

Turnitin Sonia H. Artículo-Apoyo social percibido y satisfacción con la vida como predictores de la salud mental en estudiante...

 Universidad Peruana Union

Detalles del documento

Identificador de la entrega

trn:oid:::29566:581139607

Fecha de entrega

20 abr 2026, 9:11 p.m. GMT-5

Fecha de descarga

20 abr 2026, 9:13 p.m. GMT-5

Nombre del archivo

Turnitin Sonia H. Artículo-Apoyo social percibido y satisfacción con la vida como predictores dedocx

Tamaño del archivo

727.2 KB

20 páginas

5706 palabras

33.148 caracteres

15% Similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para ca...

Filtrado desde el informe

- Bibliografía
- Texto citado
- Texto mencionado
- Coincidencias menores (menos de 10 palabras)

Fuentes principales

- 11%  Fuentes de Internet
- 5%  Publicaciones
- 9%  Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Marcas de integridad

N.º de alertas de integridad para revisión

No se han detectado manipulaciones de texto sospechosas.

Los algoritmos de nuestro sistema analizan un documento en profundidad para buscar inconsistencias que permitirían distinguirlo de una entrega normal. Si advertimos algo extraño, lo marcamos como una alerta para que pueda revisarlo.

Una marca de alerta no es necesariamente un indicador de problemas. Sin embargo, recomendamos que preste atención y la revise.

Fuentes principales

- 11% Fuentes de Internet
- 5% Publicaciones
- 9% Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Fuentes principales

Las fuentes con el mayor número de coincidencias dentro de la entrega. Las fuentes superpuestas no se mostrarán.

1	Trabajos entregados	Universidad Internacional de la Rioja on 2026-01-22	<1%
2	Internet	repository.usta.edu.co	<1%
3	Internet	revista.saludcyt.ar	<1%
4	Internet	www.coursehero.com	<1%
5	Internet	repositorio.ucv.edu.pe	<1%
6	Trabajos entregados	UNIBA on 2025-07-06	<1%
7	Internet	repositorio.ucss.edu.pe	<1%
8	Internet	repositorio.uflo.edu.ar	<1%
9	Publicación	Angel Vidal Mamani-Chanine, Oscar Mamani-Benito. "Autorregulación emocional ...	<1%
10	Internet	upeu.edu.pe	<1%
11	Internet	docs.google.com	<1%

12	Trabajos entregados	University of the Andes on 2026-04-18	<1%
13	Internet	www.frontiersin.org	<1%
14	Internet	repositorioacademico.upc.edu.pe	<1%
15	Publicación	Ángel Gómez, Sandra Chiclana, Juana Chinchilla, Laura Blanco, Beatriz Alba, Hend...	<1%
16	Publicación	Edwin Gustavo Estrada-Araoz, Marisol Yana-Salluca, Judith Annie Bautista-Quispe,...	<1%
17	Publicación	Milagros Sáinz, María-Carmen Gallego. " High school students' sexist beliefs abou...	<1%
18	Trabajos entregados	Universidad Cesar Vallejo on 2025-12-22	<1%
19	Internet	www.elsevier.es	<1%
20	Publicación	Langhammer, Sofía Corzo. "Relación entre variables demográficas y del trabajo, s...	<1%
21	Trabajos entregados	Universidad Ricardo Palma on 2025-06-20	<1%
22	Trabajos entregados	Universitat Oberta de Catalunya on 2026-03-03	<1%
23	Internet	es.scribd.com	<1%
24	Internet	issuu.com	<1%
25	Internet	repositorio.unfv.edu.pe	<1%

26	Internet	saber.ucv.ve	<1%
27	Internet	www.econ.upf.es	<1%
28	Internet	www.isarconference.org	<1%
29	Internet	www.metarevistas.org	<1%
30	Internet	www.semanticscholar.org	<1%
31	Publicación	"Abstracts of the 47th Annual Meeting of the EASD, Lisbon 2011", Diabetologia, 2...	<1%
32	Publicación	Isamar Daniela Enríquez Quintero. "Factores socio ecológicos del consumo de alc...	<1%
33	Publicación	Rodríguez Sosa, Nelson J.. "Caracterización del Funcionamiento Emocional y Calid...	<1%
34	Trabajos entregados	Universidad del Sinú on 2025-10-29	<1%
35	Internet	actacolombianapsicologia.ucatolica.edu.co	<1%
36	Internet	dspace.ucuenca.edu.ec	<1%
37	Internet	ediciones.inca.edu.cu	<1%
38	Internet	revistadepsicologiayeducacion.es	<1%
39	Internet	scholar.archive.org	<1%

40 Internet

scielo.pt

<1%

41 Internet

www.researchgate.net

<1%

20

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

13

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

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

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.

