(Participante 023)

Estas estrategias permiten disminuir la tensión acumulada y favorecen la regulación emocional frente a las exigencias de la vida universitaria y personal.

4.2. Análisis por Variables Sociodemográficas.

La muestra estuvo conformada por 28 estudiantes universitarios con discapacidad física pertenecientes a distintas carreras de la Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí (ULEAM). Las edades de los participantes oscilaron entre los 18 y 27 años, distribuidas en tres rangos etarios: 18–20 años, 21–23 años y 24–27 años.

En términos generales, la población estudiada se caracterizó por presentar diferentes tipos de limitaciones físicas, principalmente relacionadas con dificultades de movilidad, secuelas de lesiones, afectaciones en extremidades inferiores, dolor lumbar, fatiga física y limitaciones funcionales asociadas a accidentes o condiciones congénitas. Estas condiciones influyen de manera significativa en la organización de sus estilos de vida, sus actividades cotidianas y su salud mental.

Asimismo, se observó que gran parte de los participantes enfrentan múltiples responsabilidades académicas, laborales y familiares, situación que genera exigencias físicas y emocionales importantes durante la etapa universitaria. A pesar de ello, la mayoría manifestó contar con redes de apoyo familiar y social, consideradas como elementos protectores frente al estrés y las dificultades derivadas de la discapacidad física y de las demandas universitarias.

Tabla 6

Características sociodemográficas de los participantes

Variable	Categoría	n	%
Sexo	Masculino	14	50%
	Femenino	14	50%
Edad	18–20 años	10	35.7%
	21–23 años	10	35.7%
	24–27 años	8	28.6%
Estado civil	Soltero/a	28	100%
Nivel socioeconómico	Clase media alta	8	28.6%

	Clase media	10	35.7%
	Clase media baja	10	35.7%
Situación laboral actual	Solo estudia	14	50%
	Estudia y trabaja	14	50%
Tiempo con la discapacidad	Congénita	9	32.1%
	Adquirida	19	67.9%
Facultad			
	Ciencias de la Salud	5	17.86%
	Ciencias de la Educación	5	17.86%
	Ciencias Sociales	5	17.86%
	Ciencias de la Vida y Tecnologías	5	17.86%
	Ciencias Administrativas, Contables y Comercio	4	14.29%
	Ciencias en Ingeniería, Industria y Construcción	4	14.29%
Porcentaje de discapacidad física reportado	15%-20%	6	21.43%
	21%-30%	14	50%
	31%-40%	3	10.71%
	41%-65%	5	17.86%

Nota. Elaboración propia.

La muestra estuvo conformada por estudiantes universitarios jóvenes con discapacidad física, predominando los participantes pertenecientes a clase media y media baja. Asimismo, se

evidenció una distribución equilibrada entre hombres y mujeres, así como entre quienes únicamente estudian y quienes combinan sus actividades académicas con responsabilidades laborales.

De igual manera, predominó la discapacidad adquirida sobre la congénita, observándose que gran parte de los participantes ha tenido que desarrollar procesos de adaptación física, emocional y académica frente a las limitaciones derivadas de su condición física. La totalidad de los estudiantes reportó contar con redes de apoyo familiar o social, consideradas como un elemento protector importante frente al estrés y las exigencias propias de la vida universitaria.

4.2.1. Caracterización sociodemográfica por constituyentes

4.2.1.1. Caracterización sociodemográfica por Sexo.

- **Sexo Masculino**

Tabla 7

Indicadores en el subgrupo sexo masculino (14 participantes)

Constituyente	Indicadores
Sistema de Roles	Rol académico predominante: 35,71% (5/14).
	Rol académico-familiar: 21,43% (3/14).
	Rol académico-laboral: 28,57% (4/14).
	Rol académico-familiar-laboral: 14,29% (2/14).
Sistema de Actividades	Predominio académico: 28,57% (4/14).
	Equilibrio estudio-familia: 21,43% (3/14).
	Equilibrio estudio-trabajo: 35,71% (5/14).
	Organización adaptativa: 14,29% (2/14).
Sistema Comunicativo	Red orientada a la familia: 28,57% (4/14).
	Red de apoyo mixta: 28,57% (4/14).
	Gestión emocional autónoma: 21,43% (3/14).

	Red orientada a pares: 21,43% (3/14).
	Orientación predominante hacia el futuro: 42,86% (6/14).
Orientación Temporal	Integración pasado-presente-futuro: 42,86% (6/14).
	Orientación centrada en el presente adaptativo: 14,29% (2/14).
	Autorrealización académica: 35,71% (5/14).
Autorrealización	Autorrealización académico-social: 28,57% (4/14).
	Autorrealización orientada a la autonomía: 35,71% (5/14).
	Afrontamiento activo y solución de problemas: 35,71% (5/14).
Estrategias de Afrontamiento	Afrontamiento basado en apoyo social: 21,43% (3/14).
	Afrontamiento adaptativo-reflexivo: 28,57% (4/14).
	Regulación emocional mediante autocuidado: 14,29% (2/14).

Nota. Elaboración propia.

Sistema de Roles. En los estudiantes de sexo masculino se observa que el rol académico constituye el principal eje organizador de su estilo de vida; sin embargo, una proporción importante complementa este papel con responsabilidades laborales y familiares. Esta distribución demuestra que los participantes no restringen su actuación a la universidad, sino que deben reaccionar a múltiples exigencias.

Sistema de Actividades. Las actividades cotidianas de este grupo presentan una distribución equilibrada de las responsabilidades educativas, laborales y familiares.

Podemos constatar que una parte importante de los participantes combina el estudio con el trabajo, mientras que otros ponen mayor énfasis en las actividades académicas o en el apoyo familiar. Igualmente, la existencia de procesos de organización adaptativa prueba que los estudiantes han tendido a reorganizar sus rutinas de modo de encajar la exigencia universitaria con las limitaciones que les da la discapacidad física. Se comprometen así, activamente, a los diferentes ámbitos de su existencia.

Sistema Comunicativo. En lo que respecta al sistema comunicativo, los resultados reflejan una proporción simétrica entre el apoyo familiar, las redes sociales próximas y el desarrollo de recursos personales que permiten la regulación emocional, la familia constituiría una base importante de acompañamiento, aunque los vínculos con amigos y compañeros universitarios también suponen espacios de apoyo y pertenencia. Paralelamente, algunos participantes recurren a recursos internos para afrontar las dificultades, evidenciando un proceso progresivo de autonomía emocional que fortalece su adaptación frente a las exigencias cotidianas.

Orientación Temporal. Presentan una orientación temporal predominantemente dirigida hacia el futuro, acompañada por una adecuada integración entre las experiencias del pasado y las demandas del presente, esto refleja que las vivencias relacionadas con la discapacidad física no son interpretadas únicamente como acontecimientos limitantes, sino como experiencias que han contribuido al desarrollo de aprendizajes, recursos personales, los participantes proyectan metas académicas y profesionales realistas, orientando sus esfuerzos actuales hacia la construcción de un proyecto de vida.

Autorrealización. En este grupo se encuentra vinculada principalmente al desarrollo académico, al fortalecimiento de la autonomía personal, los estudiantes perciben la educación superior como una oportunidad para potenciar sus capacidades, alcanzar independencia y mejorar sus condiciones de vida. Asimismo, la participación en actividades sociales y académicas favorece el desarrollo de competencias personales y el fortalecimiento de la autoestima, aspectos que contribuyen positivamente a su bienestar psicológico.

Estrategias de Afrontamiento. Se puede observar un predominio de respuestas activas encaminadas a la solución de problemas, acompañadas de procesos de reflexión, apoyo social y

autocuidado. Lo cual deja constancia de que los participantes pueden afrontar las dificultades mediante la planificación, la búsqueda de alternativas y el aprovechamiento de los recursos de que disponen, en lugar de asumir posiciones evitativas, las cuales favorecen una adaptación frente a las exigencias académicas, laborales y personales, afianzando la resiliencia y el mantenimiento del equilibrio emocional.

- **Sexo Femenino**

Tabla 8

Indicadores en el subgrupo sexo femenino (14 participantes)

Constituyente	Indicadores
Sistema de Roles	Rol académico predominante: 42,86% (6/14).
	Rol académico-familiar: 28,57% (4/14).
	Rol académico-laboral: 14,29% (2/14).
	Rol académico-familiar-laboral: 14,29% (2/14).
Sistema de Actividades	Predominio académico: 42,86% (6/14).
	Equilibrio estudio-familia: 28,57% (4/14).
	Equilibrio estudio-trabajo: 14,29% (2/14).
	Organización adaptativa: 14,29% (2/14).
Sistema Comunicativo	Red orientada a la familia: 42,86% (6/14).
	Red de apoyo mixta: 28,57% (4/14).
	Gestión emocional autónoma: 14,29% (2/14).
	Red orientada a pares: 14,29% (2/14).
Orientación Temporal	Orientación predominante hacia el futuro: 42,86% (6/14).
	Integración pasado-presente-futuro: 42,86% (6/14).
	Orientación centrada en el presente adaptativo: 14,29% (2/14).
Autorrealización	Autorrealización académica: 42,86% (6/14).
	Autorrealización académico-social: 35,71% (5/14).
	Autorrealización orientada a la autonomía: 21,43% (3/14).

Constituyente	Indicadores
Estrategias de Afrontamiento	Afrontamiento activo y solución de problemas: 28,57% (4/14).
	Afrontamiento basado en apoyo social: 35,71% (5/14).
	Afrontamiento adaptativo-reflexivo: 21,43% (3/14).
	Regulación emocional mediante autocuidado: 14,29% (2/14).

Nota. Elaboración propia.

Sistema de Roles. Se evidencia un predominio del rol académico como principal organizador de su estilo de vida, acompañado por responsabilidades familiares y, en menor medida, laborales. Esta distribución evidencia que las alumnas ponen por delante su formación universitaria como el grado de alcanzar sus metas, tanto personales como laborales, sin separarse del cumplimiento de los compromisos adquiridos dentro de un contexto familiar.

Sistema de Actividades. Las actividades diarias de las alumnas encuadran principalmente la honesta realización de las tareas que tienen que realizar, con las actividades familiares y, en alguna ocasión, el trabajo formando parte de un contexto familiar que asumen. Asimismo, la presencia de procesos de organización adaptativa evidencia la capacidad de ajustar sus rutinas de acuerdo con las exigencias universitarias y las necesidades derivadas de la discapacidad física, esta distribución de actividades refleja un estilo de vida organizado, en el que el estudio constituye el eje central del desarrollo personal y profesional, favoreciendo una participación activa dentro de la universidad.

Sistema Comunicativo. En cuanto al sistema comunicativo, la familia es la principal fuente de apoyo emocional y acompañamiento con que cuentan las participantes, y en segundo lugar las redes de apoyo formadas por amistades y compañeros universitarios, que en más o menor medida favorecerán el intercambio afectivo, la contención emocional y el afrontamiento compartido de las dificultades de la vida cotidiana. Sin embargo, algunas estudiantes denotan un

mayor nivel de autonomía en el manejo de sus emociones, aludiendo a haber adquirido un número de recursos personales que las capacita para gestionar situaciones de estrés y afrontar las demandas específicas de la actividad universitaria.

Orientación Temporal. Las estudiantes manifiestan una orientación temporal que se centra de forma preferente en el futuro, con una integración adecuada de las experiencias trayectoria les del pasado y de las exigencias del presente. Este modo de ordenar su experiencia les permite fijar metas académicas y profesionales adecuadas y contextualizan sus experiencias en torno a la discapacidad física en términos de oportunidades de aprendizaje y de desarrollo personal.

Autorrealización. Este crecimiento se expresa a través de la mejora de los estudios, la mejora de las relaciones interpersonales y finalmente el aumento progresivo de la autonomía, y son las participantes quienes consideran que la educación superior es una oportunidad para mejorar su potencial, aumentar sus conocimientos y levantar un proyecto de vida que mejore su autonomía personal y su bienestar. Así también, la intervención a través de actividades académicas de carácter social mejora la autoestima, la percepción de competencia y la satisfacción personal.

Estrategias de Afrontamiento. Se caracterizan por una combinación de apoyo social, resolución activa de problemas y procesos de reflexión personal, la búsqueda de acompañamiento en familiares, amigos y compañeros constituye un recurso importante para afrontar las dificultades derivadas de la vida universitaria y de la discapacidad física. Paralelamente, las participantes recurren a la planificación, la reorganización de sus actividades y al autocuidado como estrategias que favorecen la regulación emocional y una adaptación positiva frente a las demandas del entorno, fortaleciendo así su bienestar psicológico.

4.2.1.2. Caracterización sociodemográfica por Edad.

- 18-20 años

Tabla 9

Distribución de participantes según edad 18-20 años (10 participantes)

Constituyente	Indicadores
Sistema de Roles	Rol académico predominante: 60% (6/10).
	Rol académico-familiar: 20% (2/10).
	Rol académico-laboral: 20% (2/10).
Sistema de Actividades	Predominio académico: 50% (5/10).
	Equilibrio estudio-familia: 30% (3/10).
	Equilibrio estudio-trabajo: 20% (2/10).
Sistema Comunicativo	Red orientada a la familia: 40% (4/10).
	Red de apoyo mixta: 30% (3/10).
	Red orientada a pares: 20% (2/10).
	Gestión emocional autónoma: 10% (1/10).
Orientación Temporal	Orientación predominante hacia el futuro: 60% (6/10).
	Integración pasado-presente-futuro: 30% (3/10).
	Orientación centrada en el presente adaptativo: 10% (1/10).
Autorrealización	Autorrealización académica: 50% (5/10).
	Autorrealización académico-social: 30% (3/10).
	Autorrealización orientada a la autonomía: 20% (2/10).
Estrategias de Afrontamiento	Afrontamiento activo y solución de problemas: 40% (4/10).
	Afrontamiento basado en apoyo social: 30% (3/10).
	Afrontamiento adaptativo-reflexivo: 20% (2/10).
	Regulación emocional mediante autocuidado: 10% (1/10).

Nota. Elaboración propia.

Sistema de Roles. En este grupo etario se observa una mayor diversificación de roles, ya que el rol de estudiante convive con responsabilidades familiares y, en varios casos, laborales. A pesar de ello, la identidad académica continúa ocupando un lugar central, siendo la formación profesional el principal objetivo que orienta sus esfuerzos y decisiones cotidianas.

Sistema de Actividades. Las actividades se distribuyen entre el estudio, las obligaciones familiares y el trabajo, configurando una dinámica de mayor complejidad respecto al grupo más joven. Los participantes desarrollan estrategias de organización adaptativa que les permiten responder a las múltiples demandas sin abandonar sus metas académicas.

Sistema Comunicativo. Las redes de apoyo presentan un carácter mixto, integrando el acompañamiento familiar con el respaldo de amigos y compañeros universitarios. Estas relaciones cumplen una función protectora frente al estrés y facilitan el intercambio emocional y la colaboración académica.

Orientación Temporal. La integración entre pasado, presente y futuro se manifiesta de manera más consolidada. Los estudiantes reconocen las experiencias previas como fuentes de aprendizaje, viven el presente con sentido de responsabilidad y mantienen una proyección clara hacia el logro de objetivos personales y profesionales.

Autorrealización. La búsqueda de autorrealización se expresa tanto en el crecimiento académico como en la participación en actividades sociales y de apoyo a otros. Los logros obtenidos fortalecen la percepción de competencia y favorecen el desarrollo de una imagen positiva de sí mismos.

Estrategias de Afrontamiento. Las estrategias de afrontamiento combinan la solución activa de problemas con la reflexión personal y la búsqueda de apoyo social. Este grupo muestra

una mayor capacidad para reinterpretar las dificultades como desafíos manejables, utilizando recursos personales y relacionales para preservar el equilibrio emocional.

- **21 a 23 años**

Tabla 10

Indicadores del rango de edad de 21 a 23 años (10 participantes)

Constituyente	Indicadores
Sistema de Roles	Rol académico predominante: 40% (4/10).
	Rol académico-familiar: 20% (2/10).
	Rol académico-laboral: 20% (2/10).
	Rol académico-familiar-laboral: 20% (2/10).
Sistema de Actividades	Predominio académico: 30% (3/10).
	Equilibrio estudio-familia: 20% (2/10).
	Equilibrio estudio-trabajo: 30% (3/10).
	Organización adaptativa: 20% (2/10).
Sistema Comunicativo	Red orientada a la familia: 30% (3/10).
	Red de apoyo mixta: 40% (4/10).
	Red orientada a pares: 20% (2/10).
	Gestión emocional autónoma: 10% (1/10).
Orientación Temporal	Integración pasado-presente-futuro: 50% (5/10).
	Orientación predominante hacia el futuro: 40% (4/10).
	Orientación centrada en el presente adaptativo: 10% (1/10).
	Autorrealización académica: 40% (4/10).
Autorrealización	Autorrealización académico-social: 40% (4/10).
	Autorrealización orientada a la autonomía: 20% (2/10).
Estrategias de Afrontamiento	Afrontamiento activo y solución de problemas: 40% (4/10).
	Afrontamiento basado en apoyo social: 20% (2/10).
	Afrontamiento adaptativo-reflexivo: 30% (3/10).

Nota. Elaboración propia.

Sistema de Roles. Los participantes de mayor edad presentan una configuración de roles más compleja, donde las responsabilidades académicas coexisten con compromisos familiares, laborales e incluso de pareja. Esta multiplicidad de funciones favorece el desarrollo de una identidad más consolidada y una mayor percepción de responsabilidad frente a las demandas cotidianas.

Sistema de Actividades. Predominan las actividades organizadas en torno al equilibrio entre estudio, trabajo y responsabilidades familiares. La capacidad de reorganizar las rutinas y adaptar las tareas a las condiciones derivadas de la discapacidad física constituye una característica distintiva de este grupo, reflejando un elevado nivel de compromiso y autonomía.

Sistema Comunicativo. La red de apoyo se caracteriza por la integración de la familia, las amistades y las relaciones construidas en el ámbito universitario. En este sentido, el mismo también se manifiesta mayor inclinación hacia la gestión emocional autónoma en la medida de que se va reflejando un desarrollo gradual de recursos internos para el abordaje de las dificultades.

Orientación Temporal. En esta subcategoría brilla la integración de pasado, presente, futuro, lo que da medidas de una lectura más compleja de la trayectoria vital. Las experiencias previas son reinterpretadas como significativas aportaciones a la persona, mientras que el presente y el futuro se articulan alrededor de metas relativas a la culminación de los estudios, la estabilidad laboral y el bienestar personal.

Autorrealización. La autorrealización se orienta principalmente hacia la autonomía y la superación personal. Los participantes encuentran sentido en el cumplimiento de sus objetivos

académicos y laborales, percibiendo los logros alcanzados como resultado del esfuerzo y la perseverancia frente a las dificultades.

Estrategias de Afrontamiento. Se identifican estrategias de afrontamiento caracterizadas por la reflexión, la adaptación y la planificación. Los estudiantes recurren a la reorganización de las actividades, al apoyo de personas significativas y a la regulación emocional mediante actividades de autocuidado, lo que favorece una adecuada adaptación psicológica frente a las demandas de la vida universitaria y la discapacidad física.

- **24 a 27 años**

Tabla 11

Indicadores del rango de edad de 24 a 27 años (8 participantes)

Constituyente	Indicadores
Sistema de Roles	Rol académico predominante: 25% (2/8).
	Rol académico-familiar: 25% (2/8).
	Rol académico-laboral: 25% (2/8).
	Rol académico-familiar-laboral: 25% (2/8).
Sistema de Actividades	Equilibrio estudio-trabajo: 37,5% (3/8).
	Organización adaptativa: 37,5% (3/8).
	Equilibrio estudio-familia: 25% (2/8).
Sistema Comunicativo	Red de apoyo mixta: 37,5% (3/8).
	Red orientada a la familia: 25% (2/8).
	Gestión emocional autónoma: 25% (2/8).
	Red orientada a pares: 12,5% (1/8).
Orientación Temporal	Integración pasado-presente-futuro: 62,5% (5/8).
	Orientación predominante hacia el futuro: 25% (2/8).
	Orientación centrada en el presente adaptativo: 12,5% (1/8).
Autorrealización	Autorrealización orientada a la autonomía: 50% (4/8).

	Autorrealización académico-social: 25% (2/8).
	Autorrealización académica: 25% (2/8).
	Afrontamiento adaptativo-reflexivo: 37,5% (3/8).
Estrategias de Afrontamiento	Afrontamiento activo y solución de problemas: 25% (2/8).
	Afrontamiento basado en apoyo social: 25% (2/8).
	Regulación emocional mediante autocuidado: 12,5% (1/8).

Nota. Elaboración propia.

Sistema de Roles. Los participantes de mayor edad presentan una estructura de roles más compleja, en la que se integran las responsabilidades académicas, laborales y, en algunos casos, familiares. Esto refleja una etapa vital donde el proyecto profesional se combina con la consolidación de vínculos afectivos y el cumplimiento de nuevas obligaciones, configurando estilos de vida caracterizados por un mayor nivel de compromiso y responsabilidad.

Sistema de Actividades. Las actividades diarias giran, principalmente, en torno a la universidad y el trabajo, lo que da lugar a una dinámica de vida muy estructurada. La existencia de una serie de obligaciones obliga a la optimización del tiempo y al desarrollo de estrategias que sirvan para atender las demandas sin poner en riesgo el bienestar físico y psíquico. En este colectivo la discapacidad física se convierte también en un condicionante en la planificación y gestión de la energía diaria.

Sistema Comunicativo. La red de apoyo sigue teniendo un fuerte peso familiar, pero, a su vez, también las parejas y los vínculos sociales significativos cobran más protagonismo. Poder compartir responsabilidades y poder recibir apoyo emocional hace que la capacidad para afrontar problemas académicos, laborales o personales se vea acrecentada.

Orientación Temporal. Gracias a una atención claramente enfocada en el futuro, con metas relacionadas con finalizar la carrera, la inserción laboral estable y la creación de proyectos

personales y familiares, dicha proyección es un factor de motivación importante y facilita la persistencia frente a las dificultades que plantea la discapacidad física.

Autorrealización. Se observa un incremento en los niveles de autorrealización respecto a los grupos etarios más jóvenes. La satisfacción personal está vinculada al cumplimiento progresivo de metas, a la percepción de crecimiento profesional y a la capacidad de adaptarse a las condiciones impuestas por la discapacidad sin renunciar a los proyectos de vida. No obstante, los participantes reconocen que el equilibrio entre productividad y bienestar continúa siendo un desafío permanente.

