

Programas de bienestar universitario y algunas implicaciones en el rendimiento académico de los estudiantes de una universidad pública

University wellness programs and some implications in the academic performance of students of a public university

*Kelly Obispo-Salazar*¹ 

*Carmelina Paba-Barbosa*² 

*Kenia Múnera-Luque*³ 

*Jesús Suescún-Arregocés*⁴ 

*Alexander Daza-Corredors*⁵ 

1 Especialista. Universidad del Magdalena, Santa Marta, Colombia. Correo electrónico: kobispo@unimagdalena.edu.co

2 Ph. D. Universidad del Magdalena, Santa Marta, Colombia. Correo electrónico: cpaba@unimagdalena.edu.co

3 Psicóloga. Universidad del Magdalena, Santa Marta, Colombia. Correo electrónico: keniamunera@unimagdalena.edu.co.

4 Magíster. Universidad del Magdalena, Santa Marta, Colombia. Correo electrónico: jsuescun@unimagdalena.edu.co

5 Ph. D. Universidad del Magdalena, Santa Marta, Colombia. Correo electrónico: adaza@unimagdalena.edu.co

Recibido: 15 de enero de 2021

Aceptado: 1 de junio de 2022

Publicado en línea: 30 de junio de 2022

Para citar este artículo: Obispo-Salazar, K., Paba-Barbosa, C., Múnera-Luque, K., Suescún-Arregocés, J. y Daza-Corredor, A. (2022). Programas de bienestar universitario y algunas implicaciones en el rendimiento académico de los estudiantes de una universidad pública. *Praxis*, 18(2), 111-125. DOI: <http://dx.doi.org/10.21676/23897856.3903>.

RESUMEN

Los programas de bienestar universitario en las instituciones de educación superior contribuyen en la mejora de los procesos académicos y la calidad de vida de los estudiantes. El objetivo de esta investigación fue analizar la concepción de dichos programas y las implicaciones que estos tienen en el rendimiento académico de estudiantes de una universidad pública. La perspectiva metodológica abordada fue cualitativa con diseño fenomenológico. Los participantes fueron estudiantes pertenecientes a una universidad pública que estuviesen beneficiados por los programas de la Dirección de Bienestar Universitario. El tamaño de la muestra fue de 47 estudiantes (19 mujeres y 28 hombres), la técnica de recolección de información fue el grupo focal, y para el tratamiento de los datos se empleó el análisis temático. Se encontró que los programas de bienestar universitario tienen implicaciones positivas en el rendimiento académico. No obstante, este impacto se genera desde la concepción del rendimiento académico como variable multimodal. En general, para los participantes los beneficios que ofrece el bienestar universitario influyen positivamente en el rendimiento académico en la medida en que ayudan a disminuir problemas económicos y fortalecer factores psicosociales.

Palabras clave: rendimiento académico; estudiantes; bienestar universitario.

ABSTRACT

University wellness programs in higher education institutions contribute to the improvement of academic processes and the quality of life of students. The objective of this research was to analyze the conception of University Welfare programs and the implications that this has on the academic performance of students at a public university. The methodological perspective addressed was qualitative with a phenomenological design. The participants were students belonging to a public university that were benefited by the programs of the University Welfare Department. The sample size was 47 students (19 women and 28 men) who were part of the different university wellness programs. The information collection technique was the focus group, and thematic analysis was used for data treatment. It was found that the University Wellness programs have positive implications for academic performance, however, this impact is generated from the conception of Academic Performance as a multimodal variable. In general, for the participants, the benefits offered by university wellness have a positive influence on academic performance, to the extent that they help reduce economic problems and strengthen psychosocial factors.

Keywords: Academic performance; students; university wellness

INTRODUCCIÓN

El rendimiento académico (RA) se ha estudiado en torno a múltiples variantes y perspectivas, las cuales implican factores externos e internos al individuo, como la dinámica familiar, la salud, la motivación, el autoconcepto, los hábitos de estudio, la escolaridad de los padres, el contexto histórico, entre otros (Alzate *et al.*, 2016). Sin embargo, la complejidad del estudio sobre el RA inicia desde su definición debido a que algunos autores se limitan a un proceso evaluativo de éxito o fracaso en relación con unos objetivos de aprendizaje (Diamond, 2013; Hernández *et al.*, 2018), mientras que otros lo conciben como la confluencia de diversos factores que impactan sobre el proceso de enseñanza-aprendizaje de un estudiante (Closas *et al.*, 2017; Garbanzo, 2007).

De acuerdo a lo anterior, distintos autores han trabajado en la identificación de los factores que influyen sobre el RA, abordando esta variable desde un enfoque multimodal. Es decir, este rendimiento no puede ser definido desde un solo factor, sino desde la suma de variables como la motivación, el autoconcepto, el nivel de escolaridad de los padres, la inteligencia, el contexto social, el nivel de ingresos económicos y las dinámicas familiares e institucionales (Barreno-Freire *et al.*, 2019; Carreto *et al.*, 2014; Jiménez-Reyes *et al.*, 2019; Veas *et al.*, 2019).

Garbanzo (2007) realiza una categorización de las variables que influyen sobre el RA en estudiantes universitarios, clasificándolas en: a) determinantes personales, relacionados a la competencia cognitiva, la motivación, la autoeficacia, el bienestar psicológico, notas de acceso a la universidad e inteligencia; b) determinantes sociales, donde se ubican el nivel educativo de los progenitores, el contexto socioeconómico, las diferencias sociales y el entorno familiar, y c) determinantes institucionales, asociados a las condiciones de la institución, los servicios de apoyo, el ambiente estudiantil y las relaciones estudiante-profesor. Igualmente, Melo-Becerra *et al.* (2017) hacen énfasis en factores que tienen que ver con las instituciones de educación y resaltan dentro de ellos: la cualificación de los docentes, los incentivos

a la investigación y el manejo administrativo de los recursos económicos y humanos. Además, contemplan las condiciones socioeconómicas de los estudiantes para explicar la diferencia del RA entre alumnos.