Abstract

The mental health of university students has been affected by increased anxiety, depression, and stress, in a context of high academic demands and uncertainty. The objective of this research is to determine the extent to which perceived social support and life satisfaction predict mental health in university students in Puno region. The study was conducted using a quantitative, predictive, cross-sectional, and non-experimental design. The participants included were 571 university students (340 women and 231 men), aged 18 to 40 years ($M = 21.1$). The instruments used were the Social Support Perception Scale (EPAS in Spanish), the Satisfaction with Life Scale (SWLS), and the Mental Health Inventory-5 (R-MHI-5). A multiple linear regression analysis was performed, with perceived social support being the most influential predictor ($\beta = 0.121$, $p < 0.001$), (adjusted $R^2 = 0.129$). The correlation confirms positive associations between mental health and perceived social support ($F = 43.32$, $p < 0.001$) and between mental health and life satisfaction ($r = 0.155$, $p < 0.001$). Finally, the statistical assumptions were met, and there was no collinearity among the predictors. It is concluded that perceived social support and life satisfaction are fundamental elements for significantly improving the mental health of university students in Puno region.

Keywords: Social support, life satisfaction, mental health, university students.

Introducción

La salud mental ha sido una preocupación creciente en las universidades de todo el mundo, con un número cada vez mayor de estudiantes que experimentan problemas psicológicos que afectan su rendimiento académico y personal (Li et al., 2025). Los estudiantes universitarios son particularmente susceptibles a los problemas de salud mental debido a las dificultades para tomar decisiones sobre su educación superior y estilo de vida, la adaptación a las incertidumbres académicas y la participación en entornos sociales diversos (El Mikkawi et al., 2024). La salud mental es un factor crucial para la mejora integral de las cualidades individuales, sin embargo, los rápidos cambios sociales han puesto de relieve cada vez más los problemas mentales entre las personas (Zhu et al., 2024). Todos los estudiantes universitarios enfrentan niveles significativos de estrés, ansiedad y problemas emocionales, una realidad respaldada por diversos estudios de investigación, que han documentado altas tasas de quejas somáticas y psicológicas en este grupo (Solís García et al., 2024). La depresión, la ansiedad y el estrés se encuentran entre los principales problemas de salud mental que enfrentan los estudiantes universitarios en los últimos tiempos, exacerbados por la proliferación de la digitalización (Ooi, Kumar, et al., 2022). La salud de los estudiantes que recién inician la etapa universitaria es constantemente amenazada por diversos factores de riesgo, como patrones de alimentación inadecuados, alteraciones del sueño, sedentarismo, conductas sexuales de riesgo, consumo de drogas lícitas e ilícitas y pobre autocuidado (Guerrero Alcedo et al., 2022).

Estudios revelan que la ansiedad constituye el problema de salud mental más común entre los estudiantes universitarios, seguida de la depresión y el estrés (Kilic et al., 2024). Así mismo, se ha documentado que una porción significativa de esta población presenta algún tipo de trastorno mental, lo que impacta negativamente en su capacidad para enfrentar las demandas académicas y los procesos de transición personal propios de la etapa universitaria (Kandasamy et al., 2025;Barbayannis et al., 2022). El apoyo social percibido se constituye como un componente fundamental en la red social de los individuos ya que describe la valoración subjetiva sobre la disponibilidad y calidad de ayuda, la comprensión y la conexión emocional recibida de su entorno social, especialmente de familiares, amigos u otras personas significativas. Este concepto trasciende la existencia de vínculos sociales y se centra en la percepción personal de sentirse respaldado y acompañado en momentos de dificultad lo que refuerza el bienestar psicológico (Estrada-Araoz et al., 2024). La falta de apoyo social puede provocar estrés y depresión, que pueden derivar en problemas mentales más graves, como pensamientos suicidas,

trastornos de la personalidad u otros síntomas de trastornos mentales, es decir quienes carecen de apoyo social siempre se sienten solos y tienen menos amigos que escuchen sus problemas debido a que evitan comunicarse con los demás (Md Khalid et al., 2024).