Estrategias de Afrontamiento. Predomina en este grupo las estrategias de afrontamiento adaptativa/reflexiva (37,5%), seguida del afrontamiento activo orientado a la solución de problemas y del apoyo social (25%). En menor proporción los participantes recurren a estrategias de autocuidado para regular sus emociones (12,5%). Esto hizo que las personas mostraran una adecuada capacidad de adaptación ante las demandas académicas, laborales, familiares y en relación a las condiciones asociadas a la discapacidad física, desde un enfoque que favorece la salud mental.

4.2.1.3. Caracterización Sociodemográfica por Estado Civil.

Tabla 12

Indicadores en el subgrupo Soltero/a (28 participantes)

Constituyente	Indicadores
Sistema de Roles	Rol académico predominante: 46,43% (13/28).
	Rol académico-familiar: 21,43% (6/28).
	Rol académico-laboral: 17,86% (5/28).
	Rol académico-familiar-laboral: 14,29% (4/28).
Sistema de Actividades	Predominio académico: 39,29% (11/28).

Constituyente	Indicadores
Sistema Comunicativo	Equilibrio estudio-familia: 21,43% (6/28).
	Equilibrio estudio-trabajo: 25% (7/28).
	Organización adaptativa de actividades: 14,29% (4/28).
	Red orientada a la familia: 39,29% (11/28).
	Red de apoyo mixta: 28,57% (8/28).
	Red orientada a pares: 21,43% (6/28).
	Gestión emocional autónoma: 10,71% (3/28).
Orientación Temporal	Orientación predominante hacia el futuro: 50% (14/28).
	Integración pasado-presente-futuro: 35,71% (10/28).
	Orientación centrada en el presente adaptativo: 14,29% (4/28).
Autorrealización	Autorrealización académica: 42,86% (12/28).
	Autorrealización académico-social: 32,14% (9/28).
	Autorrealización orientada a la autonomía y superación personal: 25% (7/28).
Estrategias de Afrontamiento	Afrontamiento activo y solución de problemas: 39,29% (11/28).
	Afrontamiento basado en apoyo social: 28,57% (8/28).
	Afrontamiento adaptativo-reflexivo: 21,43% (6/28).
	Regulación emocional mediante autocuidado: 10,71% (3/28).

Nota. Elaboración propia.

Sistema de Roles. En el subgrupo de estudiantes solteros, el rol de estudiante universitario constituye el principal eje organizador de la personalidad y de las actividades cotidianas. La ausencia de responsabilidades asociadas a la vida conyugal favorece una mayor dedicación al desarrollo académico y a la construcción de proyectos personales, aunque una parte importante del grupo también participa activamente en las dinámicas familiares y laborales.

Sistema de Actividades. Las actividades diarias se concentran principalmente en las obligaciones académicas, complementadas por responsabilidades familiares y, en algunos casos, laborales. Se observa una adecuada organización del tiempo y una tendencia a adaptar las rutinas a las necesidades derivadas de la discapacidad física, favoreciendo la continuidad de la formación universitaria.

Sistema Comunicativo. Predominan las redes de apoyo centradas en la familia, complementadas por el acompañamiento de amistades y compañeros universitarios. Estos vínculos cumplen una función protectora, proporcionando apoyo emocional y colaboración frente a las demandas académicas y personales.

Orientación Temporal. Se evidencia una marcada orientación hacia el futuro, expresada en metas relacionadas con la culminación de la carrera universitaria, la inserción laboral y el desarrollo de una vida independiente. Las experiencias del pasado son integradas como aprendizajes que fortalecen el proyecto de vida.

Autorrealización. La autorrealización se relaciona, especialmente, con el crecimiento académico y la realización de los objetivos personales, logrando así la satisfacción del progresar en el ámbito educativo y en la obtención de competencias con la finalidad de alcanzar un mayor grado de autonomía y bienestar.

Estrategias de Afrontamiento. Sobresalen las estrategias de afrontamiento activas de tipo resolución de problemas, junto con la solicitud de apoyo social y la reflexión personal, encontramos la planificación y la comunicación con personas relevantes para poder sobrellevar las situaciones adversas provocadas por la discapacidad y la exigencia universitaria.

4.2.1.4. Caracterización sociodemográfica por nivel socioeconómico.

Tabla 13

Indicadores en el subgrupo clase media alta (8 participantes)

Constituyentes	Indicadores
Sistema de roles	Rol académico predominante: 50% (4/8). Rol académico-familiar: 25% (2/8). Rol académico-laboral: 12,5% (1/8). Rol académico-familiar-laboral: 12,5% (1/8).
Sistema de actividades	Predominio académico: 50% (4/8). Equilibrio estudio-familia: 25% (2/8). Equilibrio estudio-trabajo: 12,5% (1/8). Organización adaptativa de actividades: 12,5% (1/8).
Sistema comunicativo	Red orientada a la familia: 37,5% (3/8). Red de apoyo mixta: 37,5% (3/8). Red orientada a pares: 12,5% (1/8). Gestión emocional autónoma: 12,5% (1/8).
Orientación temporal	Orientación predominante hacia el futuro: 50% (4/8). Integración pasado-presente-futuro: 37,5% (3/8). Orientación centrada en el presente adaptativo: 12,5% (1/8).
Autorrealización	Orientación predominante hacia el futuro: 50% (4/8). Integración pasado-presente-futuro: 37,5% (3/8). Orientación centrada en el presente adaptativo: 12,5% (1/8).
Estrategia de afrontamiento	Afrontamiento activo y solución de problemas: 50% (4/8). Afrontamiento basado en apoyo social: 25% (2/8). Afrontamiento adaptativo-reflexivo: 12,5% (1/8). Regulación emocional mediante autocuidado: 12,5% (1/8).

Nota. Elaboración propia.

Sistema de Roles. Los estudiantes pertenecientes al nivel socioeconómico medio alto muestran un claro predominio del rol académico, favorecido por condiciones materiales y

familiares que facilitan la dedicación a la formación universitaria y a la construcción de metas de desarrollo personal.

Sistema de Actividades. Predominan las actividades vinculadas al estudio y al crecimiento profesional, observándose una menor presión derivada de responsabilidades laborales. Esto permite una mejor organización del tiempo y una participación más activa en actividades complementarias de formación.

Sistema Comunicativo. La familia y las amistades cercanas constituyen las principales fuentes de apoyo emocional. La disponibilidad de una red de apoyo estable favorece la percepción de seguridad y fortalece la adaptación frente a las demandas de la vida universitaria.

Orientación Temporal. Se aprecia una proyección clara hacia el futuro, sustentada en expectativas de desarrollo profesional y movilidad social. Los participantes mantienen metas definidas y consideran el esfuerzo académico como una inversión para alcanzar sus objetivos.

Autorrealización. La autorrealización se encuentra estrechamente relacionada con el rendimiento académico, la adquisición de conocimientos y la posibilidad de desarrollar plenamente las capacidades personales y profesionales.

Estrategias de Afrontamiento. Predominan las estrategias activas centradas en la solución de problemas, la organización del tiempo y el aprovechamiento de las redes de apoyo, elementos que favorecen una adecuada regulación emocional.

Tabla 14

Indicadores en el subgrupo clase media (10 participantes)

Constituyentes	Indicadores
Sistema de roles	Rol académico predominante: 40% (4/10). Rol académico-familiar: 20% (2/10).

	Rol académico-laboral: 20% (2/10).
	Rol académico-familiar-laboral: 20% (2/10).
Sistema de actividades	Predominio académico: 30% (3/10).
	Equilibrio estudio-familia: 20% (2/10).
	Equilibrio estudio-trabajo: 30% (3/10).
	Organización adaptativa de actividades: 20% (2/10).
Sistema comunicativo	Red orientada a la familia: 30% (3/10).
	Red de apoyo mixta: 40% (4/10).
	Red orientada a pares: 20% (2/10).
	Gestión emocional autónoma: 10% (1/10).
Orientación temporal	Integración pasado-presente-futuro: 50% (5/10).
	Orientación predominante hacia el futuro: 40% (4/10).
	Orientación centrada en el presente adaptativo: 10% (1/10).
Autorrealización	Autorrealización académica: 40% (4/10).
	Autorrealización académico-social: 30% (3/10).
	Autorrealización orientada a la autonomía y superación personal: 30% (3/10).
Estrategia de afrontamiento	Afrontamiento activo y solución de problemas: 40% (4/10).
	Afrontamiento basado en apoyo social: 20% (2/10).
	Afrontamiento adaptativo-reflexivo: 30% (3/10).
	Regulación emocional mediante autocuidado: 10% (1/10).

Nota. Elaboración propia.

Sistema de Roles. En el nivel socioeconómico medio se observa una mayor diversidad de roles, ya que las responsabilidades académicas se complementan con funciones familiares y, en algunos casos, laborales. Esta combinación favorece el desarrollo de capacidades de organización y adaptación.

Sistema de Actividades. Las actividades cotidianas se distribuyen entre el estudio, las obligaciones familiares y el trabajo, generando una dinámica que exige una adecuada administración del tiempo y de los recursos personales.

Sistema Comunicativo. Predominan las redes de apoyo mixtas, integradas por la familia y las amistades, las cuales ofrecen acompañamiento emocional y apoyo práctico frente a las exigencias propias de la vida universitaria.

Orientación Temporal. Los estudiantes presentan una adecuada integración entre las experiencias pasadas, las demandas del presente y las metas futuras, manteniendo expectativas positivas respecto a su desarrollo académico y profesional.

Autorrealización. La búsqueda de autorrealización se manifiesta tanto en el crecimiento académico como en la consolidación de relaciones sociales y en el fortalecimiento de la autonomía personal.

Estrategias de Afrontamiento. Se observan estrategias de afrontamiento flexibles, que combinan la resolución activa de problemas con la búsqueda de apoyo social y la reflexión personal para enfrentar situaciones estresantes.

Tabla 15

Indicadores en el subgrupo clase media baja (10 participantes)

Constituyentes	Indicadores
Sistema de roles	Rol académico-laboral: 30% (3/10). Rol académico-familiar-laboral: 30% (3/10). Rol académico-familiar: 20% (2/10). Rol académico predominante: 20% (2/10).
Sistema de actividades	Equilibrio estudio-trabajo: 40% (4/10). Organización adaptativa de actividades: 30% (3/10). Equilibrio estudio-familia: 20% (2/10). Predominio académico: 10% (1/10).
Sistema comunicativo	

	Red orientada a la familia: 40% (4/10).
	Red de apoyo mixta: 30% (3/10).
	Gestión emocional autónoma: 20% (2/10).
	Red orientada a pares: 10% (1/10).
Orientación temporal	Integración pasado-presente-futuro: 40% (4/10).
	Orientación predominante hacia el futuro: 30% (3/10).
	Orientación centrada en el presente adaptativo: 30% (3/10).
Autorrealización	Autorrealización orientada a la autonomía y superación personal: 40% (4/10).
	Autorrealización académico-social: 30% (3/10).
	Autorrealización académica: 30% (3/10).
Estrategia de afrontamiento	Afrontamiento basado en apoyo social: 30% (3/10).
	Afrontamiento adaptativo-reflexivo: 30% (3/10).
	Afrontamiento activo y solución de problemas: 20% (2/10).
	Regulación emocional mediante autocuidado: 20% (2/10).

Nota. Elaboración propia.

Sistema de Roles. Los estudiantes pertenecientes al nivel socioeconómico medio bajo muestran una mayor coexistencia entre los roles académicos, familiares y laborales. La necesidad de responder simultáneamente a diversas demandas favorece el desarrollo de una identidad marcada por la responsabilidad y el esfuerzo constante.

Sistema de Actividades. Las actividades se organizan principalmente alrededor del equilibrio entre estudio y trabajo, incorporando además responsabilidades familiares. Esta dinámica exige procesos continuos de adaptación y reorganización del tiempo para mantener el desempeño académico.

Sistema Comunicativo. La familia constituye el principal recurso de apoyo emocional y práctico, complementado por relaciones de amistad y por el desarrollo progresivo de recursos personales para la regulación emocional.

Orientación Temporal. Aunque los participantes enfrentan mayores desafíos económicos y sociales, mantienen una orientación positiva hacia el futuro y utilizan las experiencias pasadas como fuente de aprendizaje y motivación para alcanzar mejores oportunidades de vida.

Autorrealización. La autorrealización está ligada a la búsqueda de autonomía y de superación personal, además del logro académico como forma de mejorar las condiciones de la vida propia y de la vida familiar.

Estrategias de Afrontamiento. Las estrategias de afrontamiento tienen como base fundamental las redes de apoyo social, la reflexión sobre uno mismo, la capacidad de adaptación a las dificultades, etc. Estas formas de afrontamiento ayudan a conservar el equilibrio emocional y favorecen una respuesta resiliente ante las exigencias del contexto.

4.2.1.5. Caracterización sociodemográfica por situación laboral actual.

Tabla 16

Indicadores en el subgrupo Solo estudia (14 participantes)

Constituyentes	Indicadores
Sistema de roles	Rol familiar: (10/10) Subtipo: Hijo: (50%, 5/10). Hermano: (20%, 2/10). Tio: (10%, 1/10). Primo/a: (10%, 1/10). Sobrino: (10%, 1/10).

Sistema de actividades	Predominio académico: 50% (7/14). Equilibrio estudio-familia: 35,71% (5/14). Organización adaptativa de actividades: 14,29% (2/14).
Sistema comunicativo	Red familiar como principal apoyo: 71,4% (10/14). Red familiar y amistades: 28,6% (4/14).
Orientación temporal	Autorrealización académica: 50% (7/14). Autorrealización académico-social: 28,57% (4/14). Autorrealización orientada a la autonomía y superación personal: 21,43% (3/14).
Autorrealización	Afrontamiento activo y solución de problemas: 42,86% (6/14). Afrontamiento basado en apoyo social: 28,57% (4/14). Afrontamiento adaptativo-reflexivo: 21,43% (3/14). Regulación emocional mediante autocuidado: 7,14% (1/14).
Estrategia de afrontamiento	Afrontamiento activo y solución de problemas: 42,86% (6/14). Afrontamiento basado en apoyo social: 28,57% (4/14). Afrontamiento adaptativo-reflexivo: 21,43% (3/14). Regulación emocional mediante autocuidado: 7,14% (1/14).

Nota. Elaboración propia.

Sistema de Roles. En el subgrupo de estudiantes que únicamente se dedican a sus estudios, el rol académico constituye el principal organizador de la vida cotidiana. La mayoría centra sus esfuerzos en el cumplimiento de las exigencias universitarias, complementando este papel con responsabilidades familiares, lo que favorece una mayor concentración en el proyecto formativo y en las metas profesionales futuras.

Sistema de Actividades. Las actividades diarias se encuentran predominantemente orientadas al ámbito académico. La ausencia de responsabilidades laborales permite una mejor distribución del tiempo entre el estudio, la convivencia familiar y los espacios de descanso, facilitando una participación activa en las actividades universitarias.

Sistema Comunicativo. La familia es la principal fuente de apoyo emocional-práctico para ese grupo social, junto con las amistades y los compañeros del campus universitario. Red de apoyo que potencia la sensación de seguridad y se convierte en un recurso que protege para afrontar el estrés académico.

Orientación Temporal. Predomina la orientación al futuro, expresada en términos de metas relacionadas con la finalización de una carrera y una incursión en el mundo del trabajo. Este grupo social considera el presente como un tiempo de esfuerzos y preparación, mientras que las experiencias recogidas anteriormente son integradas en los aprendizajes que son de utilidad y que le permiten crecer a nivel personal.

Autorrealización. La autorrealización se encuentra vinculada principalmente al logro académico y al desarrollo de capacidades personales. El cumplimiento de objetivos educativos y la adquisición de conocimientos fortalecen la autoestima y la percepción de autoeficacia.

Estrategias de Afrontamiento. Las estrategias de afrontamiento más frecuentes se centran en la resolución activa de problemas y en la búsqueda de apoyo social. La organización del tiempo, la planificación de actividades y la comunicación con personas significativas constituyen recursos fundamentales para enfrentar las dificultades.

Tabla 17

Indicadores en el subgrupo Solo estudia y trabaja (14 participantes)

Constituyentes	Indicadores
Sistema de roles	Rol familiar: (10/10) Subtipo: Hijo: (50%, 5/10). Hermano: (20%, 2/10). Tio: (10%, 1/10). Primo/a: (10%, 1/10).

	Sobrino: (10%, 1/10).
Sistema de actividades	Equilibrio estudio-trabajo: 42,86% (6/14). Organización adaptativa de actividades: 28,57% (4/14). Equilibrio estudio-familia: 21,43% (3/14). Predominio académico: 7,14% (1/14).
Sistema comunicativo	Red de apoyo mixta: 35,71% (5/14). Red orientada a la familia: 28,57% (4/14). Gestión emocional autónoma: 21,43% (3/14). Red orientada a pares: 14,29% (2/14).
Orientación temporal	Integración pasado-presente-futuro: 42,86% (6/14). Orientación predominante hacia el futuro: 35,71% (5/14). Orientación centrada en el presente adaptativo: 21,43% (3/14).
Autorrealización	Autorrealización orientada a la autonomía y superación personal: 35,71% (5/14). Autorrealización académico-social: 35,71% (5/14). Autorrealización académica: 28,57% (4/14).
Estrategia de afrontamiento	Afrontamiento adaptativo-reflexivo: 35,71% (5/14). Afrontamiento activo y solución de problemas: 28,57% (4/14). Afrontamiento basado en apoyo social: 21,43% (3/14). Regulación emocional mediante autocuidado: 14,29% (2/14).

Nota. Elaboración propia.

Sistema de Roles. Los participantes que estudian y trabajan presentan una configuración de roles más compleja, ya que deben compatibilizar las exigencias académicas con responsabilidades laborales y familiares. Esta coexistencia de funciones favorece el desarrollo de habilidades de organización y responsabilidad, aunque incrementa las demandas cotidianas.

Sistema de Actividades. Las actividades se distribuyen entre el estudio y el trabajo, requiriendo una planificación constante y una reorganización adaptativa de las rutinas. Los

participantes procuran mantener un equilibrio entre sus obligaciones y los espacios destinados al descanso y la recuperación física.

Sistema Comunicativo. Predominan las redes de apoyo mixtas, integradas por la familia, amistades y compañeros de estudio o trabajo. Asimismo, algunos estudiantes muestran una mayor tendencia a gestionar sus emociones de manera autónoma, fortaleciendo recursos personales de adaptación.

Orientación Temporal. Se observa una adecuada integración entre las experiencias pasadas, las exigencias del presente y las metas futuras. El esfuerzo cotidiano es percibido como un medio para alcanzar estabilidad económica y realización profesional.

Autorrealización. La autorrealización se relaciona con la búsqueda de autonomía, independencia económica y desarrollo académico. El trabajo es valorado no solo como una necesidad, sino también como una oportunidad para fortalecer competencias personales y sociales.

Estrategias de Afrontamiento. Predominan las estrategias adaptativas y reflexivas, acompañadas de recursos de solución de problemas y apoyo social. La capacidad para reorganizar prioridades y buscar alternativas frente a las dificultades constituye un elemento protector para la salud mental de este subgrupo

4.2.1.6. Caracterización sociodemográfica según tiempo de adquisición de la discapacidad.

Tabla 18

Indicadores en el subgrupo discapacidad congénita (9 participantes)

Constituyentes	Indicadores
Sistema de roles	Rol familiar: (10/10) Subtipo: Hijo: (50%, 5/10).

	Hermano: (20%, 2/10).
	Tio: (10%, 1/10).
	Primo/a: (10%, 1/10).
	Sobrino: (10%, 1/10).
Sistema de actividades	Predominio académico: 44,44% (4/9).
	Equilibrio estudio-familia: 33,33% (3/9).
	Organización adaptativa de actividades: 22,22% (2/9).
Sistema comunicativo	Red orientada a la familia: 44,44% (4/9).
	Red de apoyo mixta: 33,33% (3/9).
	Red orientada a pares: 11,11% (1/9).
	Gestión emocional autónoma: 11,11% (1/9).
Orientación temporal	Orientación predominante hacia el futuro: 44,44% (4/9).
	Integración pasado-presente-futuro: 44,44% (4/9).
	Orientación centrada en el presente adaptativo: 11,11% (1/9).
Autorrealización	Autorrealización académica: 44,44% (4/9).
	Autorrealización académico-social: 33,33% (3/9).
	Autorrealización orientada a la autonomía y superación personal: 22,22% (2/9).
Estrategia de afrontamiento	Afrontamiento activo y solución de problemas: 33,33% (3/9).
	Afrontamiento basado en apoyo social: 33,33% (3/9).
	Afrontamiento adaptativo-reflexivo: 22,22% (2/9).
	Regulación emocional mediante autocuidado: 11,11% (1/9).

Nota. Elaboración propia.

Sistema de Roles. Los estudiantes con discapacidad congénita muestran un predominio del rol académico, el cual ha sido integrado desde etapas tempranas de su desarrollo junto con las adaptaciones necesarias para enfrentar las limitaciones físicas. Esto favorece una percepción más estable de identidad y de continuidad en sus proyectos de vida.

Sistema de Actividades. Las actividades cotidianas se organizan en función de las demandas académicas y familiares, incorporando estrategias adaptativas que favorecen la participación activa en los contextos universitario y social.

Sistema Comunicativo. La familia constituye la principal fuente de apoyo afectivo y práctico para los participantes; asimismo, las relaciones con amigos y compañeros complementan esta red de apoyo, fortaleciendo la percepción de aceptación, pertenencia e integración social.

Orientación Temporal. Se evidencia una adecuada integración entre pasado, presente y futuro. La experiencia de convivir con la discapacidad desde edades tempranas favorece procesos de aceptación y la formulación de metas realistas orientadas al crecimiento personal y profesional.

Autorrealización. La autorrealización se expresa a través de los logros académicos y del deseo de alcanzar independencia y autonomía. Los participantes perciben el desarrollo universitario como una oportunidad para ampliar sus capacidades y fortalecer su proyecto de vida.

Estrategias de Afrontamiento. Las estrategias de afrontamiento se caracterizan por la combinación de recursos activos y apoyo social. La planificación, la adaptación a las circunstancias y la búsqueda de acompañamiento emocional permiten afrontar las dificultades de manera positiva.