En este sentido, empieza a tener un valor diferencial el rol de las instituciones de educación superior en la construcción de estrategias para mejorar el RA de sus estudiantes en un país como Colombia, donde de acuerdo al Plan de Desarrollo 2018-2022 (Departamento Nacional de Planeación, 2019) el nivel educativo universitario cuenta con el acceso más desigual y con los porcentajes más altos de deserción (universitarios: 45,1%, y 53,2% para técnicos y tecnólogos), y a su vez con las tasas más bajas de graduación (universitarios: 37,4%, y 27,1% para técnicos y tecnólogos). Así, las instituciones de educación superior han generado estrategias para la intervención de los factores que puedan afectar el RA y generar deserción estudiantil desde las políticas de bienestar universitario. Este aspecto está institucionalmente definido por los artículos 117 y 118 en la Ley 30 (1992), donde se establece que esta clase de establecimientos deben implementar programas que contribuyan al desarrollo físico, psicoafectivo, espiritual y social de todos los miembros de la comunidad académica, y que para ello se requiere destinar al menos un 2% de su presupuesto.

Asimismo, de acuerdo al Decreto 1295 (2010), las políticas de bienestar deben estar direccionadas a la creación de programas y actividades que se enfoquen en la atención de las necesidades insatisfechas de la comunidad académica, asignando como eje central el desarrollo humano. Según el Ministerio de Educación Nacional (2016), los principios del bienestar son la universalidad, la equidad, la transversalidad, la pertinencia y la corresponsabilidad, a la vez que es necesario contemplar las siguientes dimensiones: orientación educativa, acompañamiento para el desarrollo de competencias para la vida, promoción socioeconómica, fomento de la actividad física, deportiva y recreativa, expresión cultural y artística, promoción de la salud integral y autocuidado, y cultura institucional y ciudadana.

En esa misma línea, Mejía-Gil *et al.* (2019) afirman que, desde el bienestar universitario, las instituciones de educación superior deben contribuir al desarrollo de una sociedad más solidaria y con mejores índices de calidad de vida. A su vez, Montoya *et al.* (2014) exponen que el objetivo principal de las instituciones a través del bienestar universitario debe radicar en disminuir la deserción estudiantil mediante becas y subsidios económicos, de transporte y alimentación, orientaciones psicológicas y académicas. En este sentido, comprender cómo concibe la comunidad académica las políticas de bienestar se convierte en una oportunidad para reflexionar sobre su papel e influencia en el RA, la deserción y el bienestar psicológico.

En virtud de lo anterior, es posible identificar a autores como López y Díaz (2009), quienes realizaron una investigación sobre las representaciones sociales del bienestar universitario de los representantes estudiantiles. Este análisis les permitió establecer vínculos entre saberes expertos de las teorías de la ecología del desarrollo humano y el desarrollo como libertad de Uriel Bronfenbrenner y Amartya Sen, considerando que estos enfoques aportan al entendimiento de un bienestar desde la ampliación de las libertades reales, determinadas por los entornos ambientales en los que se interacciona.

Igualmente, Llinás (2009) resalta que la orientación académica impartida a través de las políticas de bienestar es de gran importancia, e identifica a estas últimas como oportunidades para alcanzar mayores niveles de RA. Además, destaca que el trabajo realizado por medio de las áreas de consejería psicológica fomenta un ambiente propicio que les permite a los estudiantes aprovechar su estancia académica. Por otra parte, Gómez y Vera (2013), como resultado de un proyecto de investigación, proponen la construcción de un modelo de bienestar universitario institucional que se fundamente en identificar y apoyar campos del desarrollo personal y social de los distintos actores de la comunidad universitaria, buscando incrementar los niveles de satisfacción y de pertenencia institucional y, en consecuencia, obtener mejores calidades de vida y RA.

Ahora bien, según Montoya *et al.* (2014), por mucho tiempo las políticas de bienestar universitario se han asociado más a aspectos asistenciales y no a los trascendentales como el desarrollo humano, a pesar de que este último es parte fundamental en la formación de los estudiantes en su proceso de aprendizaje durante el paso por la universidad. Por ello, los autores debaten sobre la necesidad de que los programas de bienestar se conviertan en el complemento de la formación de profesionales a partir del reconocimiento de necesidades que tienen los estudiantes. En esta línea, UniHorizonte Fundación Universitaria (2019) propone que se trabaje desde el bienestar universitario para promover el desarrollo de potencialidades personales y grupales, contribuyendo a su observación y transformación desde las interacciones de la comunidad universitaria y la diversidad en las formas de pensar, ser y actuar, a través de programas que beneficien el aprendizaje y la permanencia. Las estrategias son talleres libres, inducción a la vida universitaria, comunicación y divulgación, bienestar laboral, detección y diagnóstico de necesidades, liderazgo y permanencia.

Teniendo en cuenta la necesidad de reflexionar sobre el rendimiento académico desde los programas de bienestar universitario, se presentan a continuación los resultados de un estudio que tuvo como objetivo analizar la concepción de los programas en este ámbito y algunas implicaciones que esto tiene en el RA de estudiantes de una universidad pública.

METODOLOGÍA

La labor investigativa fue abordada desde un enfoque cualitativo, buscando priorizar los sentidos y la forma como interpretan la realidad los participantes (Castillo *et al.*, 2001). Además, con el objetivo de acercarse a la construcción del fenómeno desde una perspectiva natural, se aplicó el diseño fenomenológico (Bautista, 2011). En este estudio participaron estudiantes de una universidad pública que tenían un beneficio por parte de la Dirección de Bienestar Universitario en el periodo 2018-II.

Se aplicó el muestreo por conveniencia, en donde se seleccionó a los participantes de acuerdo a la disponibilidad y la accesibilidad del investigador (Hernández *et al.*, 2014; Tamayo, 2015). Para ello se tuvieron en cuenta los siguientes criterios de inclusión: ser estudiante activo en un programa de la Universidad del Magdalena y haber recibido un beneficio por parte de la Dirección de Bienestar Universitario en el periodo 2018-II.

El tamaño de la muestra fue determinado por la saturación de los datos, y estuvo compuesta por 47 participantes (19 mujeres y 28 hombres). Los participantes se agruparon de acuerdo al beneficio y las becas recibidas: refrigerios (9) y almuerzos (5), ayudantías (9), Trabajo por Matrícula⁶ (9), Inclusión y Permanencia⁷ (5) y la beca Talento Magdalena⁸ (10). Como técnica de recolección de información, se recurrió al grupo focal (Hamui-Sutton y Varela-Ruiz, 2013).

Análisis de datos

Para el tratamiento de los datos se empleó el análisis temático, que tuvo por objetivo obtener las unidades de significado, su categorización y asignación de códigos. Posteriormente, se realizó una codificación axial donde se establecieron las relaciones entre las categorías que se crearon (Hernández *et al.*, 2014). Los datos fueron tratados a través del software Atlas.ti.