En un estudio realizado en la China encontraron que el apoyo social percibido puede predecir longitudinal y significativamente la depresión en estudiantes universitarios mediante el efecto mediador independiente de la gratitud y el sentido de la vida, así como el efecto mediador en cadena de la gratitud y el sentido de la vida (Tian et al., 2025). Además, el apoyo social percibido tiene una función positiva en la salud mental individual y puede ayudar a las personas a mejorar su capacidad percibida de afrontamiento personal, reducir la evaluación de la gravedad de los problemas y los efectos adversos del estrés (Liu et al., 2023a).

La satisfacción con la vida es la valoración positiva que un individuo hace de su propia vida en aspectos particulares como la familia, el trabajo, los estudios, los amigos, la salud, el tiempo libre, mientras en el ámbito de la educación superior, se centra en la evaluación que hace un estudiante al comparar sus expectativas con lo que ha logrado, teniendo implicaciones en el disfrute de la experiencia universitaria (Garnique-Hinostroza et al., 2024). Los estudiantes que reportan altos niveles de satisfacción con la vida tienden a experimentar menos síntomas de depresión y ansiedad, y tienen mayores niveles de bienestar psicológico (Diener et al., 1985). Investigaciones sugieren que la satisfacción con la vida no solo se asocia positivamente con la salud mental, sino que también puede actuar como un factor protector contra los desafíos emocionales y el desarrollo de trastornos psicológicos (Gautam et al., 2024).

Aunque ambas variables han sido grandemente estudiadas de forma individual en relación con la salud mental, todavía es necesario profundizar en su capacidad predictiva conjunta en muestras específicas como la población universitaria. Estudios anteriores señalan que el apoyo social percibido y la satisfacción con la vida no solo influyen de forma directa sobre la salud mental, sino que también interactúan entre sí, generando un efecto sinérgico sobre el bienestar psicológico (Acoba, 2024; Zhou et al., 2022). Un estudio desarrollado en china encontró que el aumento del apoyo social puede mejorar el nivel de esperanza, que a su vez influye en la satisfacción con la vida (Cui, 2022); del mismo modo a mayor apoyo social percibido, mejor salud mental de los estudiantes universitarios (Barrera & Flores, 2020).

Objetivos e hipótesis

En la región de Puno, y en general en el Perú, los estudios que examinan las relaciones entre las variables involucradas son escasos. En este contexto, el objetivo del presente estudio

5 fue determinar en qué medida el apoyo social percibido y la satisfacción con la vida predicen la salud mental en estudiantes universitarios de la región de Puno.

1 En consecuencia, se planteó como modelo hipotético que el apoyo social percibido y la satisfacción con la vida actúan como predictores de la salud mental en dicha población.

Método

El estudio pertenece al enfoque cuantitativo, de diseño no experimental, de tipo predictivo y de corte transversal (Ato et al., 2013).

Participantes

6 El tamaño muestral se determinó mediante un cálculo a-priori para regresión múltiple (Soper D., 2025). Se estableció un tamaño del efecto medio ($f^2 = 0.15$), con un nivel de significancia de $\alpha = 0.05$, un poder estadístico deseado de 0.95 y dos variables predictoras. El cálculo indicó que el tamaño mínimo requerido era de 106 participante; sin embargo se recolectaron 571, es decir, un tamaño mayor al mínimo requerido, lo que garantiza una probabilidad del 95% de detectar un efecto medio si realmente existe, manteniendo una probabilidad de error tipo I del 5%. Para el estudio se utilizó un muestreo no probabilístico por conveniencia, el cual se caracteriza por seleccionar a los participantes en función de la accesibilidad y disposición para formar parte del estudio (Creswell & Creswell, 2017).