Tabla 19

Indicadores en el subgrupo discapacidad adquirida (19 participantes)

Constituyentes	Indicadores

Sistema de roles	Rol familiar: (19/19) Subtipo: Hijo: (50%, 5/15). Hermano: (10%, 1/10). Tio: (10%, 1/10). Primo/a: (10%, 1/10). Sobrino: (10%, 1/10).
Sistema de actividades	Equilibrio estudio-familia: 31,58% (6/19). Predominio académico: 26,32% (5/19). Organización adaptativa de actividades: 21,05% (4/19). Equilibrio estudio-trabajo: 21,05% (4/19).
Sistema comunicativo	Red orientada a la familia: 36,84% (7/19). Red de apoyo mixta: 31,58% (6/19). Gestión emocional autónoma: 15,79% (3/19). Red orientada a pares: 15,79% (3/19).
Orientación temporal	Integración pasado-presente-futuro: 42,11% (8/19). Orientación predominante hacia el futuro: 36,84% (7/19). Orientación centrada en el presente adaptativo: 21,05% (4/19).
Autorrealización	Autorrealización orientada a la autonomía y superación personal: 36,84% (7/19). Autorrealización académico-social: 31,58% (6/19). Autorrealización académica: 31,58% (6/19).
Estrategia de afrontamiento	Afrontamiento adaptativo-reflexivo: 31,58% (6/19). Afrontamiento activo y solución de problemas: 26,32% (5/19). Afrontamiento basado en apoyo social: 26,32% (5/19). Regulación emocional mediante autocuidado: 15,79% (3/19).

Nota. Elaboración propia.

Sistema de Roles. En los estudiantes con discapacidad adquirida se observa una mayor diversidad de roles y responsabilidades, producto de los procesos de adaptación desarrollados tras la adquisición de la discapacidad. El rol académico continúa siendo central, aunque se combina con compromisos familiares y laborales.

Sistema de Actividades. Las actividades cotidianas son una reorganización continua para mostrar el nuevo conjunto de condiciones físicas y de las exigencias universitarias. La habilidad de modificar las rutinas identifica a este subgrupo.

Sistema Comunicativo. La familia y la familia de apoyo mixta intervienen de manera muy importante en el proceso de ajuste. El soporte afectivo y la posibilidad de compartir lo vivido constituyen la vía para afrontar la dificultad, así como fortalecer el apoyo emocional.

Orientación Temporal. Predomina una integración positiva entre las experiencias pasadas y las expectativas futuras. Los participantes reinterpretan la discapacidad como una experiencia que, aunque desafiante, ha favorecido procesos de crecimiento y redefinición de metas personales.

Autorrealización. La autorrealización se relaciona con la recuperación de la autonomía, la superación de las limitaciones percibidas y la consolidación de un proyecto de vida orientado al desarrollo académico, personal y social.

Estrategias de Afrontamiento. Los estudiantes emplean estrategias de afrontamiento adaptativas y reflexivas, sustentadas en la resolución de problemas, la búsqueda de apoyo social y la regulación emocional, en consecuencia, estos recursos favorecen una adaptación resiliente frente a las exigencias derivadas de la discapacidad física y de la vida universitaria.

4.2.1.7. Caracterización sociodemográfica por facultad de pertenencia.

Tabla 20

Distribución de participantes según facultad de pertenencia

Facultad de pertenencia	Frecuencia (n)	Porcentaje (%)
Ciencias de la Salud	5	17,86%
Ciencias de la Educación	5	17,86%

Facultad de pertenencia	Frecuencia (n)	Porcentaje (%)
Ciencias Sociales	5	17,86%
Ciencias de la Vida y Tecnologías	5	17,86%
Ciencias Administrativas, Contables y Comercio	4	14,29%
Ingeniería, Industria y Construcción	4	14,29%
Total	28	100%

Nota. Elaboración propia.

La distribución de los participantes según facultad de pertenencia evidencia una representación equilibrada de distintas áreas académicas de la ULEAM como las facultades de Ciencias de la Salud, Ciencias de la Educación, Ciencias Sociales y Ciencias de la Vida y Tecnologías concentran cada una el 17,86% de la muestra, con cinco estudiantes respectivamente. Por su parte, las facultades de Ciencias Administrativas, Contables y Comercio, e Ingeniería, Industria y Construcción representan cada una el 14,29%, con cuatro participantes.

Esta distribución permite observar que la discapacidad física está presente en estudiantes de diversas áreas de formación universitaria, lo que amplía la comprensión del estilo de vida desde contextos académicos distintos. La pertenencia a diferentes facultades implica demandas particulares en cuanto a actividades, desplazamientos, exigencias académicas, prácticas preprofesionales y relaciones sociales; sin embargo, en todos los casos se mantiene como elemento común el rol de estudiante universitario, la necesidad de adaptación a la vida académica y la construcción de proyectos personales y profesionales.

Desde el enfoque personológico, la facultad de pertenencia constituye una variable contextual que influye en la organización del sistema de actividades, en las formas de interacción social y en las estrategias de afrontamiento que los estudiantes desarrollan frente a las exigencias de su formación. No obstante, esta variable se analiza de manera descriptiva, debido a

que las configuraciones del estilo de vida se explican con mayor profundidad a partir de los constituyentes personológicos y de las características sociodemográficas centrales de la muestra.

4.2.1.8. Caracterización sociodemográfica de los participantes según rango de porcentaje de discapacidad física.

Tabla 21

Indicadores en el subgrupo 15%-20% de discapacidad (6 participantes)

Constituyentes	Indicadores
Sistema de roles	Rol académico predominante: 50% (3/6). Rol académico-familiar: 16,67% (1/6). Rol académico-laboral: 16,67% (1/6). Rol académico-familiar-laboral: 16,67% (1/6).
Sistema de actividades	Predominio académico: 50% (3/6). Equilibrio estudio-trabajo: 16,67% (1/6). Equilibrio estudio-familia: 16,67% (1/6). Organización adaptativa de actividades: 16,67% (1/6).
Sistema comunicativo	Red orientada a la familia: 33,33% (2/6). Red de apoyo mixta: 33,33% (2/6). Red orientada a pares: 16,67% (1/6). Gestión emocional autónoma: 16,67% (1/6).
Orientación temporal	Orientación predominante hacia el futuro: 50% (3/6). Integración pasado-presente-futuro: 33,33% (2/6). Orientación centrada en el presente adaptativo: 16,67% (1/6).
Autorrealización	Autorrealización académica: 50% (3/6). Autorrealización académico-social: 33,33% (2/6). Autorrealización orientada a la autonomía y superación personal: 16,67% (1/6).

Estrategia de afrontamiento	Afrontamiento activo y solución de problemas: 50% (3/6).
	Afrontamiento basado en apoyo social: 16,67% (1/6).
	Afrontamiento adaptativo-reflexivo: 16,67% (1/6).
	Regulación emocional mediante autocuidado: 16,67% (1/6).

Nota. Elaboración propia.

Sistema de Roles. En el subgrupo con discapacidad física entre el 15% y el 20%, el rol académico predomina como eje organizador del estilo de vida. Al tratarse de porcentajes de discapacidad relativamente menores dentro de la muestra, los participantes tienden a mantener una participación activa en el contexto universitario, articulando el rol de estudiante con responsabilidades familiares o laborales en menor proporción.

Sistema de Actividades. Las actividades se concentran principalmente en el ámbito académico, con presencia de rutinas que combinan estudio, familia, trabajo y adaptación a la condición física. Aunque las limitaciones funcionales pueden generar ajustes en determinadas actividades, este grupo evidencia mayor continuidad en las tareas universitarias y recreativas.

Sistema Comunicativo.

La red de apoyo se distribuye entre la familia y lazos mixtos con amistades y compañeros del ámbito universitario. Esta presencia de apoyo social hace frente a la seguridad emocional y permite que el alumnado soporte las exigencias académicas de la universidad sin sufrir en demasía el aislamiento social.

Orientación Temporal.

La orientación hacia el futuro es la que más se enfatiza pues refleja metas referidas a la finalización de los estudios y al desarrollo profesional. Se entiende el presente como una etapa de construcción de capacidades, mientras que las experiencias vinculadas a la discapacidad se incorporan como parte del proceso que implica el aprendizaje a nivel personal.

Autorrealización.

La autorrealización se vincula principalmente con el crecimiento académico y la participación social. Los estudiantes perciben que el logro de objetivos universitarios fortalece su autoestima, su sentido de competencia y su proyección hacia una vida más autónoma.

Estrategias de Afrontamiento.

Las estrategias de afrontamiento se orientan principalmente hacia la solución activa de problemas. La planificación, la organización del tiempo y el uso de apoyo social o autocuidado permiten mantener el equilibrio emocional frente a las exigencias universitarias y personales.

Tabla 22

Indicadores en el subgrupo 21%-30% de discapacidad (14 participantes)

Constituyentes	Indicadores
Sistema de roles	Rol académico predominante: 42,86% (6/14). Rol académico-familiar: 21,43% (3/14). Rol académico-laboral: 21,43% (3/14). Rol académico-familiar-laboral: 14,29% (2/14).
Sistema de actividades	Predominio académico: 35,71% (5/14). Equilibrio estudio-familia: 21,43% (3/14). Equilibrio estudio-trabajo: 28,57% (4/14). Organización adaptativa de actividades: 14,29% (2/14).
Sistema comunicativo	Red orientada a la familia: 35,71% (5/14). Red de apoyo mixta: 35,71% (5/14). Red orientada a pares: 21,43% (3/14). Gestión emocional autónoma: 7,14% (1/14).
Orientación temporal	Orientación predominante hacia el futuro: 42,86% (6/14). Integración pasado-presente-futuro: 42,86% (6/14). Orientación centrada en el presente adaptativo: 14,29% (2/14).

Autorrealización	Autorrealización académica: 42,86% (6/14).
	Autorrealización académico-social: 28,57% (4/14).
	Autorrealización orientada a la autonomía y superación personal: 28,57% (4/14).
Estrategia de afrontamiento	Afrontamiento activo y solución de problemas: 35,71% (5/14).
	Afrontamiento basado en apoyo social: 28,57% (4/14).
	Afrontamiento adaptativo-reflexivo: 28,57% (4/14).
	Regulación emocional mediante autocuidado: 7,14% (1/14).

Nota. Elaboración propia.

Sistema de Roles. En el grupo con discapacidad física entre el 21% y el 30%, el rol académico continúa siendo predominante, aunque se observa una mayor coexistencia con responsabilidades familiares y laborales. Esta distribución evidencia que, pese a la presencia de limitaciones físicas moderadas, los participantes mantienen una participación activa en sus distintos espacios de vida.

Sistema de Actividades. Las actividades cotidianas muestran una combinación entre estudio, trabajo, responsabilidades familiares y procesos de adaptación. La organización del tiempo se vuelve un recurso fundamental para responder a las demandas universitarias sin descuidar el bienestar físico y emocional.

Sistema Comunicativo. La familia y las redes mixtas constituyen los principales soportes emocionales de este subgrupo. Los vínculos con compañeros universitarios también cumplen una función relevante, especialmente en el acompañamiento académico y la integración social.

Orientación Temporal. Puede observarse un equilibrio entre la mirada hacia futuro y la integración pasado-presente-futuro. Los participantes proyectan metas profesionales, pero

también son conscientes de la significatividad de sus experiencias pasadas como elementos que han robustecido su capacidad de adaptación.

Autorrealización. Se concreta la autorrealización a través de los logros académicos, la participación social y la búsqueda de la autonomía. La discapacidad física como condición es precisada y reconocida como solicitante de ajustes, pero no como un obstáculo para el desarrollo personal.

Estrategias de Afrontamiento. Las estrategias predominantes combinan la solución activa de problemas, el apoyo social y la reflexión personal. Esta diversidad de recursos contribuye a una adaptación resiliente frente a las demandas de la vida universitaria y a las dificultades derivadas de la condición física.

Tabla 23

Indicadores en el subgrupo 31%-40% de discapacidad (3 participantes)

Constituyentes	Indicadores
Sistema de roles	Rol académico-familiar: 33,33% (1/3).
	Rol académico-laboral: 33,33% (1/3).
	Rol académico-familiar-laboral: 33,33% (1/3).
Sistema de actividades	Organización adaptativa de actividades: 33,33% (1/3).
	Equilibrio estudio-familia: 33,33% (1/3).
	Equilibrio estudio-trabajo: 33,33% (1/3).
Sistema comunicativo	Red orientada a la familia: 33,33% (1/3).
	Red de apoyo mixta: 33,33% (1/3).
	Gestión emocional autónoma: 33,33% (1/3).
Orientación temporal	Integración pasado-presente-futuro: 66,67% (2/3).
	Orientación predominante hacia el futuro: 33,33% (1/3).
Autorrealización	Autorrealización orientada a la autonomía y superación personal: 33,33% (1/3).

	Autorrealización académico-social: 33,33% (1/3).
	Autorrealización académica: 33,33% (1/3).
Estrategia de afrontamiento	Afrontamiento adaptativo-reflexivo: 33,33% (1/3).
	Afrontamiento activo y solución de problemas: 33,33% (1/3).
	Afrontamiento basado en apoyo social: 33,33% (1/3).

Nota. Elaboración propia.

Sistema de Roles. En el subgrupo con discapacidad física entre el 31% y el 40%, los roles se distribuyen entre responsabilidades académicas, familiares y laborales, sin un predominio absoluto de una sola categoría. Esto refleja una configuración más diversa, donde los estudiantes deben articular distintos espacios de responsabilidad según sus condiciones personales y contextuales.

Sistema de Actividades. Las actividades se caracterizan por la necesidad de adaptación constante. La organización del tiempo, el equilibrio entre estudio y responsabilidades familiares o laborales y la adecuación de las tareas a la condición física se vuelven elementos centrales del estilo de vida.

Sistema Comunicativo. Las redes de apoyo se expresan de manera diferenciada entre familia, vínculos mixtos y gestión emocional autónoma. Aunque el tamaño del subgrupo es reducido, se observa que el apoyo social y los recursos internos cumplen una función importante en la regulación emocional.

Orientación Temporal. Destaca la predicción con pasado-presente-futuro, el cual anota que las personas han acudido a la interpretación de sus experiencias para organizar el presente y proyectar el futuro. Esta predicción favorece la continuidad del proyecto de vida.

Autorrealización. La autorrealización se desarrolla mediante el éxito académico, la implicación social y la búsqueda de la autonomía. Esta data estaría indicando que el desarrollo

personal es múltiple y se construye a partir de varias fuentes de satisfacción y también de sentido de vida.

Estrategias de Afrontamiento. Las estrategias de afrontamiento se distribuyen de manera equilibrada entre la reflexión adaptativa, la solución de problemas y la búsqueda de apoyo social. Esta diversidad indica que los estudiantes utilizan distintos recursos para manejar las exigencias derivadas de la discapacidad y del contexto universitario.

Tabla 24

Indicadores en el subgrupo 41% o 65% de discapacidad (5 participantes)

Constituyentes	Indicadores
Sistema de roles	Rol académico-familiar-laboral: 40% (2/5). Rol académico-familiar: 20% (1/5). Rol académico-laboral: 20% (1/5). Rol académico predominante: 20% (1/5).
Sistema de actividades	Organización adaptativa de actividades: 40% (2/5). Equilibrio estudio-trabajo: 20% (1/5). Equilibrio estudio-familia: 20% (1/5). Predominio académico: 20% (1/5).
Sistema comunicativo	Red de apoyo mixta: 40% (2/5). Red orientada a la familia: 20% (1/5). Gestión emocional autónoma: 20% (1/5). Red orientada a pares: 20% (1/5).
Orientación temporal	Integración pasado-presente-futuro: 40% (2/5). Orientación predominante hacia el futuro: 40% (2/5). Orientación centrada en el presente adaptativo: 20% (1/5).
Autorrealización	Autorrealización orientada a la autonomía y superación personal: 40% (2/5). Autorrealización académica: 40% (2/5).

	Autorrealización académico-social: 20% (1/5).
Estrategia de afrontamiento	Afrontamiento adaptativo-reflexivo: 40% (2/5).
	Afrontamiento activo y solución de problemas: 20% (1/5).
	Afrontamiento basado en apoyo social: 20% (1/5).
	Regulación emocional mediante autocuidado: 20% (1/5).

Nota. Elaboración propia.

Sistema de Roles. En este caso, que corresponde al grupo con condiciones de discapacidad física igual o mayor al 41%, se hace evidente que se trata de un grupo en el cual la articulación de roles es muy compleja. Los participantes asumen el rol académico y también integran las tareas de la vida familiar y laboral, lo que confirma que son personas con una gran capacidad de compromiso a distintas exigencias de la vida diaria.

Sistema de Actividades. La organización adaptativa de las actividades constituye el indicador más representativo de este grupo. Debido al mayor porcentaje de discapacidad, los estudiantes requieren ajustar con mayor frecuencia sus rutinas, tiempos de desplazamiento, descanso y participación en actividades académicas o laborales.

Sistema Comunicativo. Las redes de apoyo mixtas adquieren especial importancia, ya que la familia, los compañeros y las amistades funcionan como recursos de acompañamiento emocional y práctico. Al mismo tiempo, algunos participantes desarrollan recursos de gestión emocional autónoma para enfrentar situaciones de cansancio o frustración.

Orientación Temporal. La orientación temporal combina la proyección hacia el futuro con la integración de experiencias pasadas y presentes. Los participantes mantienen metas académicas y profesionales, pero estas se construyen desde una conciencia clara de las adaptaciones necesarias para sostener su bienestar.

Autorrealización. La autorrealización está asociada a la búsqueda de autonomía y la superación personal y académica. En este grupo, cada avance formativo o personal cobra un gran sentido, en tanto que es una ocasión de reafirmar capacidades y de ir consolidando la identidad personal, incluso frente a las limitaciones físicas.

Estrategias de Afrontamiento. Predominan las estrategias adaptativo-reflexivas, acompañadas de solución del problema, con apoyo social y con autocuidado. Estas estrategias permiten manejar la carga física y emocional asociada a la discapacidad, favoreciendo procesos de resiliencia y estabilidad psicológica.

4.3. Análisis por Constituyente del Estilo de Vida

El presente apartado tiene como propósito integrar información recolectada a través de las distintas técnicas aplicadas en la investigación, las cuales comprenden el Anecdotario, la Hoja del Día, la Entrevista Semiestructurada, triangulando estos hallazgos con las dimensiones evaluadas en el Cuestionario Autodescriptivo del Estilo de Vida (EV-4).

Con este fin, se diseñó y estructuró una matriz que permite operativizar el análisis de acuerdo con la propuesta personológica del Dr. Israel Mayo Parra, organizando el discurso y la cotidianidad de los estudiantes en los Componentes Estructurales, que delimitan cómo el sujeto organiza su posición, gestiona sus demandas diarias e interactúa con el entorno social mediante sus sistemas de roles, actividades y redes de comunicación; y los Componentes Funcionales, que desglosan los procesos psicológicos internos, tales como la orientación temporal, los niveles de autorrealización (consumo cultural y conducta prosocial) y las estrategias de afrontamiento que viabilizan su crecimiento y el resguardo de su equilibrio psíquico.

Tabla 25*Análisis individual de los constituyentes de los participantes*

Infor mante	Sistema de Roles (Estructural)	Sistema de Actividades (Estructural)	Sistema Comunic ativo-Redes de Apoyo (Estructural)	Orientación Temporal (Funcional)	Autorrealización: Consumo Cultural y Prosocial (Funcional)	Estrategias de Afrontamiento (Funcional)	Relación con la Salud Mental
001	Estudiante-Familiar Predomina el rol de estudiante, con plementado con los roles de hijo y amigo, evidenciando mpromiso académico y responsabilidad familiar.	Mantiene una rutina eficiente y organizada entre actividades de casa y con limitaciones en la actividad física debido a su condición.	Recibe apoyo constante de su familia y amigos cercanos, sin las cuales estas relaciones se perciben como fuente de motivación y estabilidad emocional.	Se proyecta hacia alcanzar metas profesionales y finalizar la carrera, dirigiendo sus esfuerzos hacia fines del futuro.	Disfruta del aprendizaje, de las redes sociales para fines recreativos y de actividades culturales vinculadas con su propia formación.	Enfrenta las dificultades existentes a través de la organización del tiempo, la reflexión personal y el apoyo social.	Presenta una salud mental relativamente estable, aunque experimenta episodios de estrés académico y cansancio físico que logra abordar a través de estrategias adaptativas.

002	Estudiante- trabajador de alta responsabilidad personal. Involucra activamente el papel de estudiante, obrero e hijo, prima la formación profesional y tiene una alta capacidad para reunir varias obligaciones del día a día.	Desarrolla una rutina activa entre estudios y trabajo, procurando equilibrar sus responsabilidad es con momentos de descanso.	La familia y las amistades representan su principal red de apoyo emocional.	Mantiene expectativas positivas respecto a su desarrollo personal y profesional	Muestra interés por actividades recreativas y de convivencia que fortalecen su bienestar.	Utiliza la planificación, ellas exigencias descanso y el diálogo con personas cercan as para enfrentar situaciones estresantes.	El estrés derivado de ellas exigencias académicas y laborales se ve amortiguado por una adecuada red de apoyo y recursos de enfrentamiento.
003	Estudiante con fuerte vínculo familiar. El rol académico cons	Su actividad está centrada en la universidad y en las tareas del	Entiende la familia como el principal elemento emocional y	Las derivaciones futuras y la orientación al	Disfruta de contenidos culturales y de actividades	Utiliza estrategias de regulación emocional	Presenta estabilidad emocional con alguna manifestación

	tituye el eje central de identidad actual, manteniendo además una participación activa como hijo y amigo, lo que fortalece su sentido de pertenencia y compromiso social.	hogar, suhabiéndose reservado escasos espacios de diversión.	mantiene una buena relación con sus amigos.	mundo del trabajo son claras.	vinculadas a su profesión.	como la introspección, la escritura y el apoyo social.	ansiosa asociada a las exigencias académicas.
004	Perfil: Estudiante en fase de adaptación y desarrollo. Principalmente desempeña el rol del	Presenta una rutina organizada, pero reconoce que tiene dificultades con incluir suficiente	Cuenta con una sólida red de apoyo familiar y relaciones satisfactorias con sus compañeras de estudio.	Se proyecta como profesional, visualizando la discapacidad como una condición que requiere adaptación y no una limitación	Encuentra satisfacción en actividades vinculadas con la naturaleza, la sostenibilidad y el entretenimiento digital.	Afronta el estrés mediante la organización de tareas, pausas activas y apoyo afectivo.	Se observan niveles moderados de estrés académico, compens ados por recursos personales y apoyo social.

Estudiante, actividad física
acompañado de y descansar.
los roles de Hija
y de Amiga,
que se refleja en
el compromiso
que manifiesta
con su
formación y su
correcta
adaptación a las
demandas
universitarias.