Procedimiento

La recolección de los datos inició con la invitación a los estudiantes de la universidad que recibieron un beneficio por parte de la Dirección de Bienestar Universitario en el periodo 2018-II, exponiéndoles los objetivos de la investigación. Posteriormente, quienes afirmaron su interés en participar fueron citados a un grupo focal.

El protocolo aplicado consistía en la presentación del proyecto y el consentimiento informado, para luego informar sobre el inicio de la grabación e

introducir el guion del grupo focal, que consistía en brindar las pautas para la participación y la definición de cada variable. El tiempo de duración de cada etapa osciló entre los 45 y los 65 minutos, incluyendo un espacio de retroalimentación y agradecimiento a los participantes.

Medidas de validez y fiabilidad

Como medida de validez y fiabilidad, se aplicó el método de comprobación de coherencia. Este consiste en la solicitud a otro codificador para que verifique y analice las categorías y la narrativa de la cual emergieron, de forma que se garantice la objetividad de los resultados en un estudio de corte cualitativo (Suárez *et al.*, 2013).

Ética

Esta investigación no representó riesgos para la salud y se ejecutó de acuerdo a lo estipulado en la Ley 1090 de 2006, que describe los aspectos bioéticos de la investigación, y en la Resolución 8430 de 1993 del Ministerio de Salud, por la cual se establecen las normas científicas, técnicas y administrativas para la investigación en salud en Colombia.

RESULTADOS

Como parte del proceso de análisis temático, en la tabla 1 se presentan las categorías, las subcategorías y las citas de los datos de cada uno de los programas que tiene a su cargo la Dirección de Bienestar Universitario en una institución de carácter público. Los programas fueron organizados de la siguiente manera: almuerzos y refrigerios, Trabajo por Matrícula e Inclusión y Permanencia, y finalmente Talento Magdalena (estos últimos dentro de la categoría de incentivos económicos).

Es importante destacar que las categorías que se proponen son coherentes con el objetivo y la razón de ser de los programas de bienestar universitario, así como con las sugerencias realizadas por los estudiantes como medidas para potenciar el

⁶ Trabajo por Matrícula consiste en un incentivo económico en la financiación condonable de la matrícula financiera semestral del estudiante.

⁷ Inclusión y Permanencia es una estrategia orientada a evitar la deserción de estudiantes que se encuentran en alta vulnerabilidad socioeconómica o en situación de discapacidad física, visual o auditiva. Consiste en la asignación de un incentivo económico del 0,0075 % del salario mínimo legal mensual vigente (SMMLV) por hora de apoyo realizada.

⁸ Talento Magdalena promueve el acceso efectivo a la educación superior a los jóvenes magdalenenses destacados por su mérito académico.

impacto de las políticas institucionales de reducción de la deserción estudiantil, las cuales se agruparon en otros factores.

Tabla 1. Programas orientados a la alimentación.

Programa	Categorías	Subcategorías
Almuerzos	Programas	Efecto de los programas: los programas de bienestar universitario ofrecidos influyen en el RA en la medida en que les ayudan a los estudiantes a disminuir cargas, hacen que sus horarios sean flexibles, refuerzan sus conocimientos y les permiten sostenerse.
		Programas: la atención psicológica, las ayudantías académicas, los almuerzos y los programas de inclusión y permanencia son reconocidos por los participantes por su incidencia en el RA.
		Efecto de los almuerzos: estos ayudan a que los estudiantes puedan mantener sus promedios, ahorrar, disminuir sus preocupaciones, manejar el tiempo, más que todo el de estudio, y mejorar la salud alimenticia.
	Otros factores	Factores externos: la actitud de los docentes, el número de materias matriculadas, los problemas económicos o familiares, la falta de alimentos, extrañar a sus padres y dificultades de carácter económico son reconocidos como aspectos que afectan negativamente el RA.
		Factores internos: la motivación de los estudiantes, sus niveles de ansiedad, problemas a nivel psicológico en general, la falta de sueño y los hábitos de estudio son factores identificados por los participantes y que pueden conducir a un bajo desempeño académico.
		Estrategias de mejoramiento: para los estudiantes es importante que se implementen estrategias que favorezcan su RA y que estén relacionadas con el aumento del número de almuerzos, evaluación de factores psicosociales, las fechas de inicio de las ayudantías, mejorar los canales de información, entre ellas las plataformas, los requisitos para acceder a los programas y la variedad de ayudantías que pueden ofrecer.
		Efecto de los programas: los programas de bienestar universitario ofrecidos influyen en el RA en la medida en que brindan un apoyo psicológico, generan un mayor tiempo en la universidad, disminuyen el nivel de estrés y producen seguridad.
		Programas: los refrigerios, la atención psicológica y las ayudantías académicas son reconocidos por los participantes por su incidencia en el RA.

Refrigerios	Programas	Efecto de los refrigerios: estos ayudan a que los estudiantes puedan sostenerse, tengan mayor flexibilidad de horarios y tiempo de estudio, mantengan una buena alimentación y disminuyan sus preocupaciones.
	Otros factores	Factores externos: las dificultades de carácter económico, el aumento en las tarifas de transporte y los horarios al medio día son reconocidos como aspectos que afectan negativamente el RA.
		Factores internos: los problemas emocionales y el disgusto por la universidad son factores identificados por los participantes y que pueden conducir a un bajo desempeño académico.
		Estrategias de mejoramiento: para los estudiantes, es importante que se implementen estrategias que favorezcan su RA y que estén relacionadas con simultaneidad de beneficios, acompañamiento integral, criterios de selección, capacitación a los monitores académicos y aumento de la cobertura y variedad de refrigerios.

Fuente: elaboración propia.

De acuerdo a la tabla 1, en la subcategoría de efectos de los programas, los estudiantes beneficiados por almuerzos y refrigerios conciben que estos influyen en el RA porque ayudan a disminuir la presión económica y el estrés. Al respecto, un participante manifiesta:

[...] personas que no son de aquí y tienen que pasar por ese semestre de soledad, por decirlo así, porque como no tienen su familia, pues ese componente psicológico creo que también les ayuda y van relacionado a ese rendimiento académico que nosotros tenemos en el semestre (participante 3).