10 Los criterios de inclusión fueron: estudiantes universitarios peruanos de una universidad Privada de la región de Puno de las facultades de Ciencias de la Salud, Ciencias Empresariales, Ciencias Humanas y Educación e Ingeniería y Arquitectura, mayores de 18 años. Se excluyeron a menores de edad y todos aquellos que no dieron su consentimiento informado. Los participantes fueron 571 estudiantes universitarios, de los cuales 340 (59,5%) eran mujeres. Las edades de los participantes oscilaron entre 18 y 40 años.

Instrumentos

Los instrumentos empleados en este estudio corresponden a adaptaciones de escalas previamente desarrolladas por otros autores, las cuales han sido validadas en el contexto peruano.

25 Para la primera variable se utilizó la versión peruana de la Escala de Percepción del Apoyo Social (EPAS), compuesta por 15 ítems tipo Likert, con opciones de respuesta que van de totalmente de acuerdo, de acuerdo, en desacuerdo, totalmente en desacuerdo. Evalúa tres dimensiones: familia, amigos y otros.

14 La validez de constructo se examinó mediante análisis factorial confirmatorio (AFC) obteniéndose índices adecuados ($CFI = 0.99$; $RMSEA = 0.05$). La confiabilidad interna se evaluó mediante el coeficiente omega (ω), con valores satisfactorios para cada dimensión: Cuenta con 3 dimensiones, Apoyo familiar, Apoyo de amigos y Apoyo de otros. Estos resultados confirman la adecuada validez y consistencia interna del instrumento en población peruana van desde 0.72 (otros) hasta 0.85 (amigos) (Manrique-Millones et al., 2020).

19 Para la segunda variable se utilizó la versión peruana de la Escala de Satisfacción con la Vida (SWLS), compuesta por cinco ítems tipo Likert, con opciones de respuesta que van de totalmente en desacuerdo, en desacuerdo, ni de acuerdo ni en desacuerdo, de acuerdo, totalmente de acuerdo. La validez de constructo se examinó mediante análisis factorial confirmatorio (AFC), obteniéndose índices adecuados ($CFI = .985$, $RMSEA = .075$). La confiabilidad interna se evaluó mediante el coeficiente alfa de Cronbach de 0.78 (Oliver & Bustos, 2018). Para la tercera variable sobre la salud mental se evaluó mediante el Inventario de Salud Mental-5 (R-MHI-5) en la versión peruana. compuesto de por cinco ítems tipo Likert distribuidos en bienestar y malestar psicológico, el cual presentó adecuada validez factorial ($CFI = 0.99$; $TLI = 0.99$; $RMSEA = 0.071$) y confiabilidad interna satisfactoria ($\alpha = 0.82-0.85$) (Vilca et al., 2021).

Procedimiento

15 La encuesta se aplicó mediante la plataforma de Google Forms. Previamente, los participantes leyeron una nota informativa, que describían los objetivos del estudio, las condiciones de participación, y las garantías de confidencialidad y anonimato, enfatizando el carácter voluntario de la participación y la posibilidad de retirarse en cualquier momento. El consentimiento informado se obtuvo mediante la selección voluntaria de la opción “Acepto”. Luego los datos fueron exportados a Excel y se realizó la limpieza y recodificación de los datos y se sometieron a un análisis estadístico utilizando el software Rstudio 2024.04.2, Build 764 y Python v3.3. Esto permitió procesar y organizar los datos de acuerdo con los objetivos del estudio.

Análisis de datos

35 Para los análisis se emplearon modelos de regresión lineal múltiple, considerando la variable dependiente (salud mental), y variables independientes, (apoyo social percibido y satisfacción con la vida). Previo al análisis se comprobaron los supuestos estadísticos requeridos para la aplicación del análisis de regresión múltiple, evaluando la normalidad de los residuos mediante la prueba de Kolmogórov-Smirnov > 0.05 , el gráfico Quantil-Quantil y los índices de asimetría y kurtosis, cuyos valores se mantuvieron dentro de los valores aceptables. Asimismo, se

1

comprobó la linealidad mediante gráficos de regresión parcial, la independencia de los errores con la prueba estadística de Durbin-Watson considerándose independiente entre los valores de 1,5-2,5 y la homocedasticidad a través del estadístico de Levene o los gráficos de dispersión, y la posible multicolinealidad mediante el factor de inflación de la varianza (VIF) con un valor < 10 y una tolerancia >0.1. Una vez cumplidos estos criterios, se aplicó un análisis de regresión lineal múltiple con el fin de evaluar la capacidad predictiva del apoyo social percibido y la satisfacción con la vida sobre la salud mental en estudiantes universitarios de la región Puno. Para la comprobación de las hipótesis, se estableció un nivel de significancia de $\alpha = 0.05$.