005	Estudiante- trabajador orientado al logro.	Combina actividades universitarias y laborales, lo que incrementa las exigencias diarias. Combina las laborales y	La familia y las amistades constituyen una fuente de apoyo y motivación.	Mantiene metas definidas relacionadas con la culminación de sus estudios y estabilidad laboral	Participa en actividades recreativas cuando el tiempo y las condiciones físicas lo permiten.	Recorre a la planificación y acompañamiento de personas significativas para afrontar las dificultades.	El equilibrio entre múltiples responsabilidades favorece un adecuado funcionamiento psicológico, aunque con
------------	---	---	--	--	--	--	---

familiares,
destacándose
por su esfuerzo
y perseverancia
para cumplir
sus metas
personales y
profesionales.

episodios de
tensión.

006	Estudiante con responsabilidad familiar y proyección profesional.	Se muestra una organización correcta del día a día, Primodificando tareas, en función de sus capacidades físicas.	Tiene relaciones íntimas, tanto con familiares como compañeros de trabajo, sintiendo un apoyo emocional constante por parte de aquéllos.	Tiene una buena percepción del futuro y objetivos profesionales claros.	La autorrealización se encuentra unida al avance académico y al desarrollo personal.	Utiliza estrategias de autocontrol, planificación y comunicación de las emociones.	La percepción del apoyo favorece una adaptación correcta ante las demandas personales y académicas.
------------	--	---	--	---	--	--	---

		de crecimiento y autonomía.					
007	Estudiante con integración social positiva.	Organiza sus actividades alrededor de la vida universitaria y las responsabilidades domésticas. mantiene relaciones familiares y de amistad que favorecen su desarrollo personal y universitario.	La interacción con la familia y el grupo de pares fortalece su bienestar subjetivo.	Orienta sus esfuerzos hacia la consecución de objetivos profesionales.	Valora las actividades culturales y recreativas como espacios de crecimiento personal.	Emplea estrategias de afrontamiento en la resolución de problemas y el apoyo social.	Presenta una adecuada adaptación psicológica, con estrés ocasional asociado a la carga académica.
008	Estudiante resiliente con apoyo familiar.	Desarrolla una rutina organizada, percibiendo el cansancio de estudiante	La familia sería la base principal de su apoyo emocional, elaborado y	Se proyecta en la línea del tiempo cuanto a su futuro, con expectativas de desarrollo	Consigue satisfacer parte de sus necesidades con actividades de ocio, así como de	Utiliza la planificación, el descanso y la expresión emocional	Aún cuando mantiene un estado emocional estable, expresa que ha sentido algunos

	ocupa el lugar físico influye en reforzado por las profesional y lograr un aumento como vías para momentos de predominante ciertos amistades. autonomía. en la cantidad de afrontar estas cansancio en su vida, momentos de la sus relaciones necesidades. relacionados con las acompañado de vida cotidiana. personales. exigencias marcadas los roles de hija por la universidad. y amiga, sustentados en una dinámica familiar protectora y de apoyo constante .					
009	Estudiante co Las actividades mprometido co académicas ocu red de apoyo n su desarrollo pan la mayor funcional personal. Integ parte de su integrada por ra los roles de rutina familiares y estudiante, hijo diaria, combina amigos y amigo, das con otorgando espacios de prioridad a ocio. la culminación	Dispone de una funcional integrada por familiares y amigos	Presenta una orientación marcada hacia la superación personal y profesional.	La autorrealización se asocia con el cumplimiento de metas académicas y la ayuda a otras personas.	Afronta las dificultades mediante la reflexión y el apoyo interpersonal.	La presencia de apoyo social favorece una percepción positiva de su bienestar psicológico.

de sus estudios
y a
la construcción
de un proyecto
de vida estable.

010	Estudiante responsable y perseverante. Desempeña sus funciones académicas y familiares con elevado sentido del deber, mostrando capacidad para adaptarse a las demandas de su contexto	Organiza sus actividades procurando mantener equilibrio entre estudio, descanso y vida personal.	Mantiene vínculos familiares y sociales satisfactorios.	Se proyecta laboralmente, considerando la discapacidad como un desafío superable	Participa en actividades recreativas culturales compatibles con sus posibilidades físicas.	Recurre a la organización y al diálogo para enfrentar el estrés.	Presenta indicadores de adaptación positiva y resiliencia frente a las exigencias cotidianas.
011	Estudiante con identidad académica con	Mantiene una rutina estructurada y	Cuenta con una red de apoyo sólida,	Se orienta al cumplimiento de metas	Experimenta satisfacción al desarrollar	Experimenta satisfacción al desarrollar	Se observa estabilidad emocional con

	solidada. El rol adaptada a sus especialmente académicas y actividades actividades adecuada capacidad universitario co necesidades familiar. profesionales vinculadas a su vinculadas a su de adaptación. nstituye el eje físicas. formación y formación y de su recreación. recreación. vida cotidiana, acompañado por un adecuado cumpl imiento de las responsabilidad es familiares y sociales.						
012	Estudiante- trabajadora co n alto compromi so. Integra los roles de estudiante, trabajadora e hija, organizando sus	Presenta una rutina exigente entre estudios y la familia trabajo, adaptando las actividades físicas cuando es necesario.	Percibe apoyo constante de la familia y compañeros universitarios.	Mantiene metas claras relacionadas con el desarrollo profesional y la independencia.	Encuentra realización personal en el aprendizaje y en el cumplimiento de sus objetivos.	Afronta las dificultades mediante la organización, el apoyo social y el autocontrol emocional.	Aunque enfrenta elevados niveles de exigencia, dispone de recursos protectores que favorecen su salud mental.

responsabilidad
es de forma que
favorezcan el
logro de sus
metas
profesionales.

013	Estudiante con orientación al crecimiento personal. El rol académico predomina sobre los demás, complementándose con una participación activa en el ámbito familiar y social que fortalece su desarrollo integral.	Su rutina se caracteriza por la planificación y el cumplimiento de responsabilidades con universitarias.	Las relaciones familiares y de amistad son un importante factor protector.	Posee una mirada optimista y de futuro.	Valora las actividades recreativas y culturales como parte de su desarrollo integral.	Emplea estrategias de solución de problemas y de búsqueda de apoyo.	Muestra un adecuado equilibrio emocional, con episodios leves de estrés adaptativo
------------	---	--	--	---	---	---	--

014	Perfil: Estudiante con proyecto de vida definido. Desarrolla la figura del estudiante, la del hijo y la del amigo dando prioridad física a su formación profesional, mostrando una actitud perseverante ante las demandas que le plantea su discapacidad física.	Combinando las actividades académicas y familiares, ajustándose a algunos aspectos en función de su discapacidad	La familia y las amistades son el soporte emocional más importante.	En su proyección de futuro se visualiza como un profesional del área de la salud, sosteniendo expectativas positivas de futuro.	La autorrealización puede asociarse con el éxito académico y la posibilidad de ayudar a los demás.	Utiliza, además, su salud mental se estrategias de afrontamiento, con adecuada serenamente, capacidad de haciendo uso de adaptación y manejo la organización de su estrés y del diálogo cotidiano. con personas de confianza.
------------	---	--	---	---	--	---

015	Estudiante-familiar. Gestion a demandas bajo el rol predominante de estudiante, articulado de forma secundaria con sus responsabilidades como hijo y compañero.	Rutina centrada en clases vespertinas y estudio; planifica trayectos y descansos para mitigar la fatiga física de su condición.	Red de vínculos que le brinda alta seguridad emocional y apoyo principalmente por la madre y un grupo de amigos.	Integra de forma saludable sus metas vitales proyectándose por hacia la culminación de su carrera para alcanzar la autonomía y el porvenir.	Se observa un bajo consumo cultural (ocio pasivo en internet y música) y un nulo comportamiento prosocial activo en su cotidianidad.	Recurre a procesos cognitivos funcionales basados en mantener la calma, el análisis racional de las demandas y la selección de vías de solución.	Seguridad del soporte afectivo materno, y apoyo del grupo de amigos.
016	Estudiante con perfil de alta exigencia académica. Alto sentido de compromiso y	Alta inversión de tiempo en tareas; ejecuta pausas activas en el aula para manejar molestias físicas.	Vínculos interpersonales estables; se apoya en una comunicación directa con su núcleo familiar y relaciones	Mantiene la esperanza y el sentido de dirección enfocando su atención en proyectar el porvenir	Centra su potencial humano en la superación intelectual y académica, con escasa participación en eventos artísticos o de	Proceso reflexivo ante el estrés; asume posturas activas mediante la solicitud de consejos, búsqueda de	Bienestar subjetivo positivo anclado al sentido de logro académico, manifestando vulnerabilidad al agotamiento en

	autoexigencia c entrado casi exclusivamente en las expectativas y comportamien tos del rol de estudiante universitario.	armónicas con sus pares de facultad.	profesional a mediano y largo plazo.	ayuda comunitaria.información y soporte en allegados.	periodos de alta demanda.	
017	Estudiante con perfil doméstico-familiar. Compartmarcha diaria e y gestiona simultáneament e las demandas y comportamien tos propios de su rol académico y de su rol como	Ocupaciones divididas entre la facultad y el hogar; regula la	Red de apoyo social funcional y cercana; mantiene una comunicación fluida y un fuerte intercambio de afecto con sus padres y amigos.	Capacidad proyectiva saludable; establece metas vitales dirigidas a la inserción laboral futura, buscando dar dirección a su vida.	Consumo cultural digital (redes sociales y música ligera); comporta miento prosocial volcado al bienestar y asistencia directa de su núcleo familiar.	Maneja el estrés adoptando cond uctas de distracción y evasión saludable dentro del hogar para atenuar de momentánea las tensiones.

hijo colaborado
r dentro del
hogar.

018	Estudiante con perfil académico-metódico.	Rutina activa con clase matutinas y revisión científica nocturna; adapta recorridos para minimizar el desgaste motor. Asume el rol de estudiante como eje estructurador de su vida diaria, asignándole el mayor nivel de compromiso y demanda a esta faceta.	Sistema de vínculos que genera un entorno seguro; interacción y apoyo continuo por parte de familiares y compañeros de aula.	Orientación temporal orientada al futuro; entiende el presente como el consolidador hacia la preparación del mañana profesional.	Consumo orientado a la literatura científica y académica; muestra por el contrario empatía y actitudes de ayuda mutua en el ámbito universitario puro.	Estrategia centrada en la autorregulación emocional; responde a los conflictos con la paciencia, la pausa y la elucubración objetiva.	Ante las exigencias académicas opta por la reflexión y el acoplamiento a la exigencia.
019	Estudiante con perfil académico-estructurado.	Acciones absolutamente organizadas; incluidas	Red social caracterizada por la elevada disponibilidad y	Vincula, de manera saludable, su esfuerzo presente con los	Interés por la superación educativa como eje de desarrollo	Toma una posición activa frente a las crisis; utiliza	La coherencia entre sus metas futuras y sus ocupaciones

	Gestion a un rol de estudiante de alta responsabilidad, manteniendo en paralelo un rol activo y comprometido o en la dinámica interna de su familia.	pausas físicas de obligado cumplimiento.	elevada empatía; comunicación abierta y asertiva que proporciona un apoyo psicológico y práctico.	idearios claros de autorrealización, autonomía de los ingresos y metas a largo plazo.	personal; comportamientos colaborativos que se organizan en favor de su contexto próximo.	recursos cognoscitivos dirigidos a la búsqueda de soluciones prácticas de forma rápida y práctica.	fortalece su autoestima.
020	Estudiante-familiar. Deumpa	Concentración temporal en la universidad; implementa conductas de autocuidado físico preventivo contra el dolor.	Sistema comunicativo sólido y centralizado en el núcleo familiar, el cual provee un fuerte intercambio afectivo.	Orientación temporal dirigida al cumplimiento de sus metas y aspiraciones profesionales.	Consumo cultural limitado a actividades recreativas familiares los fines de semana; alta empatía y solidaridad	Afrontamiento de base reflexiva; procesa las situaciones estresantes con calma, buscando mantener el	Recibe de su familia seguridad y validación emocional.

	de forma estricta a las expectativas y demandas de ambos contexto s.			afectiva intrafamiliar.	orden mental antes de actuar.		
021	Estudiante con la anchura académica muy intensa. Se ven abocados a un rol único que se impone con un grado alto de manera total: el rol estudiante universitario, en detrimento de las otras exigencias	Estructura muy absorbente de estudio.	Red de apoyo social con una dimensión muy pequeña y con un carácter muy selectivo; relación protectora con los padres.	Orientación temporal muy marcada hacia el futuro ideal; los sacrificios del presente son pensados como el único camino para poder usufructuar del éxito.	Consumo cultural muy reducido por la escasa cantidad de tiempo libre; presencia individual.	La respuesta ante el conflicto es la defensiva e introvertida, huyendo brevemente a la retirada y al procesamiento interno del malestar.	Presenta vulnerabilidad a la sobrecarga y a la ansiedad a causa de la ausencia de un sistema de actividades diversificado.

	sociales o afectivas.					
022	Estudiante con perfil social-afectivo. Maneja e equilibra de forma fluida las demandas del rol de estudiante con las responsabilidades sociales.	Distribución equilibrada de estudio y de paseos ligeros; excluye las actividades de sport de alta capacidad motoras.	Red de vínculos amplia, tiene relaciones armónicas; proporciona la seguridad necesaria, abrazos y validaciones frecuentes.	Proyección al futuro optimista; mezcla equilibradamente sus experiencias del presente con la proyección de su futuro.	Consumo cultural dinámico (salidas tranquilas, música); alto comportamiento prosocial basado en la empatía, el compañerismo y la solidaridad.	Afrontamiento proactivo y dialógico; maneja las crisis buscando activamente consejos, intercambiando puntos de vista y solicitando soporte.
023	Estudiante con carácter académico-cooperativo. Rol de estudiante que es ejecutado con un alto	Organización temporal, apuntando a las actividades escolares y a las actividades con el grupo; adecúa su	Interacción social con sus compañeros de clase; mantiene estrecho vínculo comunicativo y de mutua confianza con su madre.	Fuerte motivación de logro; sus objetivos de vida o la búsqueda del éxito han guiado el comportamiento en el actual.	Consumo de la cultura asociado al debate académico y a la lectura; el comportamiento prosocial de corte orientado hacia el liderazgo y hacia	Postura activa ante los problemas; huye de la dilatación o la evasión y realiza un uso de los recursos

	grado de liderazgo, compromiso y proactividad en las actividades que exigen interacciones grupales.	medio físico a la renuncia a posturas ergonómicas.		el apoyo entre pares.	cognitivos orientado hacia la solución y de forma inmediata.
024	Estudiante con perfil familiar-resiliente. Estudiana clases en la te, trabajadora del hogar y esposa. Conflicto: Tensión interna y culpa por el cumplimiento de expectativas domésticas fren	Dedica mañanas al hogar y tardes ULEAM, sin ocio individual. El dolor de pierna limita la caminata.	El/a cónyuge constituye su red principal de apoyo, ayudando a la obtención de seguridad y ayuda práctica en las exigencias diarias de su entorno.	Su horizonte va hacia el futuro: en su planificación de graduarse en Ingeniería Industrial, quiere modificar su calidad de vida.	Conductas de consumo: paseos de bajo impacto en la playa con su cónyuge. Prosocial: conducta vinculada con la armonía y el cuidado mutuo de la casa. Comprende una conducta de reorganización activa; planifica espacio familiar, el con su pareja la delegación de las tareas pesadas para así reducir la carga emocional. Estrés por la multiplicidad de roles y la presión del apoyo y la validación del cónyuge amortiguan la irrupción emocional.

	te a las académicas.					
025	Estudiante con perfil laboral-resiliente. Estudiante, trabajador e hijo. Es percibido en su entorno como una persona responsable.	Clases matutinas, pasantías vespertinas y trabajo los domingos (8h). Evita estar de pie por secuela de su condición.	Interacción dinámica en pasantías. Red de apoyo íntima y digital por las noches con su familia y la persona que está conociendo.	Orientado al futuro, mantiene una alta motivación por culminar su carrera y lograr la plena independencia económica e institucional.	Consumo: Ver fútbol y descanso los sábados. Prosocial: Empatía; busca utilizar su propia experiencia de discapacidad para ayudar a otros.	Afrontamiento reflexivo y positivo; ante las crisis mantiene la calma, solicita consejo a su red de confianza y aplica soluciones prácticas.
026	Estudiante con orientación prosocial-comunitaria. Estudiante futura docente de Educación Inicial, hija y	Prácticas docentes matutinas y clases en ULEAM. La rigidez de columna le exige estiramientos.	Vínculos de alta seguridad; comunicación íntima y nocturna diaria con sus padres y fuerte apoyo instrumental/afecti	Orientación hacia el futuro ideal, establece como meta vital ejercer la docencia e impulsar la inclusión educativa desde su	Consumo: Manuales. Prosocial: Elevado comportamiento altruista mediante el trabajo infantil comunitario y la participación	Regulación cognitiva y emocional basada en la respiración profunda, la paciencia, la aceptación de la
						Bienestar y paz emocional derivados de su fe. Se observa frustración transitoria cuando el cansancio de la espalda desgasta su energía.

	colaboradora doméstica. Es una figura activa de acompañamient o para los niños	vo de sus compañeras.	vivencia personal.	activa en su iglesia.	realidad y el diálogo con seres queridos.
027	Estudiante con Debates perfil matutinos en intelectual- el campus, reflexivo. redacción de Estudiantes y lectura te de analítica; Sociología, fatiga crónica hijo, hermano y en espalda. observador críti co de la realidad. Es soporte de asesoría intelectual para su hermana.	Círculo comunicat ivo reducido, pero de alta intensidad intelectual en biblioteca. Intercambio afectivo al almorzar con madre y hermana.	Orientación hacia el futuro crítico. C entra su mirada en el análisis y comprensión de las dinámicas de desigualdad y exclusión social.	Consumo: Cine cl ásico, música de autor y yoga de regulación corpora l. Prosocial: Orien tado a la transformación co nceptual de la discapacidad.	Afrontamiento Desgaste emocional y riesgo latente de aislamiento social analiza el estrés debido a la tendencia a sobreanalizar racio nalmente sus límites físicos. perspectiva estructural, usando además el silencio y el descanso regulador.

028	Estudiante con perfil laboral.	Trabajo en laboratorio	Redes de apoyo que validan su ritmo que se entrelazan con comunicación y constante soporte afectivo con su madre y amigos cercanos de la facultad.	Orientado hacia el futuro realista. Se planifica de una manera muy detallada lo que será su posterior inserción en el campo de los laboratorios y la investigación científica.	Consumo: Ocuparse de su jardín/plantas, leer novela de misterio, escuchar música indie. Prosocial: Ayuda de forma activa para que la madre continúe y se sienta bien.	Estilo de vida activo y ordenado; se enfrenta a las crisis entendiéndolas paso por paso, evitando caer en el sobrepensar y ralentizando la marcha si lo necesita.	Sentimientos de saturación emocional y hacia el exceso, el orden y sus aficiones le devuelven el control que necesita recuperar sobre su vida.
------------	---------------------------------------	------------------------	--	--	---	---	--

Nota. Elaboración propia.

4.3.1.1.Distribución de la Muestra por Configuración del Estilo de Vida.

Tabla 26

Distribución de las configuraciones tipológicas del estilo de vida identificadas

Configuración Tipológica del Estilo de Vida	N	%	Participantes
a) Estilo de vida orientado al desarrollo personal y la proyección de metas.	10	35.71%	001, 004, 007, 010, 012, 015, 018, 021, 023, 026.
b) Estilo de vida de adaptación resiliente frente a la discapacidad física.	9	32.14%	003, 006, 009, 014, 017, 020, 024, 025, 028.
c) Estilo de vida caracterizado por la sobrecarga de responsabilidades y la búsqueda de bienestar emocional.	9	32.14%	002, 005, 008, 011, 013, 016, 019, 022, 027.
TOTAL	28	100%	N=28

Nota. Elaboración propia.

Tabla 27

Caracterización de la configuración tipológica I: Estilo de vida orientado al desarrollo personal y la proyección de metas

Constituyente	Característica Distintiva
Sistema de Roles Define las expectativas, responsabilidades y comportamientos que la	En estos participantes, el rol de estudiante universitario de nivel superior es asumido como el eje identitario primario y prioritario, no experimentan el estudio como una imposición

persona asume en la sociedad, marcando el sentido de compromiso y las demandas cotidianas que debe gestionar.	externa, sino como una elección consciente ligada a su autovaloración. Existe un elevado sentido de la responsabilidad y el compromiso: se autoexigen altos estándares de rendimiento, asumen liderazgos en proyectos académicos y perciben sus obligaciones formativas como el peldaño obligatorio para la consolidación de su estatus futuro. Si bien algunos comparten roles secundarios (como el de hijos colaboradores o trabajadores a tiempo parcial), logran jerarquizar sus demandas diarias de modo que ninguna interfiera con el cumplimiento de su rol profesional en desarrollo.
Sistema de Actividades Conjunto de acciones y ocupaciones diarias a las que el sujeto dedica su tiempo y energía (trabajo, estudio, descanso), reflejando su grado de participación activa y compromiso vital.	La organización del tiempo en este grupo es altamente estructurada, productiva y predominantemente activa, el bloque principal de su energía diaria se invierte en el estudio formal, la investigación, la revisión de literatura científica y la asistencia a espacios extracurriculares (como cursos, congresos o ayudantías de cátedra). La distribución de sus jornadas muestra una inversión mínima de tiempo al ocio, el descanso es concebido de manera funcional: no como una vía de escape o procrastinación, sino como una actividad necesaria para recuperar la energía y mantener el rendimiento óptimo en sus tareas principales.
Sistema Comunicativo (Red de apoyo social) Red de vínculos interpersonales (familia, amigos, pareja, docentes) que brindan seguridad emocional, validación y ayuda ante las dificultades.	Los sujetos de este grupo poseen redes de apoyo social altamente efectivas y percibidas como funcionales, sus relaciones interpersonales se caracterizan por una comunicación asertiva y una selectividad de vínculos que aportan de manera positiva a sus aspiraciones. Encuentran en la familia un soporte de validación afectiva y estabilidad económica, mientras que sus redes de pares como

	los amigos brindan apoyo emocional y los compañeros de estudios son importantes para su desarrollo académico. El intercambio afectivo es recíproco y saludable; utilizan la red de apoyo no desde la dependencia emocional, sino como un recurso clave de contención y retroalimentación que les permite amortiguar la tensión académica sin desviar la atención de sus propósitos de desarrollo.
Orientación Temporal Capacidad del individuo para integrar su pasado, vivir conscientemente el presente y proyectarse hacia el futuro mediante metas vitales que sostienen la esperanza.	La característica distintiva y rectora de este grupo es una marcada orientación temporal hacia el futuro, plenamente conectada con el accionar del presente. El pasado es integrado de forma reflexiva como una fuente de experiencias, aprendizajes y andamiaje cognitivo. El presente se vive con un alto sentido de intencionalidad y disciplina, bajo la premisa de que "el hoy construye el mañana". La proyección de metas a mediano y largo plazo (graduación, estudios de posgrado, inserción en nichos laborales de alta exigencia o emprendimientos científicos) es clara, estructurada y realista, esta visión de futuro actúa como el motor motivacional que sostiene el esfuerzo actual.
Autorrealización Proceso de despliegue del potencial humano y búsqueda de sentido, expresado en el consumo cultural (educación, arte, aficiones) y el comportamiento prosocial.	La autorrealización se encuentra directamente vinculada a la expansión de sus capacidades intelectuales y humanas. Su consumo cultural es selectivo y enriquecedor: dedican sus espacios de esparcimiento a la lectura formativa o de alta literatura, la visualización de documentales, el aprendizaje de nuevos idiomas, el arte o aficiones que estimulan la creatividad. Asimismo, demuestran un fuerte componente de comportamiento prosocial expresado en la empatía y la solidaridad horizontal; participan activamente en tutorías

	entre pares, proyectos de vinculación comunitaria y ayuda desinteresada hacia compañeros que presentan dificultades metodológicas, encontrando en el progreso colectivo un sentido de trascendencia personal.
Estrategias de Afrontamiento	Ante los estresores académicos y las crisis personales, este grupo despliega de manera predominante estrategias de
Recursos cognitivos	afrontamiento proactivas y racionales-reflexivas.
y conductuales utilizados por el	Los estudiantes evitan el uso de mecanismos
sujeto para manejar el estrés,	defensivos como la evitación, la negación o la queja pasiva,
las crisis o las demandas	en su lugar, cuando se enfrentan a una sobrecarga de tareas
exigentes del entorno (postura	o conflictos relacionales, operan bajo un enfoque de solución
activa, reflexiva o defensiva).	de problemas: planifican sus acciones, desglosan las
	dificultades en pasos manejables, autogestionan el
	tiempo con rigurosidad y reestructuran cognitivamente la
	situación estresante para verla como un desafío o una
	oportunidad de aprendizaje, protegiendo con ello su
	homeostasis psíquica.