En la subcategoría de programas, los participantes identificaron como servicios ofrecidos por la Dirección de Bienestar Universitario la atención psicológica, las ayudantías académicas, los refrigerios, los almuerzos y el programa de inclusión. Al respecto, algunos participantes destacaron “lo psicológico. Hay un programa, si no estoy mal, me lo sugirieron por ahí [...] y pues me han brindado apoyo para mejorar el semestre pasado” (participante 3) y “los refrigerios” (participante 4). En relación con el efecto del programa al que pertenecen los estudiantes de almuerzos, ellos manifestaron: “Mi promedio en primer semestre fue de 3,36, y de ahí

no ha subido. Este semestre estuve que casi FBRA⁹ [...] mi promedio cuando tuve los almuerzos lo mantuve un poquito ahí” (participante 2). A su vez, uno de los alumnos que recibieron refrigerios afirmó: “yo sé que yo tengo mi refrigerio ahí, que yo puedo sostenerme con eso mientras tanto que yo llego a mi casa” (participante 5).

En la categoría de otros factores se encontró que los estudiantes identifican elementos externos (problemas económicos o familiares, falta de alimentos, horarios de clases, falta de los padres, entre otros) e internos (motivación, problemas psicológicos, hábitos de sueño, problemas emocionales, hábitos de estudio, entre otros) que afectan negativamente su RA. En ese sentido, manifestaron: “Yo tuve trabajo hasta hace unas tres, cuatro semanas, pero es difícil mantener el nivel académico y laboral al mismo tiempo” (participante 3). “O sea, a mí los nervios se me alteraban horrible. Yo podía estudiar mucho, estar súper preparada, pero al momento de pararme allá para mí eso era fatal” (participante 6).

Asimismo, en la subcategoría de estrategias de mejoramiento, los estudiantes señalan que los programas de bienestar podrán influir en el RA al mismo tiempo que disminuyen el impacto de los

⁹ Fuera de la Universidad por bajo rendimiento académico

factores que influyen en la deserción escolar a través de un acompañamiento integral, una evaluación de factores psicosociales, el mejoramiento de los criterios de selección de los programas de ayuda, el aumento de la cobertura, la constancia en los beneficios y la mejora en los

canales de información para el acceso a la oferta. En relación con esto, un participante manifestó: “[...] le den por lo menos todos los días. O sea, es lo más normal, porque nosotros todos los días comemos y, o sea, no nada más comemos los lunes y los miércoles, y ¿los otros días qué?” (participante1).

Tabla 2. Programas de incentivo económico.

Programas	Categorías	Subcategorías
Ayudantías	Programas	Efecto de los programas: los programas de bienestar universitario ofrecidos influyen en el RA en la medida en que suplen necesidades y generan motivación.
		Programas: los intérpretes y las ayudantías son reconocidos por los participantes por su incidencia en el RA.
		Efecto de las ayudantías: esto ayuda a que los estudiantes se integren a la vida universitaria y refuercen conocimiento. Al mismo tiempo, se favorecen la publicación de artículos y el desarrollo de habilidades. Por otra parte, la disminución de promedio o el aumento de este generan estrés, tristeza y problemas de garganta.
	Otros factores	Factores externos: el valor de la matrícula y los problemas económicos son reconocidos como aspectos que afectan negativamente el RA.
Estrategias de mejoramiento: para los estudiantes es importante que se implementen estrategias que favorezcan su RA y que estén relacionadas con mejorar procesos de selección, generar consciencia en los estudiantes, mayor disponibilidad de espacios y división de pagos.		
Inclusión y Permanencia	Programas	Efecto de los programas: disminuyen el promedio, generan tranquilidad, ayudan a delegar mayor tiempo a estudiar, a mantener una buena alimentación y a disminuir el estrés.
		Programas: se reconocen la inclusión y la permanencia, los almuerzos, los refrigerios y Trabajo por Matrícula como los programas que pueden generar un impacto sobre el rendimiento académico.
		Efecto del programa Inclusión y Permanencia: como aspecto desfavorable, los participantes señalaron que el programa podía conducir a la disminución de promedio al inicio ya que no se estaba adaptado al proceso. No obstante, reconocen a su vez otros efectos positivos como la flexibilidad en los horarios, el desarrollo de habilidades, la disminución de estrés, dedicar mayor tiempo al estudio, disminución en las cargas, aumento de promedio y tranquilidad.
	Otros factores	Factores externos: se identificó que el horario laboral, los problemas económicos y familiares, la edad, el embarazo y el cuidado de los niños son algunos de los agentes que pueden incidir sobre el RA.
		Factores internos: se refiere a aspectos asociados a la persona, tales como una ruptura sentimental y problemas emocionales.
		Estrategias de mejoramiento: dentro de las propuestas que hacen los estudiantes se encuentran los descuentos por hijos, la rigurosidad en la selección, guardería y menos corrupción en la selección de los programas.

Trabajo por Matrícula	Programas	Efecto de los programas: los programas propician el compromiso y una mejor organización del tiempo y contribuyen a solventar las necesidades.
		Programas: se reconoce que Inclusión y Permanencia y Trabajo por Matrícula son dos programas que influyen sobre el RA.
		Efecto del programa Trabajo por Matrícula: este programa aporta a los estudiantes en la medida en que les permite tener tiempo para sus estudios y disminuir cargas y estrés, además de aumentar el promedio y organizar el tiempo. No obstante, para un participante el hecho de tener un trabajo y estudiar puede llevar a saturar sus tiempos.
	Otros factores	Factores externos: el hambre, el pago de matrícula, los problemas familiares, la salud de la familia, algunos problemas económicos y las relaciones de pareja son aspectos que indican sobre el RA.
		Factores internos: los estudiantes identificaron los problemas y la tranquilidad emocional.
		Estrategias de mejoramiento: es importante proporcionar mayor información a los estudiantes, proveer beneficios simultáneamente, hacer seguimiento y controlar los programas, así como instaurar una veeduría estudiantil y darles continuidad a los beneficios por promedio académico.

Fuente: elaboración propia.

Según la categoría de programas de la tabla 2, subcategoría de efectos de los programas, los estudiantes pertenecientes a los programas de ayudantías, Inclusión y Permanencia y Trabajo por Matrícula manifiestan que todos los beneficios que ofrece la Dirección de Bienestar Universitario influyen en el RA en la medida en que ayudan a suplir necesidades, permiten tener una buena alimentación, contribuyen a disminuir el estrés, facilitan un mayor tiempo de estudios y generan una mayor motivación y compromisos con su formación. Esta afirmación se evidencia en los siguientes discursos: “[...] o sea que el beneficio que te compromete mucho más con la carrera” (participante 20); “suplir un poco los gastos” (participante 9), y “[...] mientras que yo, teniendo el beneficio, o sea, genera algo que no tiene precio, no tiene valor, y es la tranquilidad” (participante 4). No obstante, los estudiantes que pertenecen al programa Inclusión y Permanencia perciben que estos programas, si bien ayudan al RA, también pueden generar una disminución de este.

