

UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN
ESCUELA DE POSGRADO
Unidad de Posgrado de Educación



**Apoyo social percibido y satisfacción con la vida como predictores
de la salud mental en estudiantes universitarios de la Región Puno**

Trabajo de investigación para obtener el Grado Académico de Maestra en Maestra
en Educación con mención en Psicología Educativa

Autor:

Sonia Huanca Ccasa

Asesor:

Dra. María Elizabeth Minaya Herrera

Lima, 06 de abril del 2026

DECLARACIÓN JURADA DE ORIGINALIDAD DE TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

Yo Dra. María Elizabeth Minaya Herrera, docente de la Unidad de Posgrado Campus Juliaca, Escuela de Posgrado de la Universidad Peruana Unión.

DECLARO:

Que la presente investigación titulada: **“Apoyo social percibido y satisfacción con la vida como predictores de la salud mental en estudiantes universitarios de la Región Puno”** de Sonia Huanca Ccasa tiene un índice de similitud de 15 % verificable en el informe del programa Turnitin, y fue realizada en la Universidad Peruana Unión bajo mi dirección.

En tal sentido asumo la responsabilidad que corresponde ante cualquier falsedad u omisión de los documentos como de la información aportada, firmo la presente declaración en la ciudad de Juliaca, a los 21 días del mes de 04 del año 2026



María Elizabeth Minaya Herrera

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TRABAJO DE INVESTIGACIÓN DE MAESTRO

En Lima, Ñaña, Villa Unión, a los 06 días de marzo del año 2026, siendo las 09:30 horas se reunieron en la sala virtual <https://educadventista.zoom.us/j/84217413147> la dirección de la señora presidenta del Jurado: Mg. Rolyith Sutsé Gorbaldán Rojas y los demás miembros siguientes:

Secretaria: Mtra. Karoline Elizabeth Chávez Vallejos

Asesora : Dra. María Elizabeth Minaya Herrera

Vocal : Mtra. Jessica Aranda Turpo

Vocal : Mg. Gissel Arteta Sandoval

Con el propósito de llevar a cabo el acto público de la sustentación de trabajo de investigación de posgrado titulada: Apoyo social percibido y satisfacción con la vida como predictores de la salud mental en estudiantes universitarios de la región Puno, de la estudiante Sonia Huanca Ccasa, conducente a la obtención del Grado Académico de Maestra en Educación con mención en Psicología Educativa.

La presidenta del Jurado dio por iniciado el acto académico, invitando a la candidata a hacer uso del tiempo señalado para su exposición (20'). Concluida la misma, el presidente del Jurado invitó a los demás miembros a realizar las preguntas, cuestionamientos y aclaraciones pertinentes que fueron absueltas por los candidatos, el acto fue seguido de un receso de quince minutos para las deliberaciones y el dictamen de Jurado. Vencido el tiempo de las deliberaciones, el Jurado procedió a dejar constancia escrita del resultado en la presente acta, con dictamen siguiente:

Calificación: **APROBADO CON ESCALA VIGESIMAL DE 16 ESCALA CUALITATIVA CON NOMINACIÓN DE BUENO, CON MÉRITO DE MUY BUENO**

La presidenta del Jurado hizo alusión a la maestranda y solicitó a la secretaria la lectura correspondiente para poner en su conocimiento el resultado, terminado el mismo y sin objeción alguna, la presidenta del jurado dio por concluido el acto, en fe de lo cual firman al pie.



Presidente

Secretaria

Candidato



Vocal

Vocal

Índice

1	Resumen.....	6
2	Introducción	8
3	Objetivos e hipótesis	9
4	Método	10
4.1	Participantes.....	10
4.2	Instrumentos	10
4.3	Procedimiento.....	11
4.4	Análisis de datos.....	11
4.5	Consideraciones éticas.....	12
5	Resultados	12
5.1	Análisis de regresión lineal multivariado	13
5.2	Análisis de Correlación Bivariada (Matriz de Pearson)	19
6	Discusión y Conclusiones	20
7	Referencias.....	22

Apoyo social percibido y satisfacción con la vida como predictores de la salud mental en estudiantes universitarios de la Región Puno

Perceived social support and life satisfaction as predictors of mental health in university students in the Puno Region

¹ Escuela de Posgrado, Universidad Peruana Unión, Lima, Perú

² Docente de la Facultad de Ciencia Humanas y Educación, Universidad Peruana Unión, Perú

1 Resumen

La salud mental de los estudiantes universitarios se ha visto afectada por el incremento de la ansiedad, la depresión y el estrés, en un contexto marcado por las altas exigencias académicas y escenarios de incertidumbre. El objetivo de este trabajo es determinar en qué medida el apoyo social percibido y la satisfacción con la vida predicen la salud mental en los estudiantes universitarios de la Región Puno. El estudio se realizó bajo un enfoque cuantitativo de diseño predictivo, transversal y no experimental y participaron 571 universitarios (340 mujeres y 231 hombres), entre los 18 y 40 años ($M = 21.1$). Se utilizaron la Escala de Percepción del Apoyo Social (EPAS), la Escala de Satisfacción con la Vida (SWLS) y el Inventario de Salud Mental-5 (R-MHI-5). Se realizó un análisis de regresión lineal múltiple, siendo el apoyo social percibido el predictor con mayor influencia ($\beta = 0.121$, $p < 0.001$), (R^2 ajustado = 0.129). La correlación confirma asociaciones positivas entre salud mental y apoyo social percibido ($F = 43.32$, $p < 0.001$); así como entre la salud mental y satisfacción con la vida ($r = 0.155$, $p < 0.001$). Finalmente, se comprobó el cumplimiento de los supuestos estadísticos y la ausencia de colinealidad entre predictores. Se concluye, que el apoyo social percibido y la satisfacción con la vida constituyen elementos fundamentales para mejorar de manera significativa la salud mental en los estudiantes universitarios de la región Puno.

Palabras Clave: Apoyo social, satisfacción con la vida, salud mental, estudiantes universitarios.