Nota. Elaboración propia.

Esta configuración tipológica agrupa al 35.71% de la muestra general (N=10), integrada por los participantes 001, 004, 007, 010, 012, 015, 018, 021, 023 y 026. Los sujetos incluidos en este grupo se distinguen por una alta capacidad de autorregulación y una estructuración de la personalidad donde el crecimiento académico-profesional, el planteamiento de metas ambiciosas y la búsqueda constante de superación actúan como los principales núcleos inductores de la actividad.

Estos participantes tienen metas claras hacia el futuro, como terminar con éxito su carrera o acceder a estudios de posgrado, organizan su tiempo con rigor y resuelven sus problemas de forma analítica y directa en lugar de evadirlos, experimentan constantes logros cotidianos, esto les da una gran seguridad en sí mismos, haciéndoles sentir que tienen el control sobre sus

vidas y sus capacidades, sus relaciones interpersonales también son un gran apoyo; se comunican de forma clara y sana con su familia, profesores y amigos, lo que les brinda seguridad emocional sin llegar a depender de los demás.

Tabla 28

Caracterización de la configuración tipológica II: Estilo de vida de adaptación resiliente frente a la discapacidad física

Constituyente	Característica Distintiva
Sistema de Roles Define las expectativas, responsabilidades y comportamientos que la persona asume en la sociedad, marcando el sentido de compromiso y las demandas cotidianas que debe gestionar.	En este grupo, el rol de estudiante universitario continúa siendo el eje central de la identidad personal; sin embargo, dicho rol se encuentra estrechamente vinculado al proceso de adaptación a las exigencias derivadas de la discapacidad física. Estos participantes asumen sus responsabilidades académicas y familiares desde una postura de perseverancia, entendiendo que el esfuerzo adicional que requieren sus actividades cotidianas forma parte de su realidad y no constituye un impedimento para avanzar. Aunque varios desempeñan simultáneamente otros roles, como hijos colaboradores, trabajadores o miembros activos de sus grupos de pares, logran reorganizar sus prioridades y desarrollar una actitud resiliente frente a las limitaciones físicas, transformando las dificultades en oportunidades para fortalecer su autonomía y sentido de competencia.
Sistema de Actividades Grupo de actividades y ocupaciones innata necesidad de adaptación. Estos estudiantes organizan diarias que el sujeto lleva a cabo, en sus días y semanas teniendo en cuenta las exigencias de la las que se ocupa su tiempo y su energía (acción, estudio, descanso),	La organización de las actividades de cada día presenta una innata necesidad de adaptación. Estos estudiantes organizan diarias que el sujeto lleva a cabo, en sus días y semanas teniendo en cuenta las exigencias de la formación, introduciendo tiempos de descanso, variaciones en los desplazamientos y variaciones en algunas actividades físicas con objeto de salvaguardarse el bienestar. A pesar

reflejando su participación activa y su implicación en la vida. del cansancio o las barreras del entorno, mantienen una participación activa en la vida universitaria y en las tareas del hogar, procurando equilibrar el estudio, el descanso y los espacios de recreación. La flexibilidad y la capacidad para reorganizar sus rutinas constituyen una fortaleza distintiva de este perfil.

Sistema Comunicativo

(Red de apoyo social)

Red de vínculos interpersonales

(familia, amigos, pareja y docentes) que brindan seguridad emocional, validación y ayuda ante las dificultades.

Los individuos que forman parte de esta construcción disponen de unas redes de apoyo valoradas como potentes y emocionalmente relevantes. La familia es el soporte del plano afecto y la práctica, colaborando y mostrando comprensión en los instantes de más alta exigencia, mientras que las amistades y compañeros universitarios constituyen una vía de apoyo emocional y colaboración académica. Las relaciones interpersonales ejercerán su función protectora ante el estrés y facilitarán un afrontamiento positivo de las vivencias asociadas a la discapacidad, favoreciendo la sensación de pertenencia y aceptación social.

Orientación Temporal

Capacidad del individuo para

integrar su pasado,

vivir conscientemente el presente y

proyectarse hacia el futuro mediante

metas vitales que sostienen la

esperanza.

La orientación temporal de este grupo se caracteriza por una integración positiva de las experiencias pasadas, muchas de ellas asociadas al proceso de adaptación a la discapacidad física. Las dificultades vividas son reinterpretadas como experiencias de aprendizaje y crecimiento personal. El presente se vive con una actitud de esfuerzo y compromiso cotidiano, mientras que el futuro se proyecta con optimismo y expectativas realistas de desarrollo académico, laboral y personal. La esperanza y la convicción de que la discapacidad no limita sus posibilidades constituyen elementos centrales de su configuración psicológica.

Autorrealización Proceso de despliegue del potencial humano y búsqueda de sentido, expresado en el consumo cultural y el comportamiento prosocial.	La autorrealización se vincula con la superación personal, el logro académico y la posibilidad de contribuir positivamente a la sociedad. Estos estudiantes encuentran satisfacción en el cumplimiento de sus metas educativas y en actividades recreativas o culturales adaptadas a sus intereses y posibilidades, como la lectura, el uso de plataformas digitales, documentales, contenidos educativos o espacios de interacción social. Además, muestran comportamientos prosociales basados en la empatía y la solidaridad, especialmente hacia otros compañeros que atraviesan situaciones de dificultad, reconociendo en sus propias experiencias una fuente de sensibilidad y comprensión hacia los demás.
Estrategias de Afrontamiento Recursos cognitivos y conductuales utilizados por el sujeto para manejar el estrés, las crisis o las demandas exigentes del entorno.	Frente a las demandas académicas y las situaciones relacionadas con la discapacidad física, este grupo utiliza predominantemente estrategias de afrontamiento activas y adaptativas. Es frecuente que recurran a la planificación de actividades, la reorganización del tiempo, la reflexión personal y la búsqueda de apoyo en familiares o personas de confianza. Aunque reconocen experimentar momentos de frustración, cansancio o preocupación, no permanecen en una posición pasiva frente a las dificultades. Por el contrario, desarrollan recursos de resiliencia que les permiten reinterpretar las adversidades como desafíos manejables, fortaleciendo su capacidad de adaptación y preservando su equilibrio emocional.

Nota. Elaboración propia.

Esta configuración tipológica agrupa al 32,14% de la muestra (N=9), integrada por los participantes 003, 006, 009, 014, 017, 020, 024, 025 y 028. Los estudiantes que conforman este perfil se distinguen por haber desarrollado un estilo de vida basado en la adaptación resiliente

frente a la discapacidad física, donde las limitaciones funcionales no son concebidas como obstáculos insuperables, sino como condiciones que requieren reorganización, esfuerzo y ajuste permanente.

Estos participantes han incorporado estrategias de afrontamiento activas y redes de apoyo sólidas que les permiten enfrentar el estrés académico y las demandas cotidianas sin perder de vista sus proyectos personales. La familia, las amistades y el entorno universitario actúan como factores protectores que fortalecen su bienestar psicológico y facilitan la construcción de una identidad positiva.

Asimismo, muestran una clara proyección hacia el futuro, expresada en metas concretas relacionadas con la culminación de sus estudios, la inserción laboral y el logro de una vida independiente. La discapacidad física es integrada como una experiencia que ha favorecido el desarrollo de cualidades como la perseverancia, la empatía y la capacidad de adaptación, configurando un estilo de vida caracterizado por la resiliencia, la búsqueda de autonomía y el compromiso con el propio crecimiento personal.

Tabla 29

Caracterización de la configuración tipológica III: Estilo de vida caracterizado por la sobrecarga de responsabilidades y la búsqueda de bienestar emocional

Constituyente	Característica distintiva
Sistema de Roles	En esta configuración, los participantes asumen de manera
Define las expectativas,	simultánea múltiples roles, predominando el de estudiante
responsabilidades	universitario, pero coexistiendo con responsabilidades
y comportamientos que la persona familiares, laborales y, en algunos casos, de apoyo a otros	
asume en la sociedad, marcando el miembros del hogar. El desempeño de estos roles es	
sentido de compromiso y las	vivido con un elevado sentido del deber y compromiso,

demandas cotidianas que debe gestionar.	aunque frecuentemente se acompaña de sentimientos de presión y autoexigencia. El cumplimiento de las obligaciones académicas y personales es percibido como una prioridad, incluso cuando esto implica relegar necesidades individuales de descanso o recreación. La identidad personal se construye alrededor de la capacidad de responder a las demandas del entorno, generando una dinámica de sobrecarga que exige constantes esfuerzos de adaptación.
Sistema de actividades Conjunto de acciones y ocupaciones diarias a las que el sujeto dedica su tiempo y energía (trabajo, estudio, descanso), reflejando su grado de participación activa y compromiso vital.	Las actividades cotidianas de este grupo se caracterizan por una agenda intensa y altamente demandante. La mayor parte del tiempo se destina al estudio, las tareas universitarias, las responsabilidades domésticas y, en algunos casos, las actividades laborales. La organización de la rutina se encuentra orientada al cumplimiento de obligaciones, dejando espacios limitados para el descanso, el ocio y el autocuidado. Como consecuencia, es frecuente que estos participantes experimenten cansancio físico y emocional, reconociendo la necesidad de incorporar más actividades recreativas o momentos de desconexión que favorezcan su bienestar integral.
Sistema Comunicativo (Red de apoyo social) Red de vínculos interpersonales (familia, amigos, pareja y docentes) que brindan seguridad emocional, validación y ayuda ante las dificultades.	Los miembros de esta configuración poseen redes de apoyo social adecuadas, pero la familia juega un papel prioritario por ser la principal fuente de apoyo emocional y de ayuda concreta. Las amistades y los compañeros estudiantiles también tienen una función a destacar con el acompañamiento en los estudios y el intercambio de experiencias de vida universitaria. Sin embargo, al existir una carga de obligaciones, algunas participantes tienden a guardar sus dificultades o a esperar a

	expresar sus emociones y las experiencias de vida cuando la comunicación con personas de confianza se encuentra como estrategia por el hecho de que el nivel de estrés ya ha llegado a estar elevado.
Orientación temporal	La orientación temporal de este grupo se caracteriza por una
Capacidad del individuo para integrar su pasado, vivir conscientemente el presente y proyectarse hacia el futuro mediante metas vitales que sostienen la esperanza.	fuerte conexión entre las exigencias del presente y las aspiraciones futuras. Los participantes consideran que el esfuerzo actual constituye el medio necesario para alcanzar estabilidad profesional, independencia económica y mejores oportunidades de vida. Aunque en ocasiones las demandas cotidianas generan preocupación o sensación de agotamiento, mantienen expectativas positivas sobre el futuro y perciben que los sacrificios realizados en el presente tendrán una recompensa significativa a largo plazo.
Autorrealización	La autorrealización se encuentra asociada al cumplimiento de
Proceso de despliegue del potencial humano y búsqueda de sentido, expresado en el consumo cultural y el comportamiento prosocial	metas académicas, la superación personal y la capacidad de construir un proyecto de vida satisfactorio. Estos estudiantes encuentran sentido en el aprendizaje y en el desarrollo de competencias que les permitan mejorar su calidad de vida y la de sus familias. Su consumo cultural se orienta hacia actividades recreativas de baja demanda física, como el uso de redes sociales, la visualización de series, documentales o contenido educativo y la interacción virtual con amigos. Asimismo, muestran actitudes empáticas y colaborativas, brindando apoyo a compañeros y valorando las relaciones solidarias como un elemento importante de su bienestar emocional.
Estrategias de afrontamiento	Frente a la acumulación de responsabilidades y al estrés
Recursos cognitivos y conductuales utilizados por el	derivado de las exigencias académicas y personales, este grupo despliega estrategias de afrontamiento centradas en la

sujeto para manejar el estrés, organización, la planificación y la búsqueda de apoyo las crisis o las demandas exigentes emocional. Con frecuencia recurren al diálogo con familiares del entorno. o amigos, a la reflexión personal, a escuchar música, ver contenido recreativo o realizar pausas para recuperar el equilibrio emocional.

Aunque experimentan episodios de cansancio, frustración o preocupación, no adoptan una postura pasiva frente a las dificultades. Por el contrario, intentan reorganizar sus actividades y desarrollar mecanismos de autorregulación que les permitan continuar avanzando hacia sus objetivos sin comprometer completamente su bienestar psicológico.

Nota. Elaboración propia.

Esta configuración tipológica agrupa al 32,14% de la muestra (N=9), integrada por los participantes 002, 005, 008, 011, 013, 016, 019, 022 y 027. Los sujetos incluidos en este perfil se distinguen por desarrollar un estilo de vida marcado por la coexistencia de múltiples responsabilidades y la constante búsqueda de equilibrio emocional, donde las demandas académicas, familiares y, en algunos casos, laborales, ocupan gran parte de su tiempo y energía.

Estos estudiantes organizan su vida cotidiana en función del cumplimiento de obligaciones y metas futuras, mostrando un elevado nivel de compromiso y responsabilidad. Sin embargo, la intensidad de sus actividades favorece la aparición de episodios de estrés, cansancio físico y desgaste emocional, especialmente cuando perciben que las exigencias superan los recursos disponibles o cuando las limitaciones asociadas a la discapacidad física incrementan la complejidad de las tareas diarias.

A pesar de ello, cuentan con recursos protectores importantes. Las redes de apoyo familiar y social, junto con el uso de estrategias de afrontamiento adaptativas, les permiten manejar las dificultades y mantener una percepción positiva de sus proyectos de vida. La

búsqueda de bienestar emocional se convierte así en un objetivo transversal que orienta sus decisiones y comportamientos, promoviendo la construcción de un estilo de vida donde el esfuerzo, la resiliencia y la necesidad de autocuidado coexisten como elementos fundamentales de su desarrollo personal y académico.

4.4. Relación con la Salud Mental.

Configuración tipológica I: Estilo de vida orientado al desarrollo personal y la proyección de metas.

La configuración tipológica orientada al desarrollo personal y la proyección de metas evidencian una relación favorable con la salud mental de los estudiantes universitarios con discapacidad física, los participantes que integran esta tipología muestran una orientación temporal predominantemente futura, caracterizada por la formulación de objetivos académicos, profesionales y personales que otorgan sentido y dirección a sus actividades cotidianas; Esta capacidad de proyectarse hacia el futuro favorece sentimientos de esperanza, motivación y propósito de vida, elementos reconocidos como factores protectores de la salud mental.

Desde el enfoque personológico, la presencia de metas claras y un sistema de actividades organizado contribuye al desarrollo de procesos de autorrealización, ya que los estudiantes experimentan satisfacción al percibir avances en su formación académica y en el cumplimiento de sus objetivos personales, la percepción de competencia, utilidad y progreso fortalece la autoestima, la autoeficacia y la confianza en las propias capacidades, favoreciendo el bienestar psicológico.

En cuanto a los factores de protección presentes en esta configuración, destacan la orientación hacia metas futuras, la motivación de logro, la percepción de autoeficacia, la organización de las actividades cotidianas, las estrategias de afrontamiento activas y el apoyo

proveniente de la familia, la pareja y los compañeros universitarios, estos elementos favorecen la estabilidad emocional, fortalecen la autoestima y contribuyen al desarrollo de recursos psicológicos que promueven el bienestar mental.

No obstante, también se identifican algunos factores de riesgo asociados a este estilo de vida, principalmente relacionados con las elevadas exigencias académicas, profesionales y personales que los participantes se imponen para alcanzar sus objetivos, la presión por mantener un alto rendimiento, la sobrecarga de actividades y la posibilidad de experimentar frustración ante obstáculos o retrasos en el cumplimiento de las metas pueden generar estrés, agotamiento emocional y sentimientos de insatisfacción cuando los resultados esperados no se alcanzan en los tiempos previstos.

Asimismo, las estrategias de afrontamiento identificadas en esta configuración se orientan principalmente hacia la planificación, la organización del tiempo y la solución activa de problemas, recursos que permiten manejar de manera efectiva las exigencias universitarias y las dificultades asociadas a la discapacidad física, estas formas de afrontamiento favorecen una percepción de control sobre las circunstancias de vida. Por otra parte, el apoyo recibido por parte de la familia, la pareja y los compañeros universitarios constituye un elemento relevante dentro del sistema comunicativo, funcionando como una fuente de contención emocional, motivación y acompañamiento, la presencia de estas redes de apoyo fortalece los recursos psicológicos de los estudiantes y contribuye a la prevención de sentimientos de aislamiento, estrés o desesperanza.

En conjunto, esta configuración refleja un estilo de vida asociado a indicadores positivos de salud mental, tales como el bienestar psicológico, la motivación intrínseca, la resiliencia, la satisfacción personal y la percepción de sentido de vida. Aunque los participantes reconocen las dificultades derivadas de la discapacidad física y las demandas académicas, estas son

interpretadas como desafíos susceptibles de ser afrontados y superados, lo que favorece procesos de adaptación saludables y un funcionamiento psicológico positivo, esta relación coincide con los planteamientos del enfoque personológico, que reconoce la importancia de la orientación temporal, la autorrealización y las estrategias de afrontamiento como constituyentes esenciales para el bienestar y el desarrollo integral de la personalidad.

Configuración tipológica II: Estilo de vida de adaptación resiliente frente a la discapacidad física.

La configuración tipológica de adaptación resiliente frente a la discapacidad física evidencia una relación favorable con la salud mental de los estudiantes universitarios con discapacidad física, ya que los participantes que integran esta tipología han incorporado la discapacidad como parte de su historia de vida sin que esta constituya el eje central de su identidad ni un impedimento para el logro de sus objetivos. A través de sus experiencias personales, han desarrollado una actitud de perseverancia y adaptación que les permite enfrentar las barreras cotidianas desde una perspectiva de crecimiento, superación, la discapacidad es concebida como una condición que exige ajustes y esfuerzos adicionales, pero no como una limitación definitiva para su desarrollo académico, personal y social.

Desde el enfoque personológico, esta configuración se caracteriza por una adecuada integración de los constituyentes estructurales y funcionales del estilo de vida, los estudiantes presentan un sistema de roles organizado alrededor de la identidad de estudiante universitario, complementado por responsabilidades familiares y sociales que asumen con compromiso. También poseen un sistema de actividades flexible a sus posibilidades físicas, generando rutinas de actividad física que equilibran exigencias académicas con descansos y espacios de recreación. La orientación temporal es hacia el futuro, estableciendo metas en

relación con finalizar la carrera, así como con el desarrollo profesional de cada uno/a, mientras que autorrealización viene representada por el disfrute de los logros obtenidos junto con el deseo de aportar un impacto positivo al entorno.

En cuanto a los factores de protección presentes en esta configuración, destacan la resiliencia, la percepción de autoeficacia, la capacidad de adaptación a los cambios, las redes de apoyo familiar-social y la existencia de proyectos de vida claramente definidos. Mismos que fortalecen la autoestima, favorece a la competencia personal y actúan como recursos psicológicos que amortiguan el impacto de las dificultades asociadas a la discapacidad física y a las demandas propias de la vida universitaria.

No obstante, también se identifican algunos factores de riesgo asociados a este estilo de vida, entre ellos se encuentran el cansancio físico derivado de las limitaciones funcionales, las barreras arquitectónicas o contextuales, la necesidad de realizar un mayor esfuerzo para cumplir las actividades cotidianas y la posibilidad de experimentar frustración ante situaciones de discriminación o falta de accesibilidad. De igual forma, las exigencias académicas pueden incrementar la carga emocional cuando coinciden con momentos de mayor vulnerabilidad física o con dificultades para participar plenamente en determinadas actividades universitarias.

Las estrategias de hacer frente detalladas en esta configuración para la adaptación de las actividades, la solución activa de problemas, la reorganización de las actividades, la planificación del tiempo y la obtención de apoyo emocional en la familia o los amigos. Las personas en esta configuración mencionan con cierta frecuencia la reflexión, la comunicación y la reinterpretación positiva de situaciones difíciles, donde las dificultades son convertidas en nuevas oportunidades de aprendizaje y fortalecimiento personal.

En síntesis, esta configuración refleja un estilo de vida asociado a indicadores positivos de salud mental, tales como la resiliencia, la percepción de autoeficacia, la adaptación y el bienestar subjetivo. Aunque los participantes reconocen las dificultades derivadas de la discapacidad física, estas son integradas como desafíos que pueden ser enfrentados mediante recursos personales y sociales. La combinación de metas de vida, apoyo social, afrontamiento activo y capacidad adaptativa favorece un funcionamiento psicológico saludable y coincide con los planteamientos del enfoque personológico, el cual reconoce que la integración de los constituyentes estructurales y funcionales del estilo de vida constituye un elemento esencial para el desarrollo integral de la personalidad.