En la subcategoría de programas, los participantes identificaron como servicios ofrecidos por la Dirección de Bienestar Universitario los “almuerzos” (participante 13), “Inclusión y Permanencia” (participante 18), “refrigerios” (participante 22), “Trabajo por Matrícula” (participante 27), “intérprete” (participante 10) y “ayudantías”

(participante 9). En relación con el efecto del programa de ayudantías, los estudiantes pertenecientes a este afirman que contribuye a la integración a la vida universitaria, la producción científica y el desarrollo de habilidades, aunque al mismo tiempo aclaran que las condiciones en las que llevan a cabo la actividad pueden tener efectos negativos en la salud. Así, manifiestan: “Me permitió integrarme un poquito más a la universidad” (participante 8).

Por su parte, los estudiantes de Inclusión y Permanencia señalaron que el programa contribuye al desarrollo de habilidades y a la disminución de estrés y cargas económicas, aunque también advierten un efecto negativo debido al inicio de una actividad a la que muy pocos están acostumbrados. En este orden de ideas, algunos participantes afirmaron: “[...] al entrar a la ayudantía de Inclusión y Permanencia, su promedio caía, porque ellos nunca habían afrontado un reto como este, que es llegar, trabajar, hacer caso, agachar cabeza, aprender cosas que no sabían” (participante 23), y “[...] aquí me brindan las posibilidades de que yo escoja mi horario y pueda llegar puntual a mis clases, y darlas, y escucharlas todas, y pues eso me ayuda en el rendimiento académico” (participante 30).

Finalmente, los estudiantes de Trabajo por Matrícula afirmaron que el programa facilita tener mayor tiempo para sus estudios, además de que contribuye a disminuir las preocupaciones económicas y los niveles de estrés. No obstante, también señalan que el hecho de trabajar y estudiar puede tener un efecto negativo debido a la saturación de los tiempos. Así, expresan: “[...] cuando me tocó Trabajo por Matrícula fue en el segundo semestre: el promedio más alto que he sacado hasta ahora; entonces me ayudó” (participante 35), y:

Yo tenía el beneficio [...], pero aparte tenía una condición de que no contaba con un ingreso. Me tocaba salir a laborar, hacer cualquier cuestión para poder pagar vivienda, pagar comida. Entonces dividiendo mi tiempo en lo que tenía que elaborar acá, lo que tenía que estudiar, y lo que tenía que trabajar [...] me saturé, no me da tiempo para nada, y así era difícil rendir (participante 33).

En la categoría de otros factores, se encontró que los estudiantes identifican elementos externos (costos de matrícula, problemas económicos o familiares, relaciones de pareja, horarios laborales, entre otros) e internos (problemas emocionales, niveles de ansiedad y rupturas de pareja) que afectan negativamente su RA. De tal forma, dicen que “[...]

cuando uno está sin plata, uno piensa que está sin plata, no tiene cabeza para más nada [...] eso afecta demasiado el rendimiento académico” (participante 11), “Romper con la novia, imagínate, baja el ánimo, un cacho que te peguen [...] joda, y en semana de parciales. Eso acaba con cualquier promedio” (participante 24), y

[...] yo antes estaba sometida al horario de unas empresas, y si yo tenía clases a las dos de la tarde, [...] ellos no querían que yo saliera a las dos, sino a las dos y media, dos y cuarenta, y eso me afectaba en mis clases (participante 21).

Asimismo, en la subcategoría de estrategias de mejoramiento los participantes indican que, para que los programas de bienestar puedan influir en el RA y al mismo tiempo disminuir el impacto de los factores que influyen en la deserción, estos deben incluir nuevos tipos de descuento económico, mejorar los criterios de selección, contemplar más opciones de financiación de la matrícula, dar continuidad a los beneficios, mejorar los canales de información y crear veedurías estudiantiles para garantizar que no exista corrupción dentro de estas iniciativas. En ese sentido, manifiestan: “[...] por no seleccionar de forma adecuada, entonces pues dejan a gente que de verdad lo necesita” (participante 33), y “dividir el pago, la monitoria, en dos partes” (participante 22).

Tabla 3. Programa Talento Magdalena.

Programas	Categorías	Subcategorías
Talento	Programas	Efecto de los programas: están relacionados con otorgar disciplina, refuerzo de conocimientos, transición a la vida universitaria, manejo del estrés, técnicas de estudio, la satisfacción de necesidades básicas y la posibilidad de distraerse de los problemas.
		Programas: los almuerzos, Trabajo por Matrícula, la atención psicológica, las ayudantías, los refrigerios, la cultura, los deportes y Talento Magdalena son reconocidos por influenciar la variable RA.
		Talento Magdalena: particularmente, este programa se caracteriza por disminuir las cargas, optimizar el tiempo tanto para el estudio como para otras actividades, brindar acompañamiento psicológico y monitores especiales, además de aportar en la compra de útiles, el apoyo en técnicas de estudio y la nivelación académica.
	Otros factores	Factores externos: entre ellos se pueden encontrar la salud de los padres, evitar salir del programa, el apoyo familiar que reciben, el sostenimiento, algunas dificultades con docentes y problemas económicos.

		<p>Factores internos: para los participantes es importante reconocer que la superación personal, los conocimientos previos, problemas emocionales, depresión y la procrastinación pueden incidir sobre su RA.</p>
		<p>Estrategias de mejoramiento: el subsidio de hospedaje, el aumento en el número de monitores y los requisitos de ayudantías son recursos que pueden contribuir en la mejora de las condiciones para el proceso de enseñanza-aprendizaje.</p>

Fuente: elaboración propia.

En relación con la categoría de programas, específicamente en la subcategoría efectos de los programas, la tabla 3 refleja que los estudiantes pertenecientes a Talento Magdalena consideran que todos los beneficios que ofrece el bienestar universitario influyen en el RA en la medida en que ayudan a la satisfacción de las necesidades básicas, mejorar las técnicas de estudio, disminuir los niveles de estrés y adaptarse a la vida universitaria. Al respecto, un participante expresó: “[...] me enseñaron técnicas de estudio, me enseñaron cosas que yo no sabía cómo [...] gracias a esas charlas que me dieron pude corregir eso y mi rendimiento académico mejoró” (participante 4).