Consideraciones éticas

La investigación fue aprobada por el Comité de ética de la Escuela de Posgrado de la Universidad Peruana Unión con el Número 2025-CE-EPG-00054. Todos los procedimientos se llevaron a cabo conforme a los principios éticos establecidos en la declaración de Helsinki, cuidando el principio de autonomía mediante el consentimiento informado, garantizando así una participación voluntaria y conservando el anonimato de los participantes y la confidencialidad de los datos recogidos.

Resultados

Acercas de los 571 estudiantes universitarios encuestados, 340 fueron de sexo femenino (59.5%). Las edades oscilaron entre 18 y 40 años, siendo mayoritario el grupo de 18 a 25 años. En cuanto al año de estudios, el 51.1% cursaba el primer año. Asimismo, el 53.5% profesaba la religión católica.

Table 1

Características descriptivas de los estudiantes universitarios

Variable	Categoría	n	%
Sexo	Femenino	340	59.5
	Masculino	231	40.5
Edad	18–25 años	526	92.1
	26–40 años	45	7.9
Carrera profesional	Ciencias de la Salud	32	5.6
	Ciencias Empresariales	31	5.4

Variable	Categoría	n	%
Año de estudios	Ciencias Humanas y Educación	329	57.6
	Ingeniería y Arquitectura	179	31.3
	Primer año	292	51.1
	Segundo año	78	13.7
	Tercer año	103	18.0
	Cuarto año	77	13.5
	Quinto año	21	3.7
Religión	Adventista	196	34.3
	Católico	300	53.5
	Evangélico	40	7.0
	Ninguna religión	35	6.1

Nota. N = 571. Los porcentajes se calcularon sobre el total de la muestra.

Análisis de regresión lineal multivariado

El modelo aplicado buscó comprender cómo la salud mental del estudiante universitario (variable dependiente) se ve influenciada por el apoyo social percibido (predictor 1) y la satisfacción con la vida (predictor 2). El modelo se expresa matemáticamente de la siguiente forma:

$$Y = \beta_0 + \beta_1 X_1 + \beta_2 X_2 + \epsilon$$

Donde:

- Y: Salud mental
- β_0 : Intercepto (valor esperado de Y cuando todas las X son cero)
- β_1 : Coeficiente de regresión para las Ayuda social
- X_1 : Ayuda social
- β_2 : Coeficiente de regresión para la Satisfacción de la vida
- X_2 : Satisfacción con la vida
- ϵ : Término de error

Luego, en atención a los resultados de la tabla 2, tenemos el modelo siguiente:

$$\text{Salud mental} = 6.133 + 0.093 (\text{Satisfacción con la vida}) + 0.121 (\text{Apoyo social})$$

Table 2*Modelo de Regresión Lineal Múltiple*

Coeficiente	β	Error Estándar	T	P<
Intercepto	6.133	0.781	7.857	0.0001
SatisfaccionVida	0.093	0.014	8.418	0.0001
Apoyo Social	0.121	0.019	4.931	0.0001

Nota. Variable dependiente = salud mental. $R^2 = .132$; R^2 ajustado = .129. EE = error estándar; β = coeficiente estandarizado.

A partir del modelo estimado, se observa que el valor del intercepto (β_0) es 6.133; este representa el valor esperado de la salud mental cuando las variables predictoras toman el valor cero; no obstante, su interpretación práctica es limitada.

El coeficiente de satisfacción con la vida ($\beta_1=0.093$) es altamente significativo ($p<0.0001$) lo indica que, por cada unidad de incremento en esta variable, la salud mental aumenta en 0.093 unidades, manteniendo constante el apoyo social.

Por otro lado, el apoyo social ($\beta_2= 0.121$) es altamente significativo ($p<0.0001$). Esto mostró que tiene el mayor efecto relativo dentro del modelo.

El R^2 ajustado = 0.129 indica que aproximadamente el 13% de la variabilidad en la salud mental es explicada por las variables predictoras.