Caracterización de la configuración tipológica III: Estilo de vida caracterizado por la sobrecarga de responsabilidades y la búsqueda de bienestar emocional.

La configuración tipológica denominada estilo de vida caracterizado por la sobrecarga de responsabilidades y la búsqueda de bienestar emocional muestra una relación dinámica entre las exigencias del contexto y los recursos de los estudiantes universitarios con discapacidad física. Los participantes que integran esta tipología asumen simultáneamente múltiples responsabilidades académicas, familiares y, en algunos casos, laborales, organizando gran parte de su vida cotidiana en función del cumplimiento de estas demandas, ya que su identidad se construye alrededor del compromiso, el sentido del deber y el esfuerzo constante por alcanzar metas personales y profesionales, aunque este proceso suele implicar elevados niveles de autoexigencia y desgaste emocional.

Desde el enfoque personológico, esta configuración se caracteriza por un sistema de roles amplio y complejo, donde el rol de estudiante convive con otros roles que incrementan las responsabilidades cotidianas. El sistema de actividades se encuentra altamente estructurado

alrededor de las obligaciones, destinando gran parte del tiempo al estudio, el trabajo y las tareas familiares, mientras que los espacios de ocio y descanso suelen quedar relegados a un segundo plano. La orientación temporal mantiene una proyección positiva hacia el futuro, ya que los estudiantes consideran que el esfuerzo presente constituye el medio para alcanzar estabilidad económica, realización profesional y mejores condiciones de vida. La autorrealización se vincula estrechamente con el cumplimiento de metas y con la satisfacción derivada de sentirse útiles y capaces de responder a las expectativas personales y familiares.

Entre los principales factores de protección presentes en esta configuración destacan las redes de apoyo familiar y social, la motivación por el logro, el sentido de responsabilidad, la perseverancia y la capacidad para identificar la importancia del autocuidado emocional. Los participantes reconocen el valor de compartir sus experiencias con personas cercanas, recibir apoyo afectivo y encontrar espacios de recreación que les permitan disminuir la tensión acumulada, estos recursos actúan como elementos protectores frente al estrés y favorecen la preservación del bienestar psicológico, aun cuando las demandas del entorno son elevadas.

Sin embargo, esta configuración también presenta factores de riesgo importantes para la salud mental, la acumulación de responsabilidades, la presión por cumplir adecuadamente con las obligaciones académicas y familiares, la limitada disponibilidad de tiempo para el descanso y las exigencias adicionales derivadas de la discapacidad física pueden favorecer la aparición de estrés, cansancio físico, agotamiento emocional y sentimientos de preocupación persistente. La tendencia a priorizar las necesidades de los demás o el cumplimiento de las tareas sobre el propio bienestar puede generar desequilibrios que, si se mantienen en el tiempo, incrementan la vulnerabilidad psicológica.

Las estrategias de afrontamiento identificadas en este grupo se centran en la organización del tiempo, la planificación de actividades, la búsqueda de apoyo emocional y el uso de actividades recreativas como mecanismos de regulación afectiva. Conversar con familiares o amigos, escuchar música, ver series, participar en espacios de interacción social o dedicar tiempo a intereses personales son recursos empleados para disminuir el impacto del estrés y recuperar el equilibrio emocional.

En síntesis, esta configuración representa un estilo de vida donde coexisten factores de riesgo y factores de protección para la salud mental, aunque la sobrecarga de responsabilidades y las exigencias del entorno pueden generar tensión y desgaste emocional, la presencia de redes de apoyo, estrategias adaptativas de afrontamiento, motivación de logro y proyectos de vida orientados al futuro favorecen el mantenimiento del bienestar emocional. De esta manera, la búsqueda consciente de equilibrio emocional y autocuidado se convierte en un componente esencial de su funcionamiento cotidiano y en un recurso fundamental para afrontar las demandas asociadas a la vida universitaria y a la discapacidad física.

5. CAPÍTULO V: CONCLUSIONES

El presente capítulo expone las principales conclusiones derivadas de la investigación sobre la “Caracterización de los Estilos de Vida en Estudiantes Universitarios con Discapacidad Física Uleam 2026”. A partir del análisis e interpretación de la información obtenida mediante las diferentes técnicas e instrumentos aplicados, se sintetizan los hallazgos más relevantes en función de los objetivos planteados.

Asimismo, se desarrolla una discusión de los resultados en contraste con los referentes teóricos y antecedentes científicos revisados, permitiendo comprender el fenómeno estudiado desde una perspectiva integral y personológica, finalmente, se presentan las limitaciones identificadas durante el proceso investigativo y se formulan recomendaciones orientadas a fortalecer futuras investigaciones y promover acciones institucionales que favorezcan el bienestar, la inclusión y el desarrollo integral de los estudiantes universitarios con discapacidad física.

5.1. Conclusiones Generales

La presente investigación tuvo como objetivo general caracterizar los principales estilos de vida, su influencia y relación con la salud mental en estudiantes universitarios con discapacidad física de la Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí (ULEAM) durante el año 2026, para ello, se trabajó con una muestra de 28 estudiantes universitarios con discapacidad física, empleando como técnicas de investigación; el anecdotario, hoja del día, entrevista semiestructurada y el instrumento EV-4, desde el enfoque personológico propuesto por el Dr. Mayo (1999).

El análisis de la información permitió identificar tres configuraciones tipológicas predominantes de estilos de vida: a) estilo de vida orientado al desarrollo personal y

la proyección de metas; b) estilo de vida de adaptación resiliente frente a la discapacidad física; y c) estilo de vida caracterizado por la sobrecarga de responsabilidades y la búsqueda de bienestar emocional, estas configuraciones evidencian que los estilos de vida de los estudiantes con discapacidad física no se reducen a sus condiciones de salud o limitaciones funcionales, sino que constituyen formas complejas de organización de la vida cotidiana donde interactúan factores personales, académicos, familiares, sociales y emocionales.

Los resultados permitieron concluir que existe una estrecha relación entre los estilos de vida y la salud mental, los estudiantes que presentan una orientación hacia el desarrollo personal y la proyección de metas manifiestan mayores niveles de motivación, sentido de propósito, satisfacción personal y bienestar psicológico. Por su parte, aquellos que desarrollan estilos de vida caracterizados por la adaptación resiliente muestran recursos psicológicos que favorecen la aceptación de la discapacidad, la autoestima, la autonomía y la capacidad para afrontar las dificultades cotidianas. En contraste, los participantes que experimentan una acumulación significativa de responsabilidades académicas, laborales y familiares presentan mayores manifestaciones de estrés, agotamiento físico y emocional, aunque también desarrollan estrategias dirigidas a preservar su bienestar psicológico.

En relación con el primer objetivo específico, referido a identificar las dimensiones del estilo de vida presentes en los estudiantes universitarios con discapacidad física, se constató la presencia de todos los constituyentes personológicos propuestos por Mayo (1999): sistema de roles, sistema de actividades, sistema comunicativo, orientación temporal, autorrealización y estrategias de afrontamiento, sin embargo, cada configuración tipológica mostró un predominio diferente de estas dimensiones.

En la primera configuración destacaron la orientación temporal futura, la autorrealización y el sistema de actividades orientado al logro; en la segunda configuración sobresalieron la resiliencia, la adaptación y los procesos de autorrealización; mientras que en la tercera configuración predominaron los sistemas de actividades altamente demandantes y la búsqueda de equilibrio emocional frente a múltiples responsabilidades.

Respecto al segundo objetivo específico, orientado a analizar los factores de riesgo y de protección presentes en los distintos estilos de vida, se identificó como principales factores protectores la motivación hacia el logro, la resiliencia, la autonomía, la planificación de metas, la percepción de competencia personal, el apoyo familiar, el apoyo de pares y las relaciones interpersonales significativas. En contraste, entre los principales factores de riesgo se encontraron la sobrecarga de responsabilidades académicas, laborales y familiares, las barreras de accesibilidad, el cansancio físico, el estrés crónico, el agotamiento emocional y las dificultades derivadas de contextos poco inclusivos, la influencia de estos factores se evidenció directamente en la percepción de bienestar psicológico y en la manera en que los estudiantes enfrentan las exigencias universitarias y personales.

En relación con el tercer objetivo específico, orientado a caracterizar las estrategias de afrontamiento y los recursos de apoyo, se encontró que los estudiantes emplean predominantemente estrategias de afrontamiento activas y orientadas a la solución de problemas.

Dentro de la configuración orientada al desarrollo personal y la proyección de metas predominan la planificación, la organización del tiempo, la disciplina y el establecimiento de objetivos, en la configuración de adaptación resiliente frente a la discapacidad física destacan la aceptación progresiva de la condición, la regulación emocional, la resiliencia y la reorganización

de las actividades cotidianas, finalmente, en la configuración caracterizada por la sobrecarga de responsabilidades y la búsqueda de bienestar emocional se identificaron estrategias relacionadas con la búsqueda de apoyo social, actividades recreativas, espacios de autocuidado, descanso y regulación emocional.

De manera general, la investigación permitió comprender que la salud mental de los estudiantes universitarios con discapacidad física se encuentra estrechamente vinculada a la forma en que organizan su vida cotidiana, construyen sus proyectos personales, afrontan las demandas derivadas de la discapacidad y utilizan los recursos de apoyo disponibles, desde el enfoque personológico, los hallazgos confirman que los estilos de vida constituyen configuraciones complejas que integran procesos psicológicos, sociales y contextuales, influyendo significativamente en el bienestar, la adaptación universitaria y el desarrollo integral de los estudiantes con discapacidad física de la ULEAM.

5.2. Discusión

A continuación, se presenta el análisis de los resultados obtenidos en relación con los antecedentes teóricos y empíricos revisados, así como con los modelos conceptuales que sustentaron la presente investigación. En este apartado se contrastan los principales hallazgos encontrados en la caracterización de los estilos de vida de los estudiantes universitarios con discapacidad física de la Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí (ULEAM), identificando similitudes y diferencias con las investigaciones previas y con los planteamientos teóricos relacionados con los estilos de vida, la discapacidad y la inclusión educativa. Asimismo, se destacan los aportes que este estudio ofrece para la comprensión de las dinámicas personales y sociales que intervienen en el bienestar y desarrollo integral de esta población.

Los resultados obtenidos evidencian que los participantes presentan estilos de vida caracterizados por una adecuada integración entre las responsabilidades académicas, familiares y sociales, manteniendo niveles importantes de autonomía y adaptación.

En términos generales, se identificó que la mayoría de los estudiantes logra estructurar rutinas que incluyen el cumplimiento de actividades universitarias, participación en el ámbito familiar y espacios de recreación, lo cual coincide con la perspectiva de Mayo (1999) quien plantea que el estilo de vida constituye una configuración dinámica de elementos personológicos que integran las actividades, las relaciones y las proyecciones futuras del individuo. Desde esta visión, el estilo de vida no se reduce a hábitos aislados, sino que representa una forma organizada de responder a las exigencias del entorno.

En relación con las dimensiones estructurales, el sistema de actividades mostró que los estudiantes organizan su tiempo principalmente entre los estudios, las tareas domésticas y, en algunos casos, el trabajo remunerado. Aunque varios participantes manifestaron experimentar cansancio o dificultades para equilibrar las diferentes responsabilidades, estos desafíos no constituyen necesariamente un obstáculo para el desarrollo de sus proyectos personales.

Este hallazgo es consistente con lo planteado por la Organización Mundial de la Salud (2023), la cual sostiene que las personas con discapacidad pueden alcanzar una participación plena en la sociedad cuando cuentan con recursos de apoyo, oportunidades educativas y condiciones de accesibilidad que favorezcan su inclusión.

Respecto al sistema de roles, se observó que los participantes desempeñan simultáneamente múltiples funciones, destacándose el rol de estudiante como eje central de su identidad actual. A su vez, muchas personas asumen responsabilidades familiares y de trabajo, lo

que se podría interpretar como un proceso de construcción de la autonomía y la asunción del compromiso por ser personas que tienen como objetivo, el de conseguir sus metas personales. Estos resultados guardan relación con la propuesta por Martínez (2021), quien enseña que la educación superior inclusiva no sólo es la que facilita la entrada a la universidad, sino que es también la que facilita el desarrollo y la potenciación de las capacidades individuales, de manera que, las personas con discapacidad puedan llevar a cabo una proyección en variados escenarios sociales.

Por otra parte, el sistema comunicativo y las redes de apoyo constituyeron uno de los elementos más relevantes encontrados en el estudio. La mayoría de los estudiantes reconoció a la familia como su principal fuente de apoyo emocional, económico y motivacional, seguida por amistades y compañeros universitarios. Esta red de apoyo favorece la adaptación a las exigencias académicas y contribuye al afrontamiento de las dificultades cotidianas. Estos hallazgos coinciden con diversos estudios sobre discapacidad e inclusión educativa, los cuales sostienen que el apoyo social funciona como un factor protector frente al estrés, la ansiedad y el aislamiento, fortaleciendo la salud mental y el bienestar subjetivo de los estudiantes universitarios.

Sobre las dimensiones funcionales, las estrategias de afrontamiento que han surgido parecen seguir claramente la adaptatividad. Los sujetos han indicado que utilizan comúnmente la planificación temporal, el apoyo familiar, la conversación con amigos, el Ocio, y la relajación para afrontar situaciones de angustia o estrés. A pesar de que algunos estudiantes expusieron haber llegado a experimentar manifestaciones de preocupación, frustración o ineficacia por pedir demandas académicas sociales, la mayoría parecía tener capacidad de buscar soluciones y mantener una actitud resiliente ante las dificultades. Este resultado coincide con la concepción de

la psicología positiva y de la salud, que reconoce las estrategias de afrontamiento activas como recursos fundamentales para promover el bienestar y reducir el impacto de los factores estresantes.

En relación con la autorrealización y el consumo cultural y prosocial, se evidenció que los estudiantes mantienen intereses y metas que trascienden el ámbito académico. La participación en actividades recreativas, el uso de redes sociales con fines de interacción, la convivencia familiar y el deseo de culminar sus estudios para alcanzar estabilidad laboral fueron aspectos recurrentes en los discursos recogidos durante las entrevistas y las técnicas cualitativas aplicadas.

Este hallazgo permite inferir que los participantes poseen proyectos de vida orientados al crecimiento personal y profesional, lo que constituye un indicador favorable dentro de la configuración de sus estilos de vida. En este sentido, la UNESCO (2024) señala que la inclusión educativa debe contemplar no solo el acceso a la formación superior, sino también el desarrollo de oportunidades que permitan a los estudiantes construir una vida plena y participar activamente en la sociedad.

Asimismo, la dimensión de orientación temporal reveló una marcada tendencia hacia el futuro. Los participantes expresaron expectativas relacionadas con finalizar sus estudios universitarios, obtener empleo, lograr independencia económica y contribuir al bienestar de sus familias. Esta proyección futura representa un elemento motivacional que fortalece el compromiso con las actividades presentes y favorece la permanencia en la educación superior. De acuerdo con el enfoque personológico, la orientación temporal constituye un componente esencial del estilo de vida, ya que organiza las metas y expectativas del individuo en función de sus experiencias y posibilidades de desarrollo.

Al analizar los resultados según las características sociodemográficas, se observaron algunas particularidades. Los estudiantes con discapacidad adquirida manifestaron una mayor valoración de los procesos de adaptación y del apoyo recibido por su entorno cercano, mientras que aquellos con discapacidad congénita describieron una integración más natural de su condición dentro de sus rutinas cotidianas. Asimismo, los participantes que compaginaban estudio y trabajo manifestaban un mayor cansancio y exigencia organizativa respecto al tiempo, aunque igualmente hacían referencia a una mayor cantidad de motivación por alcanzar sus metas personales y/o profesionales. Las diferencias ya descritas remiten así a que las experiencias de cada uno y el contexto de vida determinan la forma de los estilos de vida, reafirmando el carácter de proceso, plural y multidimensional de este constructo.

En términos generales, los hallazgos de esta investigación permiten concluir que los estudiantes universitarios con discapacidad física de la ULEAM no se definen exclusivamente por las limitaciones derivadas de su condición, sino por la capacidad de construir estilos de vida activos, resilientes y orientados al logro de metas. La existencia de redes de apoyo sólidas, estrategias de afrontamiento adaptativas y proyectos de vida claros favorece su bienestar y contribuye a la permanencia en el sistema de educación superior. Sin embargo, también se identifican desafíos relacionados con la sobrecarga de responsabilidades, las exigencias académicas y algunas barreras sociales que requieren la implementación de acciones institucionales dirigidas a fortalecer la inclusión, el acompañamiento psicológico y la promoción de estilos de vida saludables.

los resultados obtenidos aportan evidencia empírica sobre una población poco estudiada en el contexto ecuatoriano y respaldan la importancia de abordar los estilos de vida desde un enfoque integral y personológico. Este estudio constituye una contribución al campo de la

psicología de la salud y de la educación inclusiva, ofreciendo información útil para el diseño de programas universitarios orientados a promover el bienestar, la participación y el desarrollo integral de los estudiantes con discapacidad física.

Por otra parte, las dimensiones funcionales del estilo de vida muestran una marcada presencia de estrategias de afrontamiento adaptativas. Los estudiantes manifestaron recurrir a la organización del tiempo, el apoyo familiar, la comunicación con amigos y la participación en actividades recreativas como recursos para enfrentar situaciones de estrés o dificultad.

Estos datos sustentan los puntos de vista de la psicología de la salud, dado que el afrontamiento activo y las redes sociales son factores que parecen poder contribuir al mantenimiento del bienestar psicológico y a una menor intensidad de los factores estresantes. Todo y esto, y, de hecho, se observa también que determinados sujetos poseen episodios de ansiedad o de preocupación en relación con las demandas académicas y los obstáculos sociales existentes, que indican la necesidad de fortalecer los espacios de acompañamiento psicológico en el contexto universitario.

En relación con la autorrealización y el consumo cultural y prosocial, los resultados ponen de manifiesto que los estudiantes mantienen expectativas y metas orientadas hacia la culminación de sus estudios, la inserción laboral y la obtención de independencia económica. Asimismo, se identificó una participación activa en actividades recreativas, familiares y sociales que favorecen el equilibrio entre las distintas áreas de la vida. Estos hallazgos coinciden con la que considera a la educación inclusiva como un proceso que debe propiciar el desarrollo pleno de las capacidades individuales y la participación activa de las personas con discapacidad en todos los ámbitos de la sociedad.

Respecto a la orientación temporal, la investigación evidencia que la mayoría de los participantes posee una proyección positiva hacia el futuro, expresada en el deseo de alcanzar metas profesionales, mejorar su calidad de vida y contribuir al bienestar de sus familias. Desde el enfoque personológico, esta dimensión cumple una función organizadora de la conducta y de las decisiones cotidianas, ya que las expectativas futuras influyen en la manera en que las personas estructuran sus actividades y afrontan las dificultades del presente. La existencia de proyectos de vida claramente definidos constituye, por tanto, un elemento protector que favorece la permanencia en la educación superior y el desarrollo de estilos de vida saludables.

Por otra parte, al analizar los resultados según las características sociodemográficas, se identificó que los estudiantes con discapacidad adquirida otorgan mayor relevancia a los procesos de adaptación y al apoyo recibido por su entorno cercano, mientras que aquellos con discapacidad congénita describen una incorporación más natural de su condición dentro de sus actividades diarias. De igual manera, los participantes que simultáneamente estudian y trabajan reportan mayores exigencias relacionadas con la organización del tiempo y el cansancio, aunque también manifiestan altos niveles de motivación hacia el logro de sus objetivos personales y profesionales. Estas diferencias permiten comprender que los estilos de vida no responden a una única configuración, sino que se construyen a partir de la interacción entre las características individuales y el contexto social en el que se desenvuelven las personas.

Desde un marco teórico, los resultados permiten confirmar los postulados del modelo biopsicosocial de la discapacidad, que señala que la vivencia de la discapacidad no depende únicamente de la condición física, sino de la conjunción de las causas biológicas, psicológicas y sociales. Los resultados propuestos en la investigación evidencian que las redes sociales de apoyo, las oportunidades de inclusión, las estrategias de afrontamiento y las condiciones del

entorno universitario generan un efecto importante sobre los estilos de vida y el bienestar en los que se encuentran los estudiantes. En consecuencia, la discapacidad no constituye, por sí misma, una limitación para el desarrollo personal o académico, sino que las barreras sociales y contextuales son las que condicionan, en gran medida, las oportunidades de participación.

Finalmente, uno de los principales aportes de la presente investigación radica en su enfoque metodológico y en la aplicación integrada de técnicas e instrumentos, entre ellos la entrevista semiestructurada, el Anecdotario, la Hoja del Día y el Cuestionario para la Caracterización del Estilo de Vida (EV-4). La triangulación de estas herramientas permitió profundizar en las experiencias subjetivas de los participantes y comprender cómo se configuran sus estilos de vida desde una perspectiva personológica, identificando recursos personales, redes de apoyo y proyectos de vida que no siempre son visibilizados en estudios centrados únicamente en las limitaciones asociadas a la discapacidad. De esta manera, la investigación aporta evidencia empírica relevante para el desarrollo de futuras estrategias de promoción de la salud, inclusión educativa y fortalecimiento del bienestar integral de los estudiantes universitarios con discapacidad física.

5.3. Limitaciones

Durante el desarrollo de la presente investigación se identificaron diversas limitaciones relacionadas con la logística, revisión teórica y metodológica que deben considerarse para la interpretación de los resultados.

En primer lugar, se evidenciaron dificultades relacionadas con la revisión de la literatura científica, aunque existe una amplia producción académica sobre estilos de vida, salud mental y discapacidad de manera independiente, se encontró una cantidad limitada de investigaciones que abordaran de forma específica la relación entre los estilos de vida y la salud

mental en estudiantes universitarios con discapacidad física desde el enfoque personológico, particularmente en el contexto latinoamericano, esta situación redujo la disponibilidad de antecedentes directamente comparables con los hallazgos de la presente investigación.

Asimismo, una parte importante de la evidencia científica identificada se encontraba publicada en idioma inglés, lo que implicó procesos adicionales de búsqueda con traducción, revisión y análisis para garantizar la adecuada comprensión e integración de la información al marco teórico y la discusión de resultados.