En la subcategoría de programas, los participantes identificaron como servicios de bienestar ofrecidos los “almuerzos” (participante 41), la atención psicológica o “la parte psicológica” (participante 43) y “ayudantías” (participante 47). Con respecto al efecto del programa al que pertenecen, los estudiantes de Talento Magdalena manifestaron: “[...] en rendimiento académico me ha ayudado mucho pues paso mayor tiempo aquí; no me tengo que estar desplazando al lugar donde vivo [...] puedo venir a biblioteca o con los monitores estudiar un poco más, con los compañeros hacer trabajos” (participante 42), y

[...] el primer semestre tuve un promedio muy bajito de 3,28. Casi salgo, y al siguiente semestre nos están brindando técnica de estudio [...] ahí uno aprende demasiado si lo aplica, [...] subí a 3,78 y lo mantengo ahora aplicando esas técnicas (participante 10).

En la categoría de otros factores se encontró que los estudiantes identifican elementos externos (salud de los familiares, problemas económicos, relaciones estudiante-docente, entre otros) e internos (problemas emocionales, depresión,

procrastinación, conocimientos previos, entre otros) que afectan en la deserción estudiantil. En ese sentido, expresaron: “mi mamá está enferma, y eso me preocupa, y pues yo debería trabajar para ella porque ella está enferma, y eso puede generar cierta manera estrés y preocupación” (participante 40), y “[...] me entró una depresión horrible [...] yo estuve a punto de cancelar semestre porque ya no aguantaba” (participante 45).

Asimismo, en la subcategoría de estrategias de mejoramiento, para que los programas de bienestar puedan influir en el RA y al mismo tiempo disminuir el impacto de los factores que contribuyen a la deserción estudiantil, los estudiantes proponen “un programa de trabajo, pero que nos ayude a pagar pensiones” (participante 41), y “a mí me gustaría que la forma de escribir fuera distinta que por promedio base, sino por medio de una prueba un examen donde evalúan el nivel que cada persona tiene” (participante 44).

DISCUSIÓN

El carácter multimodal del RA permite abordarlo desde distintas variables, analizando sus relaciones y consecuencias (Closas *et al.*, 2017). De esta forma, se requiere un análisis continuo que, en definitiva, conduzca a la creación de herramientas que potencien el proceso de aprendizaje y consideren que este está influenciado por múltiples factores que deben ser considerados en la enseñanza. En ese orden de ideas, y de acuerdo a los discursos de los participantes, los programas de bienestar universitario favorecen el proceso de aprendizaje, y específicamente el RA, toda vez que permiten disminuir las cargas que se presentan en la formación y que están asociadas a factores personales, sociales, económicos e institucionales. Estos últimos, en particular, a veces son

transversales, tal como se evidencia en los resultados.

Un factor que llamó la atención en esta investigación fueron las implicaciones que tienen los programas de alimentación debido a su clara contribución para disminuir la inquietud por buscar qué comer o de qué forma acceder a los alimentos, de manera que los estudiantes se enfocan más en sus actividades académicas: “yo sé que yo tengo mi refrigerio ahí, que yo puedo sostenerme con eso mientras tanto que yo llego a mi casa” (participante 5). Este hallazgo sigue la línea de Garbanzo (2007), quien plantea que los determinantes personales e institucionales son importantes para la formación académica. Así, para este caso se reconocen factores como la nutrición, la inteligencia y la motivación, por ejemplo, hasta servicios de apoyo institucionales que contribuyen en mantener el RA y evitar la deserción.

Los programas explorados de alimentación, incentivos económicos y talento, según lo sugieren los resultados de este estudio, ayudan a mantener y mejorar el RA. Como lo expresó un participante, “[...] me enseñaron técnicas de estudio, me enseñaron cosas que yo no sabía cómo [...] gracias a esas charlas que me dieron pude corregir eso y mi rendimiento académico mejoró” (participante 4). Asimismo, reconocer que existen factores que inciden externa e internamente en el proceso de formación permite concebir el RA desde una perspectiva multimodal, en la que inciden aspectos motivacionales, de autoconcepto, la escolaridad de los padres, la inteligencia, la motivación, el contexto social, el nivel de ingresos económicos y las dinámicas familiares e institucionales (Barreno-Freire *et al.*, 2019; Carreto *et al.*, 2014; Jiménez-Reyes *et al.*, 2019; Veas *et al.*, 2019).

Además, los participantes identifican diversos factores que afectan su rendimiento académico, los cuales van desde problemas familiares, rupturas amorosas, problemas económicos o de salud mental hasta horarios laborales. De esta manera, uno de ellos expresó: “[...] me entró una depresión horrible [...] yo estuve a punto de cancelar semestre porque ya no aguantaba” (participante 45). Por ende, queda en evidencia el carácter multimodal del RA, el cual no puede ser definido ni intervenido solo desde un

factor (Closas *et al.*, 2017; Salazar y Heredia, 2019; Sanguinetti *et al.*, 2013).

Los estudiantes también manifiestan que todos los beneficios que ofrece bienestar universitario influyen positivamente en el RA en la medida en que ayudan a disminuir la presión económica y el estrés, además de brindar apoyo psicológico y flexibilidad de horarios. Este reconocimiento destaca el rol de las instituciones de formación superior, el cual debe estar dirigido a la formación integral de los estudiantes, procurando generar un ambiente de bienestar para que estos se formen académica y personalmente (Barraza y Ortiz, 2012; Denigri *et al.*, 2014) y favorecer su permanencia y desarrollo (Pantoja y Alcaide, 2013).

De esta manera, se hace evidente la reflexión en torno al carácter multimodal del RA y su complejidad, que implica elementos tantos objetivos como subjetivos. Estos últimos, concretamente, son los que potencializan el aprendizaje y el desarrollo del rendimiento haciéndolo variable (Erazo, 2013). Por tanto, mejorar o mantener el RA no va a depender solo de las notas, sino que está sujeto además a factores contextuales e internos del estudiante (Alzate *et al.*, 2016; Pantoja y Alcaide, 2013). Comprender estas circunstancias es necesario para abordar el proceso de enseñanza-aprendizaje de modo que se propicie la formación integral y la presencia de los programas de bienestar universitario.

Finalmente, se encontró que, si bien los programas de bienestar universitario ofrecidos tienen un efecto positivo en el RA de acuerdo a lo manifestado por los estudiantes, es importante reconocer que su impacto trasciende la esfera académica, haciendo énfasis en el valor humano que poseen todos los miembros de la comunidad universitaria. Con ese fin, es preciso brindar apoyo en áreas como la salud física, mental, espiritual, artística y afectiva, sentando las bases de una educación integral que contribuya a la formación de personas empoderadas capaces de transformar sus contextos y realidades (Guerrero-Lucero, 2018; Silva-Calpa *et al.*, 2018).

CONCLUSIONES

De acuerdo con el objetivo de este estudio, se concluye que no es posible reducir el RA a un simple indicador de desempeño; por el contrario, debe analizarse desde una perspectiva multimodal que guíe los resultados de cualquier proceso de enseñanza-aprendizaje. Por esta razón, las políticas de bienestar universitario de las instituciones de educación superior deben propender a generar estrategias de acompañamiento que logren abordar aspectos como: la motivación, la discapacidad, los entornos familiares, factores socioeconómicos, hábitos de estudio y manejo del tiempo libre y las relaciones entre maestro y estudiante.

Sin duda, los anteriores son aspectos que ya se han planteado dentro de las políticas estatales en relación con el bienestar universitario. Sin embargo, aún faltan muchos ejercicios investigativos que permitan, desde la construcción colectiva de las instituciones, generar apoyos de acuerdo con las necesidades que, lejos de ser generalizadas, son específicas en tanto dependen de la individualidad y de las particularidades de los contextos colombianos.

Además, este estudio permitió reconocer que, para los participantes, los beneficios que ofrece la Dirección de Bienestar Universitario influyen positivamente en el RA en la medida en que ayudan a disminuir la presión económica y el estrés a partir del apoyo psicológico y alimentario. Ahora bien, se destacó que los distintos beneficios de bienestar evaluados han superado la concepción basada estrictamente en lo económico, pues se ha logrado construir programas como las ayudantías, que posibilita la intervención en los factores académicos de una población estudiantil particular.

Se destaca también la necesidad de perfeccionar los mecanismos de selección, acompañamiento y seguimiento de los beneficiarios de estos programas. Para ello, conviene considerar la creación de procesos más rigurosos y efectivos por parte de la Dirección de Bienestar Universitario, Desarrollo Estudiantil y la Vicerrectoría Académica, que permitan controlar y eliminar una serie de variables personales, económicas y sociales en los estudiantes con miras a incidir positivamente no

solo en el RA, sino también en la permanencia y graduación de los estudiantes.

Por último, a pesar de las políticas establecidas para el apoyo de los estudiantes universitarios, es necesario generar procesos de investigación que permitan abordar la efectividad o el impacto de los programas, las iniciativas y las actividades sobre los resultados de la formación universitaria (rendimiento, deserción, desempeño profesional, graduación, entre otros). Estas evaluaciones deben partir de acciones que adopten una definición de bienestar lo suficientemente amplia como para incluir las distintas dimensiones del ser humano.

CONFLICTO DE INTERÉS

Los autores declaran que no existe ningún tipo de conflicto de interés en la realización de la presente investigación.

AGRADECIMIENTO

Agradecemos a la Universidad del Magdalena por el apoyo brindado para la realización de este proyecto. Asimismo, a la Dirección de Bienestar Universitario por su colaboración en la logística y el desarrollo de las actividades derivadas de esta investigación, así como a todos los estudiantes que participaron.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alzate, O. A. T., Ortega, F. J. R. y García, D. O. (2016). Estudio del poder predictivo del puntaje de admisión sobre el desempeño académico universitario. *Revista Latinoamericana de Estudios Educativos*, 12(2), 148-165. <https://www.redalyc.org/journal/1341/134149931008/html/>
- Barraza, C. y Ortiz, L. (2012). Factores relacionados a la calidad de vida y satisfacción en estudiantes de enfermería. *Ciencia y Enfermería*, 18(3), 111-119. <http://dx.doi.org/10.4067/S0717-95532012000300011>
- Barreno-Freire, S., Haro-Jácome, O. y Flores-Yandún, P. (2019). Relation between academic performance and attendance as factors of student promotion. *Revista Cátedra*, 2(1), 44-59. <https://doi.org/10.29166/catedra.v2i1.1552>