En segundo lugar, la investigación contó con la participación de 28 estudiantes universitarios con discapacidad física pertenecientes a la Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí, si bien esta cantidad permitió alcanzar los objetivos propuestos y obtener información significativa para la caracterización de los estilos de vida, la participación estuvo condicionada por la disposición voluntaria de los posibles informantes, algunos estudiantes manifestaron limitaciones de tiempo, compromisos académicos o falta de interés en participar, lo que restringió la posibilidad de incorporar un mayor número de participantes. En este sentido, hubiese sido enriquecedor contar con una muestra más amplia que permitiera incorporar una mayor diversidad de experiencias y perspectivas relacionadas con los estilos de vida y la salud mental.

Otra limitación estuvo relacionada con el tiempo destinado al proceso de recolección de información, la aplicación de los instrumentos requirió ajustarse a la disponibilidad de horarios de cada participante, considerando que muchos de ellos combinaban actividades académicas con trabajo, prácticas preprofesionales, responsabilidades familiares y otras obligaciones personales, esta situación dificultó la coordinación de encuentros y entrevistas, prolongando el proceso de

recopilación de datos y exigiendo una planificación flexible para garantizar la participación de los estudiantes.

Así mismo, debido a que la investigación se desarrolló en una única institución de educación superior y se centró exclusivamente en estudiantes con discapacidad física, los resultados obtenidos deben interpretarse dentro de las características particulares del contexto estudiado. Por ello, no se pretende realizar generalizaciones absolutas a otras poblaciones universitarias o a estudiantes con otros tipos de discapacidad, aunque los hallazgos constituyen un aporte relevante para la comprensión de los estilos de vida y la salud mental en este grupo específico.

5.4. Recomendaciones

A partir de los hallazgos hallados, se sugiere que la Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí desarrolle las estrategias institucionales que orientan la inclusión y bienestar del alumnado con discapacidad física, mediante la elaboración de programas de acompañamiento psicológico, programas de orientación académica y programas de promoción de estilos de vida sana que favorezcan su permanencia y desarrollo integral. También se hace hincapié en realizar actividades de sensibilización de la comunidad universitaria en aras de generar una cultura de respeto, equidad y eliminación de las barreras actitudinales.

De igual manera, se sugiere promover espacios que fortalezcan las redes de apoyo, las estrategias de afrontamiento y la participación en actividades recreativas, culturales y sociales, contribuyendo al bienestar físico y emocional de esta población. Finalmente, se recomienda que futuras investigaciones amplíen el tamaño de la muestra e incorporen diferentes contextos universitarios y metodologías de estudio que permitan profundizar en la

relación entre los estilos de vida, la salud mental y la calidad de vida de los estudiantes con discapacidad física.

6. CAPITULO VI: REFERENCIAS

- APO. (2025). *Enhancing Disability – Inclusive Employment Policies in Asia: Challenges, Good Practices, and Policy Recommendations*. Retrieved from https://www.apo-tokyo.org/wp-content/uploads/2025/05/Enhancing-Disability-Inclusive-Employment-Policies-in-Asia_PUB.pdf
- Barragán, L., González, M., Estrada, S., Hernández, Y., Hernández, E., Rios, J., & Flores, M. (2023). Estilo de vida y dimensiones, en estudiantes universitarios de área de la salud. *Revista Psicoeducación y Salud*, 2(2), 53-63. Retrieved from https://www.academia.edu/37715247/PB_5_
- Bermeo, B., & Mendieta, R. (2025). Inclusión y accesibilidad en los entornos de la educación superior. *Revisra Científica Multidisciplinaria Arbitrada Yachasun - ISSN 2697-3456*, 9(16), 990–1001. doi:10.46296/yc.v9i16.0631
- Bisquerra, R., Dorio, I., Gómez, J., Latorre, A., Martínez, F., & Massot, I. (2019). *Metodología de la investigación educativa*. LA MURALLA S.A. Retrieved from <https://ideice.gob.do/pdf/publications/20221216095144.pdf>
- Cerilli, C., Zhu, J., Varadaraj, V., Campanile, J., Sweeney, F., Smith, J., . . . Swenor, B. (2025). Brechas en la inclusión de personas con discapacidad en las universidades de Estados Unidos. *PLoS ONE*, 20(1), 1-10. doi:10.1371/journal.pone.0317920
- Clasificación Internacional del Funcionamiento, de la Discapacidad y de la Salud (CIF). (2021). *Clasificación Internacional del Funcionamiento, de la Discapacidad y de la Salud (CIF)*. Retrieved from <https://www.who.int/standards/classifications/international-classification-of-functioning-disability-and-health>

- Cuamba, N., & Zazueta, N. (2020). Salud mental, habilidades de afrontamiento y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Psicumex*, 10(2), 71–94.
doi:10.36793/psicumex.v10i2.351
- Cuichan, D., Lucas, K., & Vélez, M. (2025). Dificultades de accesibilidad física en docentes y estudiantes universitarios con discapacidad. *Revista Científica Multidisciplinaria SAPIENTIAE*. ISSN: 2600-6030, 8(16), 502–507. doi:10.56124/sapientiae.v8i16.031
- De Souza, M., & Figueroa, M. (2020). Estilos de vida de los estudiantes universitarios: una revisión sistemática. *Revista Da Sociedade de Pesquisa Qualitativa Em Motricidade Humana*, 4(3), 297-310. doi:10.29181/2594-6463.2020.v4.n3.p297-310
- Desarrollo, I. d. (2025). *Cerrar la brecha mediante la educación inclusiva en América Latina y el Caribe*. Retrieved from <https://www.iadb.org/es/blog/investigacion-para-el-desarrollo/cerrar-la-brecha-mediante-la-educacion-inclusiva-en-america-latina-y-el-caribe>
- Engel, G. (1977). The need for a new medical model: A challenge for biomedicine. *Science*, 196(4286), 129-136. doi:10.1126/science.847460
- Espinosa, J., Llado, D., & Navarro, M. (2021). Propuesta de un modelo de inclusión y equidad educativa universitaria, a partir de. *Revista CienciaUAT*, 16(1), 116-135.
doi:10.29059/cienciauat.v16i1.1508
- Espinosa, P. (2024). Estrategias para la inclusión de estudiantes con discapacidades. *Dominio de las Ciencias*, 10(2), 1588–1599. doi:10.23857/dc.v10i2.3895
- Fernández, Y., & Caballero, A. (2023). Análisis del estilo de vida de los estudiantes universitarios ecuatorianos. *Revista San Gregorio*, 1(53), 97-126. doi:10.36097/rsan.v1i53.2435

- Forero, I., Sierra, L., & Lopez, Y. (2023). Bienestar psicológico de estudiantes universitarios con discapacidad de la Universidad de Pamplona y Simón Bolívar de la ciudad de Cúcuta. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 7(5), 5430-5445.
doi:10.37811/cl_rcm.v7i5.8141
- Giménez, D. (2024). Políticas y Estrategias de Inclusión Educativa en la Educación Superior. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 8(1), 8823-8840.
doi:10.37811/cl_rcm.v8i1.10211
- Guerrero, L., & León, A. (2010). Estilo de vida y salud. Educere. *Educere Revista Venezolana de Educación*, 14(48), 3-19. Retrieved from
<https://www.redalyc.org/pdf/356/35616720002.pdf>
- Guevara, H., Gaillez, E., Las Peñas, T., & Pizarro, L. (2020). Autoestima y Bienestar Psicológico: Condiciones Emocionales para el logro de metas académicas de estudiantes universitarios. *Anuario de Investigaciones de la Facultad de Psicología*, 5(8), 89-107.
Retrieved from
https://www.academia.edu/100625581/Autoestima_y_Bienestar_Psicol%C3%B3gico_Condiciones_Emocionales_para_el_logro_de_metas_acad%C3%A9micas_de_estudiantes_universitarios
- Gutiérrez, A., & Mayo, I. (2017). Estudio del estilo de vida. Teoría fundamentada e inducción analítica. *Revista Iberoamericana de Psicología*, 10(1), 29-36. doi:10.33881/2027-1786.rip.10104
- Harpur, P., Stafford, L., & Eliss, K. (2025). Una estrategia de inclusión de la discapacidad liderada por personas con discapacidad para el sector de la educación superior. *Revista de*

Política y Gestión de la Educación Superior, 47(3), 368-385.

doi:10.1080/1360080X.2025.2478537

Harrison, G., & Lopez, G. (2024). *Análisis del aporte del*. [Tesis de Administrador, Institución Universitaria Antonio José Camacho]. Retrieved from <https://repositorio.uniajc.edu.co/server/api/core/bitstreams/7fbb9a0b-b112-44da-86f8-d91429321cae/content>

Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, M. (2018). *Metodología de la investigación*.

McGRAW-HILL. Retrieved from <https://artes.upn.edu.co/wp-content/uploads/2024/11/METODOLOGIA-DE-LA-INVESTIGACION-Sampieri-Mendoza-2018.pdf>

Jaber, F., Kosremelli, A., & Stephan, Y. (2025). La discapacidad en la educación superior libanesa: revelando las experiencias de los estudiantes. *Fronteras en Educación*, 10(1), 1-11. doi:10.3389/feduc.2025.1645115

Jalil, N., Cedeño, M., & Zambrano, J. (2024). Inclusión educativa universitaria: retos y tendencias en América Latina y el Caribe. *Experior Revista de Investigación*, 3(1), 70-84. doi:10.56880/experior31.7

Jiménez, O., & Ojeda, R. (2017). Estudiantes universitarios y el estilo de vida. *Revista Iberoamericana de Producción académica y gestión educativa*, 4(8), 873-887. Retrieved from <https://pag.org.mx/index.php/PAG/article/view/723/1009>

Maldonado, I., Vizcaíno, P., Ramón, S., Astudillo, N., & Allaica, E. (2025). Métodos mixtos: integración de datos cuantitativos y cualitativos. *Sinergia Académica*, 8(6), 1039-1061. Retrieved from <https://sinergiaacademica.com/index.php/sa/article/download/751/1552/2958>

- Martínez, M. (2021). Inclusión educativa comparada en la UNESCO y la OCDE, desde la cartografía social. *Educación XXI*, 24(1), 93-115. doi:10.5944/educXXI.26444
- Mayo, I. (1999). *Estudio de los constituyentes personológicos del estilo de vida*. [Tesis doctoral, Universidad de La Habana]. Retrieved from <https://redi.cedia.edu.ec/document/215055>
- Mayo, I. (2022). Roles, personalidad y estilo de vida: Hacia una concepción personológica de los roles. *Revista de Ciencias Humanas, Teoría Social y Pensamiento Crítico*, 1(1), 12-30. doi:10.5281/zeno-do.6550893
- Maza, F., Caneda, M., & Vivas, A. (2022). Hábitos alimenticios y sus efectos en la salud de los estudiantes universitarios. Una revisión sistemática de la literatura / Dietary habits and health effects among university students. A systematic review. *Revista Psicogente*, 25(47), 110-140. doi:10.17081/psico.25.47.4861
- Mejía, D. (2025). *Barreras para la inclusión de estudiantes con diversidad funcional*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Nacional de Chimborazo]. Retrieved from <http://dspace.unach.edu.ec/handle/51000/16128>
- Mendoza, C., & Hernández, R. (2018). *Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. McGRAW-HILL. Retrieved from http://www.biblioteca.cij.gob.mx/Archivos/Materiales_de_consulta/Drogas_de_Abuso/Articulos/SampieriLasRutas.pdf
- Mery, B., & Gavilanes, D. (2023). Calidad de sueño y bienestar psicológico en estudiantes universitarios. *Revista Científica Arbitrada Multidisciplinaria PENTACIENCIAS*, 5(7), 108. doi:10.59169/pentaciencias.v5i7.912
- Montenegro, A., & Ruíz, A. (2020). Factores asociados a los estilos de vida en los estudiantes universitarios pueden analizarse mediante la aplicación del instrumento FANTÁSTIC.

Revista digital: Actividad Física y Deporte, 6(1), 87-108.

doi:10.31910/rdafd.v6.n1.2020.1432

Morán, J., Mayo, I., Camas, V., Zambrano, O., Luzardo, L., & Arias, L. (2016). *Compendio de psicología de la salud*. Mar Abierto. Retrieved from <https://libros.ulead.edu.ec/wp-content/uploads/2024/06/compendio-de-psicologia-de-la-salud.pdf>

MSP. (2022). *Política Nacional de Salud Mental 2024- 2030*. Retrieved from https://intranet.msp.gob.ec/images/Documentos/Ley_de_Transparencia/2024/OCTUBRE/politicas/Pol%C3%ADtica%20Nacional%20de%20Salud%20Mental%20octubre.pdf

Muñoz, I., Galdames, A., & Forteza, D. (2026). Educación inclusiva en las universidades latinoamericanas: conceptos, desafíos y perspectivas. *European Public & Social Innovation Review*, 11(1), 1-21. doi:10.31637/epsir-2026-1899

Obando, V., Cabrera, K., & Torres, K. (2025). *Modelos de intervención en programas de bienestar psicológico para estudiantes universitarios en Latinoamérica, una revisión de literatura en los últimos 5 años*. [Tesis de Psicología, Universidad Cooperativa de Colombia]. Retrieved from <https://repository.ucc.edu.co/server/api/core/bitstreams/d0ec60c8-e06f-4b00-9ba2-57e066fecb4b/content>

Organización Americanas for Democracy & Human Rights in Bahrain. (2025). *Derechos humanos de las personas con discapacidad en Arabia Saudita*. Retrieved from <https://www.adhrb.org/2025/01/human-rights-for-disabled-people-in-saudi-arabia/>

Organización Mundial de la Salud. (2023). *Discapacidad*. Retrieved from <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/disability-and-health>

- Parra, I., Chávez, Y., & Gutiérrez, A. (2025). Educación para la salud y su impacto en el estilo de vida de adolescentes con obesidad. *Revista Científica Multidisciplinaria*, 11(2), 115–135. doi:10.61154/mrcm.v11i2.3967
- Parra, M., & Gutiérrez, Á. (2017). Estudio del estilo de vida. Teoría fundamentada e inducción analítica. *Revista Iberoamericana de Psicología*, 10(1), 29-36. doi:10.33881/2027-1786.rip.10104
- Pérez, J. (2019). La inclusión de los estudiantes con discapacidad en dos universidades públicas mexicanas. *Innovación educativa*, 19(79), 145-170. Retrieved from https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-26732019000100145
- Prieto, A. (2003). Modelo de promoción de la salud, con énfasis en actividad física, para una comunidad estudiantil universitaria. *Revista de Salud Pública*, 5(3), 284-300. Retrieved from http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0124-00642003000300005
- Ricardo, R. (2020). *Principales perspectivas de la psicología social*.
- Rosales, R., Cordovez, S., Herrera, V., & Caiza, M. (2023). Estilos de vida en estudiantes de medicina: una revisión sistemática. *Revista Habanera de Ciencias Médicas*, 22(2), 1-12. Retrieved from <https://www.redalyc.org/journal/1804/180482305014/html/>
- Rubio, V. (2017). Inclusión de Personas en Situación de Discapacidad en Educación Superior, desde el Enfoque de la Responsabilidad Social, en un Contexto de Transiciones Discursivas respecto del Binomio Integración/Inclusión. *Revista Latinoamericana de Educación Inclusiva*, 11(2), 199-216. doi:10.4067/S0718-73782017000200013

- Sánchez, J., & Villareal, M. (2011). *Salud mental y estilos de vida en estudiantes universitarios* (Vol. 29). Printed in Monterrey, Mexico. Retrieved from <https://www.uv.es/lisis/sosa/ltopicos2011.pdf#page=75>
- Sialer, M. (2021). *Estilo de vida saludable y bienestar psicológico en estudiantes de*. [Tesis Doctoral, Universidad Nacional Mayor de San Marcos]. Retrieved from Revista de Psicología de la Salud: https://www.academia.edu/87292680/Estilo_de_vida_saludable_y_bienestar_psicol%C3%B3gico_en_estudiantes_de_una_universidad_p%C3%BAblica_de_Lima_Metropolitana
- Solís, P., Barreiro, A., Rodríguez, M., Delgado, E., & Real, S. (2024). Inclusión de estudiantes con discapacidad en el Espacio Europeo de Educación Superior (EEES): una revisión sistemática. *Educación Cogent*, 12(1), 1-15. doi:10.1080/2331186X.2024.2430880
- Solís, P., Real, S., & Barreiro, A. (2024). Tendencias y desafíos en la salud mental de los estudiantes universitarios con discapacidad: una revisión sistemática. *Ciencias del comportamiento (Basilea)*, 14(2), 1-18. doi:10.3390/bs14020111
- Suriá, R., & Ortigosa, J. (2022). Perfiles de estilos de afrontamiento y relación con el rendimiento académico de estudiantes universitarios con discapacidad. *Behavioral Psychology/Psicología Conductual*, 30(3), 727-742. doi:10.51668/bp.8322308n
- Tamayo, M., & Tamayo. (2003). *El proceso de la investigación científica*. LIMUSA S.A. Retrieved from https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/227860/El_proceso_de_la_investigacion_cientifica_Mario_Tamayo.pdf

- Troncoso, C., & Petermann, F. (2024). *Nota metodológica 3. Entre la investigación cualitativa y cuantitativa: la importancia de los diseños mixtos*. Retrieved from <https://www.renhyd.org/renhyd/announcement/view/36>
- Tucker, J., Korte, S., Kilduff, B., & Pabian, P. (2022). Un enfoque innovador para la promoción de la salud y el bienestar para estudiantes universitarios con discapacidades intelectuales y físicas: una serie de casos. *Revista Americana de Estilo de Vida*, 16(6), 687–693. doi:10.1177/15598276221105786
- UNESCO. (2024). *Países de América Latina y el Ministerio de Educación de España lanzan convocatoria para promover la inclusión de estudiantes con discapacidad*. Retrieved from <https://www.unesco.org/es/articles/paises-de-america-latina-y-el-ministerio-de-educacion-de-espana-lanzan-convocatoria-para-promover-la>
- Valle, A., Cruz, J., & Torquemada, A. (2024). Las personas con discapacidades invisibles y los retos para visibilizar una problemática educativa urgente. *Revista Transdisciplinaria De Estudios Sociales Y Tecnológicos*, 4(2), 24-32. doi:10.58594/rtest.v4i2.112
- Verramendi, Portacarero, & Espinoza. (2020). Estilos de vida y calidad de vida en estudiantes universitarios en tiempo de Covid-19. *Revista Universidad y Sociedad*, 12(6), 246-251. Retrieved from http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_isoref&pid=S2218-36202020000600246&lng=es&tlng=pt
- Zurita, J., Culque, A., & Correa, D. (2025). La inclusión de estudiantes con discapacidad física motora en la educación superior: caso Universidad Estatal de Milagro. *Polo del Conocimiento*, 10(1), 2060-2070. doi:10.23857/pc.v10i1.8797

7. CAPITULO VII: ANEXOS

7.1. Anexo 1: Modelo de Guía Semiestructurada de Entrevista

Entrevista Semiestructurada

Caracterización de los Estilos de Vida y Salud Mental en Estudiantes Universitarios con Discapacidad Física, Uleam 2026.

Ficha sociodemográfica.

Nombre: _____

Sexo: ☐ Femenino ☐ Masculino

Edad: _____ años

Estado civil: ☐ Soltero/a ☐ Unión libre ☐ Casado/a

Nivel socioeconómico: ☐ Clase Media Alta ☐ Clase Media ☐ Clase Media Baja

Situación laboral actual: ☐ Estudia ☐ Estudia y trabaja ☐ No trabaja

Tiempo con la discapacidad: ☐ Congénita ☐ Adquirida

Facultad:

☐ Ciencias de la Salud

☐ Ciencias de la Educación

☐ Ciencias Sociales

☐ Ciencias de la Vida y Tecnologías

☐ Ciencias Administrativas, Contables y Comercio

☐ Ciencias en Ingeniería, Industria y Construcción

Porcentaje de Discapacidad Física: _____

Bloque Abierto

1. ¿Qué piensa sobre de los estilos de vida y cómo influyen en la salud mental?

2. ¿Qué elementos o características según su opinión definen o integran un estilo de vida?
3. ¿Cómo define su estilo de vida y cómo repercute su estilo de vida en su salud mental?
4. ¿Cómo percibe usted los estilos de vida en la etapa de su vida universitaria?
5. ¿De qué manera su discapacidad física ha influido en su salud mental y su estilo de vida?
6. ¿Qué estrategias utilizaría usted para mejorar su estilo de vida y su salud mental?

Bloque Cerrado

1. Desde su perspectiva, ¿cuál considera que ha sido la influencia de su discapacidad física en la manera en que vive y se relaciona con su medio en lo que concierne a su estilo de vida?
2. ¿La discapacidad física tiene impacto sobre la manera en la cual reorganiza o desarrolla su propia vida académica y personal?
3. ¿Estima que su discapacidad física ha incidido en los papeles que asume dentro del seno de la familia, la universidad o la agrupación social?
4. ¿Dispone de apoyo social que tome en cuenta la discapacidad física, cuando se siente en la adversidad emocional o académica?
5. ¿Su discapacidad física ha influido en su participación en actividades culturales, recreativas o solidarias que le generan satisfacción personal?
6. A partir de lo que hemos conversado sobre sus actividades, roles y sus redes de apoyo, ¿qué piensa usted de su estilo de vida en general?