- Bautista, N. (2011). *Proceso de la investigación cualitativa: Epistemología, metodología y aplicaciones*. Manual Moderno.
- Carreto, R. R., Jaimes, F. G., Ariza, F. J., Rosas, F. S. y Torreblanca, O. F. (2014). Un modelo empírico para explicar el desempeño académico de estudiantes de bachillerato. *Perfiles Educativos*, 36(146), 45-62. [https://doi.org/10.1016/S0185-2698\(14\)70127-8](https://doi.org/10.1016/S0185-2698(14)70127-8)
- Castillo, N., Jaimes, G. y Chaparro, R. (2001). *Una aproximación a la investigación cualitativa*. Universidad Pedagógica y Tecnológica de Colombia.
- Closas, H., Estigarribia, L., Rohde, G., De Castro, I. y Dusicka, A. (2017). Caracterización de las inteligencias múltiples en una muestra de estudiantes universitarios. *Comunicaciones en Estadística*, 10(2), 345-358. <https://doi.org/10.15332/2422474x.3503>
- Decreto 1295 de 2010. (2010, 20 de abril). Por el cual se reglamenta el registro calificado de que trata la Ley 1188 de 2008 y la oferta y desarrollo de programas académicos de educación superior. 20 de abril de 2010. D. O. 47.687. https://www.redjurista.com/Documents/decreto_1295_de_2010_ministerio_de_educacion_nacional.aspx#/
- Denigri, M., García, C., González, N., Orellana, L., Sepúlveda, J. y Schnettler, B. (2014). Bienestar subjetivo y satisfacción con la alimentación en estudiantes universitarios: un estudio cualitativo. *Summa psicológica UST*, 11(1), 51-63. http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S0719-448x2014000100005&script=sci_abstract
- Departamento Nacional de Planeación. (2019). *Bases del Plan Nacional de Desarrollo 2018-2022: Pacto por Colombia, pacto por la equidad*. <https://id.presidencia.gov.co/especiales/190523-PlanNacionalDesarrollo/documentos/BasesPND2018-2022.pdf>
- Diamond, A. (2013). Executive Functions. *Annual Review of Psychology*, 64(1), 135-168. <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-113011-143750>
- Erazo, O. (2013). Caracterización psicológica del estudiante y su rendimiento académico. *Revista Colombiana de Ciencias Sociales*, 4(1), 23-41. <https://revistas.ucatolicaluisamigo.edu.co/index.php/RCCS/article/view/948/870>
- Garbanzo, G. M. (2007). Factores asociados al rendimiento académico en estudiantes universitarios, una reflexión desde la calidad de la educación superior pública. *Revista Educación*, 31(1), 43-63. <https://www.redalyc.org/pdf/440/44031103.pdf>
- Gómez, C. y Vera, E. (2013). *Construcción de un modelo de bienestar universitario institucional*. Fundación Universitaria los Libertadores. <https://www.ulibertadores.edu.co/images/documentos-institucionales/documentos/modelo-bienestar.pdf>
- Guerrero-Lucero, M. A. (2018). Relación Bienestar Universitario-academia. *Revista Biumar*, 2(1), 8-13. <https://doi.org/10.31948/BIUMAR2-1-art1>
- Hamui-Sutton, A. y Varela-Ruiz, M. (2013). La técnica de grupos focales. *Investigación en Educación Médica*, 2(5), 55-60. [http://dx.doi.org/10.1016/S2007-5057\(13\)72683-8](http://dx.doi.org/10.1016/S2007-5057(13)72683-8)
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación* (6.ª ed.). McGraw-Hill.
- Hernández, C., Prada, R. y Rincón, G. (2018). Inteligencias múltiples y rendimiento académico del área de matemáticas en estudiantes de educación básica primaria. *Infancias Imágenes*, 17(2), 163-175. <https://doi.org/10.14483/16579089.12584>
- Jiménez-Reyes, A., Molina, L. y Lara, M. (2019). Asociación entre motivación y hábitos de estudio en educación superior. *Revista de Psicología y Educación*, 14(1), 50-62. <https://doi.org/10.23923/rpye2019.01.171>
- Ley 30 de 1992. (1992, 28 de diciembre). Congreso de la República. Diario oficial N.º 40.700. http://www.secretariasenado.gov.co/senado/basedoc/ley_0030_1992.html
- Ley 1090 de 2006. (2006, 6 de septiembre). Congreso de la República. Diario oficial N.º 46.383. http://www.secretariasenado.gov.co/senado/basedoc/ley_1090_2006.html
- Llinás, E. (2009). *La orientación académica desde el bienestar universitario*. Editorial Uninorte.

- López, E. y Díaz, S. (2009). *Representaciones sociales sobre bienestar universitario de los representantes estudiantiles de la Universidad del Quindío* [Tesis de maestría, Universidad de Manizales]. Repositorio institucional CINDE. <http://hdl.handle.net/20.500.11907/442>
- Mejía-Gil, M., Arango-Ochoa, J., Peña, L. y Bernal, M. (2019). Intereses y preferencias de estudiantes frente a Bienestar Universitario. *Revista Publicidad*, 8(1), 36-57. <http://dx.doi.org/10.18566/publicidad.v08n01.a03>
- Melo-Becerra, L., Ramos-Forero, J. y Hernández-Santamaría, P. (2017). La educación superior en Colombia: situación actual y análisis de eficiencia. *Revista Desarrollo y Sociedad*, (78), 59-111. <https://doi.org/10.13043/dys.78.2>
- Ministerio de Educación Nacional. (2016). *Lineamientos de Política de Bienestar para las Instituciones de Educación Superior*. https://www.mineducacion.gov.co/1759/article-s-360314_recurso.pdf
- Montoya, D., Urrego, D. y Páez, E. (2014). Experiencia en la coordinación de programas de bienestar universitario: la tensión entre el asistencialismo y el desarrollo humano de los estudiantes. *Revista Facultad Nacional de Salud Pública*, 32(3), 355-363. http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S0120-386X2014000300010&lng=e&nrm=iso&tlng=es
- Pantoja, A. y Alcaide, M. (2013). La variable género y su relación con el autoconcepto y el rendimiento académico de alumnado universitario. *Revista Científica Electrónica de Educación y Comunicación en la Sociedad del Conocimiento*, 13(1). <https://doi.org/10.30827/eticanet.v13i1.12012>
- Resolución 8430 de 1993 [Ministerio de Salud]. Por la cual se establecen las normas científicas, técnicas y administrativas para la investigación en salud. 4 de octubre de 1993. <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/DE/DIJ/RESOLUCION-8430-DE-1993.PDF>
- Salazar, I. y Heredia, Y. (2019). Estrategias de aprendizaje y desempeño académico en estudiantes de Medicina. *Educación Médica*, 20(4), 256-262. <https://doi.org/10.1016/j.edumed.2018.12.005>
- Sanguinetti, J., López, R., Vieta, M., Berrueto, S. y Chagra, C. (2013). Factores relacionados con el rendimiento académico en alumnos de fisiopatología. *Investigación en Educación Médica*, 2(8), 177-182. [https://doi.org/10.1016/S2007-5057\(13\)72710-8](https://doi.org/10.1016/S2007-5057(13)72710-8)
- Silva-Calpa, A. C., Villota-Urbano, C. D. y Caballero, M. F. (2018). Evaluación actividades de bienestar universitario Universidad Nacional Abierta y a Distancia- UNAD- CCEAP Pasto. *Documentos de Trabajo ECACEN*, (1). <https://doi.org/10.22490/ECACEN.2567>
- Suárez, C., Del Moral, G. y González, M. (2013). Consejos prácticos para escribir un artículo cualitativo publicable en Psicología. *Psychosocial Intervention*, 22(1), 71-79. <http://dx.doi.org/10.5093/in2013a9>
- Tamayo, G. (2015). Diseños muestrales en la investigación. *Semestre Económico*, 4(7). <https://revistas.udem.edu.co/index.php/economico/article/view/1410>
- UniHorizonte Fundación Universitaria. (2019). *Modelo de bienestar institucional y permanencia virtual*. <https://unihorizonte.edu.co/soy-unihorizontista/bienestar/>
- Veas, A., Castejón, J.-L., Miñano, P. y Gilar-Corbí, R. (2019). Actitudes en la adolescencia inicial y rendimiento académico: el rol mediacional del autoconcepto académico. *Revista de Psicodidáctica*, 24(1), 71-77. <https://doi.org/10.1016/j.psicod.2018.11.001>