Bloque Específico

1. ¿Cuáles son los principales roles que desempeña actualmente en su vida (por ejemplo, estudiante, hijo/a, amigo/a, etc.)? De esos roles, ¿cuál considera que es el más importante o predominante para usted en este momento?
2. ¿Qué tipo de actividades lleva a cabo con más frecuencia en su vida cotidiana y cuáles son las actividades ha modificado o dejado de hacer debido a su discapacidad física?
3. ¿Con quién mantiene más comunicación o apoyo en su vida cotidiana y piensa que estas relaciones juegan un papel importante en su estilo de vida y en la forma de afrontar su discapacidad física?
4. Cuando tiene que afrontar problemas emocionales o situaciones asociadas a su discapacidad física, ¿qué hace para salir adelante?
5. ¿Cómo considera que su discapacidad física influye en sus metas, proyectos de vida y en la forma en que busca su realización personal?
6. ¿Cómo se proyecta a futuro y qué papel cree que tendrá su discapacidad física en sus metas y planes de vida?

|

7.2. Anexo 2: Modelo de Consentimiento Informado



UNIVERSIDAD LAICA ELOY ALFARO DE MANABI
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
CARRERA DE PSICOLOGÍA
CONSENTIMIENTO INFORMADO PROYECTO DE INVESTIGACION

PARTE I: INFORMACIÓN PARA EL PARTICIPANTE/REPRESENTANTE LEGAL

A. TÍTULO DE LA INVESTIGACIÓN						
Caracterización de los Estilos de Vida en Estudiantes Universitarios con Discapacidad Física Uleam, 2026.						
B. NOMBRE DE INVESTIGADOR PRINCIPAL Y DATOS DE CONTACTO						
Nombres completos:		Janely Monserrate Sanchez Peñafiel		Cedula:	0959661637	
Teléfono:		1350521231		Correo electrónico:	1350521231@vive.uleam.edu.ec	
Nombre de la institución a la cual se encuentra suscrito el Investigador (SI APLICA):				Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí		
C. NOMBRE DEL PATROCINADOR Y DATOS DEL CONTACTO (NO APLICA)						
Nombres completos:				Cedula:		
Teléfono:				Correo electrónico:		
D. NOMBRE DEL COMITÉ DE ÉTICA DE INVESTIGACIÓN EN SERES HUMANOS QUE EVALUÓ Y APROBÓ EL ESTUDIO Y DATOS DEL CONTACTO						
Nombres completos:		Od. Juan Manuel Sierra Zambrano, Esp.		Cedula:	1310374119	
Teléfono:		0989693757		Correo electrónico:	comiteeticalinvestigacion@uleam.edu.ec	
Nombre del comité:		Comité de Ética e Investigación en Seres Humanos de la Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí (CEISH-ULEAM)				
E. NOMBRE DEL CENTRO O ESTABLECIMIENTO EN EL QUE SE REALIZARÁ LA INVESTIGACIÓN						
Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí (ULEAM)						
F. INTRODUCCIÓN						
La etapa universitaria representa un periodo con grandes exigencias académicas, sociales y personales, dentro de esta hay múltiples factores que influyen directamente en el bienestar emocional de los estudiantes. Entre ellos destacan los estilos de vida, la salud mental y la discapacidad física, esta interrelación es importante para poder comprender la experiencia o vivencias universitarias en su totalidad. Desde el enfoque psicológico, los estilos de vida los estilos de vida se comprenden como expresiones del funcionamiento personal, en las que intervienen tanto las características individuales como las condiciones sociales y ambientales, este enfoque permite entender que las conductas cotidianas están relacionadas con la forma en que la persona percibe su realidad, toma decisiones y responde a las demandas que se le presentan, especialmente en contextos de alta exigencia como el universitario. No solo se reducen únicamente a hábitos como la alimentación, actividad física, descanso, sino que va mucho más allá y se concibe como una expresión externa y estable de la personalidad, que va orientada en como cada sujeto organiza su cotidianidad y como se adapta a las exigencias de su contexto. En el caso de los estudiantes universitarios con discapacidad física, los estilos de vida pueden verse influenciados por factores adicionales relacionados con la accesibilidad, la movilidad, la participación social y el acceso a apoyos institucionales, estas condiciones pueden incidir en la manera en que los estudiantes organizan sus actividades diarias, establecen relaciones sociales y enfrentan las demandas académicas, lo que hace necesario un análisis que considere su realidad específica. Comprender los estilos de vida de esta población permite identificar tanto dificultades como recursos personales y contextuales que influyen en su bienestar psicológico y en su desempeño académico. Asimismo, aporta información relevante para fortalecer acciones orientadas a la inclusión, la promoción de la salud mental y el acompañamiento universitario, desde una perspectiva respetuosa de la diversidad y los derechos de los estudiantes. En este contexto, la presente investigación se plantea como un aporte al conocimiento de las condiciones de vida de los estudiantes universitarios con discapacidad física de la Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí, con el fin de generar información que contribuya al fortalecimiento de estrategias institucionales orientadas al bienestar integral y al desarrollo académico. La presente investigación tiene como propósito evaluar el estado de la salud oral de sus participantes, con la intención de establecer la prevalencia de las diferentes enfermedades bucodentales, vincular estos hallazgos con vectores como los determinantes sociales y establecer el impacto de la intervención realizada en la comunidad.						
G. PROPÓSITO DEL ESTUDIO						
1. Caracterizar los estilos de vida de los estudiantes universitarios con discapacidad física de la Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí, considerando dimensiones como los roles, las actividades cotidianas, redes de comunicación, orientación temporal, la autorrealización y las estrategias de afrontamiento. 2. Describir cómo estos estilos de vida se relacionan con el bienestar psicológico se relaciona con la salud mental de los estudiantes, evidenciando factores protectores y de riesgo. 3. Clasificar los estilos de vida de estudiantes universitarios desde el enfoque psicológico, reconociendo configuraciones comportamentales que influyen en la salud mental de estudiantes universitarios con discapacidad física. 4. Proponer recomendaciones orientadas a la promoción de los estilos de vida saludables, prevención de las problemáticas psicosociales, generar insumos que contribuyan al diseño de nuevas políticas y acciones orientadas a mejorar la salud mental de estudiantes universitarios con discapacidad física						
H. PROCEDIMIENTOS POR REALIZAR						
No.	Actividad	Objetivo del proyecto con el que se vincula la actividad	Justificación del motivo	Lugar de ejecución	Responsable	Tiempo de duración
1	Socialización del proyecto con las autoridades de la ULEAM	Caracterizar los estilos de vida de los estudiantes universitarios con discapacidad física.	Permite conocer la influencia de los hábitos cotidianos y configuraciones comportamentales que inciden directamente en la salud mental.	Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí (ULEAM)	Investigador principal	Enero



UNIVERSIDAD LAICA ELOY ALFARO DE MANABI
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
CARRERA DE PSICOLOGÍA

CONSENTIMIENTO INFORMADO PROYECTO DE INVESTIGACION

2	Aplicación de los cuestionarios y entrevistas a estudiantes universitarios	Identificar y describir los estilos de vida y su relación con su salud mental en estudiantes universitarios con discapacidad física.	Permite conocer configuraciones comportamentales, hábitos cotidianos y factores que inciden en la salud mental.	Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí (ULEAM)	Investigador principal	Febrero
---	--	--	---	---	------------------------	---------

3	Recolección de información académica y análisis de los resultados.	4. Analizar la influencia de los estilos de vida y la salud mental en los estudiantes con discapacidad física.	Permite proponer recomendaciones orientadas a la promoción de los estilos de vida saludables, prevención de las problemáticas psicosociales, al diseño de nuevas políticas y acciones orientadas a mejorar la salud mental	Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí (ULEAM)	Investigador principal	Marzo
---	--	--	--	---	------------------------	-------

BENEFICIOS DE LA PARTICIPACIÓN Y FORMA DE SOCIALIZAR LOS RESULTADOS

Como beneficios podemos encontrar en que la participación contribuirá a mejor comprensión de los estilos de vida de los estudiantes universitarios con discapacidad física y su relación con la salud mental. De manera indirecta, los participantes podrán reflexionar sobre sus propios hábitos, lo que podría favorecer una mayor conciencia sobre su estilo de vida y posibles cambios positivos. Además, los resultados del estudio podrán servir como base para futuras acciones de apoyo y promoción del bienestar estudiantil dentro de la universidad.

1. RIESGOS FÍSICOS Y PSICOLÓGICOS A CORTO Y LARGO PLAZO DE LA PARTICIPACIÓN Y FORMAS DE MITIGARLOS	
Riesgos	Formas de mitigarlos
1. Molestias o leve incomodidad por tiempo dedicado a responder cuestionarios	Permitir descansos durante la realización de las actividades o cuestionarios, a medida que se deberá asegurar un ambiente cómodo y espacioso.
2. Malentendidos respecto al consentimiento	Explicar que no existe ningún riesgo al participar y mencionar cada punto detalladamente y reiterar que pueden revocarlos en cualquier momento
3. Preocupación por la confidencialidad de sus datos	Asegurar el anonimato de los datos, utilizar sistema de almacenamiento seguros y garantizar que solo el investigador tenga acceso a ellos.

K. COSTOS Y COMPENSACIÓN	
1.	El participante/representante legal NO pagará por ninguno de los análisis que se realicen en la investigación.
2.	El participante/representante legal NO recibirá ninguna compensación por su participación.

L. MECANISMOS PARA RESGUARDAR LA CONFIDENCIALIDAD DE DATOS

Toda la información proporcionada por los participantes será tratada de forma confidencial, los datos recolectados serán codificados y anonimizados, evitando el uso de nombres o información que permita identificar directamente a los participantes, mismos que se utilizarán únicamente con fines de investigación. Las consideraciones éticas son importantes para asegurar la protección, el respeto y el bienestar de los participantes en la investigación sobre la Caracterización de los Estilos de Vida en Estudiantes Universitarios con Discapacidad Física, ya que toda la investigación se llevará a cabo siguiendo los principios de la bioética y la normativa vigente para la investigación en seres humanos. Los siguientes mecanismos aseguran el cumplimiento de los principios éticos, cuya verificación es certificada por el Comité de Ética de Investigación en Seres Humanos (CEISH):

Autonomía y Respeto a las Personas: La participación será completamente voluntaria y los estudiantes universitarios tendrán la capacidad de decidir libremente, el consentimiento informado asegura que el participante comprenda el objetivo, los procedimientos, y los beneficios de la investigación.

Beneficencia: La investigación se clasifica como de riesgo mínimo, ya que solo involucra la aplicación de cuestionarios y entrevistas que no suponen un riesgo físico, psicológico o social mayor al que se enfrenta en la vida cotidiana.

No Maleficencia: Se protege la identidad del participante y la información sensible, evitando cualquier daño o estigmatización social.

PARTE II: CONSENTIMIENTO INFORMADO

A. DECLARATORIA DE CONSENTIMIENTO INFORMADO		
Yo, en calidad de participante/representante legal del participante declaro que:		
1.	He leído el consentimiento informado.	SI NO
2.	Han respondido a todas mis preguntas.	
3.	Entiendo los riesgos y beneficios de participar.	
4.	Entiendo que firmar este documento, NO implica renunciar a ninguno de los derechos que por ley me corresponden.	
5.	He sido informado de todos y cada uno de los procedimientos que se realizarán para la ejecución de la investigación	
6.	He sido informado que los cuestionarios y en general cualquier registro que contenga sus datos será resguardado en un sitio seguro.	
7.	He sido informado que los resultados podrán ser publicados en revistas científicas u otros medios bibliográficos o pueden ser presentados en reuniones o eventos con fines académicos manteniendo el anonimato de estos sin revelar mi nombre o datos de identificación.	
8.	He sido informado que al finalizar la investigación la información obtenida será entregada de forma ANONIMIZADA a la/el director/a de carrera con el propósito de contribuir al desarrollo de futuras investigaciones.	



UNIVERSIDAD LAICA ELOY ALFARO DE MANABI
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
CARRERA DE PSICOLOGÍA
CONSENTIMIENTO INFORMADO PROYECTO DE INVESTIGACION

9. He sido informado que los datos recolectados durante el proceso están sujetos a una política de estricta confidencialidad y que, por lo tanto, no puede ser divulgados a terceras personas sin nuestro consentimiento expreso. He sido informado que en el caso de que el investigador sea ordenado judicialmente o el mismo identifique situaciones que puedan representar un riesgo muy grave para mi persona o mi representado legal en su defecto, el investigador entregará solo la información pertinente del asunto en cuestión a las entidades acertadas, manteniendo la confidencialidad de cualquier otra información.		
10. Me será entregada una copia, una vez suscrito este documento.		
11. Mi participación es voluntaria, por lo que tengo el DERECHO de retirar mi consentimiento en cualquier momento.		
12. Consiento voluntariamente mi participación o la de mi representado en el estudio.		

	Firma/Huella	Firma/Huella	Firma/Huella
Denominación	Firma participante/ representante legal	Firma testigo #1	Firma testigo #2
Nombres completos:			
Cédula:			
Correo electrónico:			
Teléfono:			
Dirección:			
Lugar y fecha:			

B. DECLARATORIA DE REVOCATORIA DEL CONSENTIMIENTO INFORMADO
Yo, en calidad de participante/representante legal del participante declaro que, a pesar de haber aceptado previamente participar en esta investigación, decido revocar mi consentimiento de manera voluntaria. Entiendo que esta decisión implica que toda la información y material recopilado serán eliminado y no utilizado para ningún fin investigativo, sin que esto genere sanciones ni afecte mis derechos ni la atención a la que tengo acceso por ley.

	Firma/Huella	Firma/Huella	Firma/Huella
Denominación	Firma participante/ representante legal	Firma testigo #1	Firma testigo #2
Nombres completos:			
Cédula:			
Correo electrónico:			
Teléfono:			
Dirección:			
Lugar y fecha:			

7.3. Anexo 3: Certificado de Análisis-Compilatio


Certificado de análisis
 Compilatio Magister+ | ULEAM-ECU

TESIS_2026_JANELY_LEIDY
 ID : f056e631c2cd3f0e92fc23aeab7300566b59261b


8%
 Textos sospechosos

Nombre del fichero : TESIS_2026_JANELY_LEIDY.bit Tamaño del archivo original : 2 MB Número de palabras : 56.011	Depositante : VICTORIANO CAMAS-BAENA Fecha de depósito : 20 de julio de 2026 Tipo de carga : interface fecha de fin de análisis : 20 de julio de 2026
---	--

Resumen (sección 1/2)

Localización de los textos sospechosos en el documento :



Incluido en el porcentaje de textos sospechosos :

 **Similitudes** **1%**
 Pasajes con similitudes a fuentes encontradas en diferentes colecciones.



 **Detección de IA** **6%**
 Textos estilísticamente próximos a un texto generado por una IA.
 Este índice es un indicador y no una prueba. Comprueba con el autor si domina los conocimientos mencionados en el documento.



 **Idiomas no reconocidos** **5%**
 Pasajes en los que parte del vocabulario utilizado no forma parte del diccionario de la lengua.
 Puede tratarse de un intento del autor de modificar el texto para evitar ser detectado.



No incluido en el porcentaje de textos sospechosos :

 **Textos entre comillas** **2%**
 Pasajes entre comillas, a menudo indicativos de una cita.

7.4. Anexo 4: Declaración de Autoría

CERTIFICADO DE AUTORÍA

Yo, **Janely Monserrate Sánchez Peñafiel** con C.I: 1350521231, **Leidy Anabel Yazuma Guambuguete** con C.I: 1754112546, en calidad de investigadoras del presente trabajo de investigación titulado **“Caracterización de los Estilos de Vida en Estudiantes Universitarios con Discapacidad Física, ULEAM 2026”**, como requisito previo para optar por el grado de PSICÓLOGA, MENCIÓN GENERAL de la CARRERA DE PSICOLOGÍA de la UNIVERSIDAD LAICA “ELOY ALFARO” DE MANABÍ. **Presentado para su defensa y evaluación, declaramos la originalidad y autoría del mismo.**

Manta, Julio del 2026.

Atentamente,


Janely Monserrate Sánchez Peñafiel
Estudiante de Psicología
C.I: 1350521231


Leidy Anabel Yazuma Guambuguete
Estudiante de Psicología
C.I: 1754112546

7.5. Anexo 5: Certificación del Tutor

	NOMBRE DEL DOCUMENTO: CERTIFICADO DE TUTOR(A).	CÓDIGO: PAT-04-F-004
	PROCEDIMIENTO: TITULACIÓN DE ESTUDIANTES DE GRADO BAJO LA UNIDAD DE INTEGRACIÓN CURRICULAR	REVISIÓN: 1 Página 1 de 1

CERTIFICACIÓN

En calidad de docente tutor(a) de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Laica "Eloy Alfaro" de Manabí, CERTIFICO:

Haber dirigido, revisado y aprobado preliminarmente el Trabajo de Integración Curricular bajo la autoría de las estudiantes Sánchez Peñafiel Janely Monserrate y Yazuma Guambuquete Leidy Anabel, legalmente matriculado/a en la carrera de Psicología período académico 2026.1, cumpliendo el total de 384 horas, cuyo tema del proyecto o núcleo problémico es **"Caracterización de los Estilos de Vida en Estudiantes Universitarios con Discapacidad Física Uleam, 2026"**.

La presente investigación ha sido desarrollada en apego al cumplimiento de los requisitos académicos exigidos por el Reglamento de Régimen Académico y en concordancia con los lineamientos internos de la opción de titulación en mención, reuniendo y cumpliendo con los méritos académicos, científicos y formales, y la originalidad del mismo, requisitos suficientes para ser sometida a la evaluación del tribunal de titulación que designe la autoridad competente.

Particular que certifico para los fines consiguientes, salvo disposición de Ley en contrario.

Manta, Julio 2026.

Lo certifico,



Dr. Victoriano Camas Baena
Docente Tutor(a)
Área: Ciencias de la Salud

Nota 1: Este documento debe ser realizado únicamente por el/la docente tutor/a y será receptado sin enmendaduras y con firma física original.

Nota 2: Este es un formato que se llenará por cada estudiante (de forma individual) y será otorgado cuando el Informe de similitud sea favorable y además las fases de la Unidad de Integración Curricular estén aprobadas.

7.6. Anexo 6: Formato de Carta de Aprobación definitiva-CEISH



Ministerio de Salud Pública
Coordinación General de Desarrollo Estratégico en Salud
Dirección Nacional de Investigación en Salud

ANEXO 13. Formato de carta de aprobación definitiva- estudios observacionales/de intervención

Oficio circular Nro. 0152 CEISH JMSZ 2026
Manta, 23 de marzo de 2026

Srta.
Janely Sánchez Monserrate Peñafiel
Investigador Principal
Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí

ASUNTO: REVISIÓN DE PROTOCOLO DE INVESTIGACIÓN (observacional/intervención)

Por medio de la presente y una vez que el protocolo de investigación presentado por el (la) Sr (a). **Janely Sánchez Monserrate Peñafiel**, que titula " **Caracterización de los Estilos de Vida en Estudiantes Universitarios con Discapacidad Física Uleam 2026**", ha ingresado al Comité de Ética de Investigación en Seres Humanos de la Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí, con fecha **18/01/2026** y cuyo código asignado es **CEISH-Uleam 0490**, luego de haber sido revisado y evaluado, dicho proyecto está **APROBADO** para su ejecución en la **Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí** al cumplir con todos los requerimientos éticos, metodológicos y jurídicos establecidos por el reglamento vigente para tal efecto.

Como respaldo de lo indicado, reposan en los archivos del CEISH-Uleam, tanto los requisitos presentados por el investigador, así como también los formularios empleados por el comité para la evaluación del mencionado estudio.

En tal virtud, los documentos aprobados sumillado del CEISH- Uleam que se adjuntan en físico al presente informe son los siguientes:

Documento presentado	Nro. de Hojas	Nro. de Version	Fecha de aprobación
Anexo 1. Solicitud de evaluación	1	1	23/03/2026
Anexo 2. Formulario para la presentación de protocolos de investigación	20	1	23/03/2026
Anexo 3. Consentimiento informado	5	1	23/03/2026
Anexo 4. Formato de confidencialidad	2	1	23/03/2026
Anexo 5. Declaración de no tener conflicto de interés	1	1	23/03/2026
Anexo 6. Hoja de vida de los investigadores	5	1	23/03/2026
Anexo 7. Carta de interés	No aplica	No aplica	No aplica
Anexo 8. Declaración de responsabilidad	2	1	23/03/2026
Instrumento de recolección de datos	19	1	23/03/2026

Cabe indicar que la información de los requisitos presentados es de responsabilidad exclusiva del investigador, quien asume la veracidad, originalidad y autoría de estos.

Así también se recuerda las obligaciones que el investigador principal y su equipo deben cumplir durante y después de la ejecución del proyecto en la **Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí**.

- Informar al CEISH-Uleam la fecha de inicio y culminación de la investigación.



Ministerio de Salud Pública
 Coordinación General de Desarrollo Estratégico en Salud
 Dirección Nacional de Investigación en Salud

- Presentar a este comité informes periódicos del avance de ejecución del proyecto, según lo estime el CEISH- Uleam.
- Cumplir todas las actividades que le corresponden como investigador principal, así como las descritas en el protocolo con sus tiempos de ejecución, según el cronograma establecido en dicho proyecto, vigilando y respetando siempre los aspectos éticos, metodológicos y jurídicos aprobados en el mismo.
- Aplicar el consentimiento informado a todos los participantes, respetando el proceso definido en el protocolo y el formato aprobado.
- Al finalizar la investigación, entregar al CEISH- Uleam el informe final del proyecto.

Atentamente,



Od. Juan Manuel Sierra Zambrano, Esp.
Presidente CEISH-Uleam
C.I.: 131037411-9
Correo: comiteeticainvestigacion@uleam.edu.ec
Telf.: 0989693757

7.7. Anexo 7: Oficio-Solicitud de Información para Investigación



Facultad de Ciencias de la Salud

Carrera de Psicología

Manta, 8 de Abril de 2026.

Solicitud de Información para Investigación de Tesis de Grado.

Lic. Victor Zambrano Cedeño, Mg.
Dirección de Bienestar, Admisión y Nivelación Universitaria.
Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí.

De mi consideración:

Por medio del presente, yo, Janelly Monserrate Sánchez Peñafiel, portadora de la cédula de ciudadanía N.º 135052123-1, y Leidy Anabel Yazuma Guambuete portadora de la cédula de ciudadanía N.º 175411254-6, estudiantes de la carrera de Psicología de la Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí, nos encontramos desarrollando el trabajo de titulación denominado: "Caracterización de los Estilos de Vida en Estudiantes Universitarios con Discapacidad Física Uleam 2026".

En tal virtud, nos permitimos solicitar de la manera más comedida que se nos proporcione información correspondiente a los estudiantes con discapacidad física matriculados en la Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí, sede Manta. Específicamente, requerimos los siguientes datos: Nombres y apellidos, Edad, Género, Carrera, Facultad, Semestre, Tipo de discapacidad física, Porcentaje de discapacidad, Tenencia de carné de discapacidad (sí/no), Correo institucional.

Esta información será utilizada exclusivamente con fines académicos e investigativos, en el marco del presente estudio, garantizando en todo momento la confidencialidad, el anonimato y el uso ético de los datos, conforme a los principios de la investigación científica y en concordancia con las normativas establecidas por el Comité de Ética de Investigación en Seres Humanos (CEISH).

Agradecemos de antemano la atención brindada a la presente solicitud.

Atentamente,


Janelly Monserrate Sánchez Peñafiel
135052123-1
0959661637

e1350521231@live.uleam.edu.ec
Estudiante Carrera de Psicología
Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí


Leidy Anabel Yazuma Guambuete
175411254-6
0964251200

e1754112546@live.uleam.edu.ec
Estudiante Carrera de Psicología
Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí

Recibido
9h27
8/04/2026
RM



7.8. Anexo 8: Consentimiento Informado del Participante, Anecdótico, Hoja del Día, Entrevista Semiestructurada y Cuestionario Autodescriptivo del Estilo de Vida (EV-4)