En el Análisis de Varianza (ANOVA), el modelo presentó un estadístico $F = 43.32$ con un valor $p < 0.0001$, inferior al nivel de significancia establecido ($\alpha = 0.05$). Este resultado es altamente significativo y permitió rechazar la hipótesis nula de que el modelo, en su conjunto, carece de poder predictivo. En consecuencia, el modelo estimado resulta significativamente superior a uno que únicamente considera la media de la variable dependiente. La prueba F confirma que el conjunto de predictores mejora de manera significativa la explicación y predicción de la salud mental en comparación con un modelo nulo.

Para asegurar que las variables predictoras no estén redundantes entre sí, se calculó el Factor de Inflación de la Varianza (VIF) obteniendo los valores siguientes:

Table 3

Factor de la Inflación de la Varianza

VIF Factor	Features
1.042576	constante
1.013901	satisfacción con vida
1.013901	apoyo social percibido

Los valores VIF para ambas variables son extremadamente bajos (ceranos a 1). Esto indica que no existe multicolinealidad entre la satisfacción con la vida y el apoyo social percibido, lo cual indica que las variables no se traslapan en sus mediciones conservando sus individualidades, propiedades y conceptos.

La validez del modelo se basa en el cumplimiento de varios supuestos, que se evaluaron. **Linealidad:** Los gráficos de dispersión de cada predictor frente a la variable dependiente muestran una relación lineal, lo que justifica la elección del modelo.

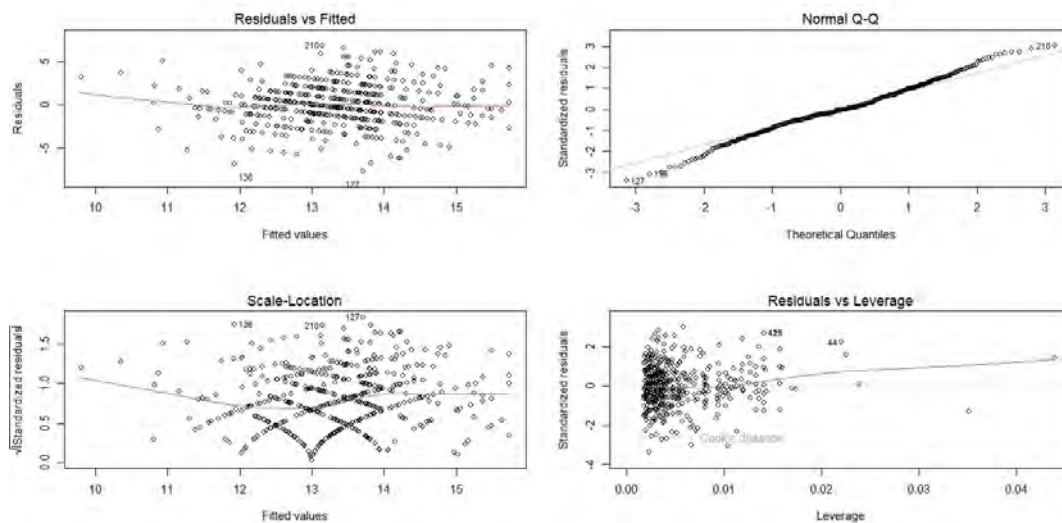
Independencia de los Residuales: Dada la naturaleza de los datos (transversales), se asume que las observaciones son independientes entre sí, con una prueba de Durbin–Watson = 2.04 y un $p = 0.612$ que indican ausencia de autocorrelación residual.

Normalidad de los Residuales: La prueba de Jarque–Bera y Kolmogorov dieron $p < 0.01$, esta desviación es estadísticamente esperable y no problemática. El Q–Q plot muestra desviaciones leves en colas, aceptables para inferencia.

Homocedasticidad: El gráfico de residuos frente a los valores ajustados evidencia una dispersión aleatoria y uniforme de los puntos alrededor de la línea cero, lo que indica que la varianza de los residuos se mantiene constante a lo largo de los niveles predichos. Asimismo, la prueba de Breusch-Pagan arrojó un valor $p = 0.2446$, superior al nivel de significancia establecido ($\alpha = 0.05$), lo que confirma el cumplimiento del supuesto de homocedasticidad.

Figure 1

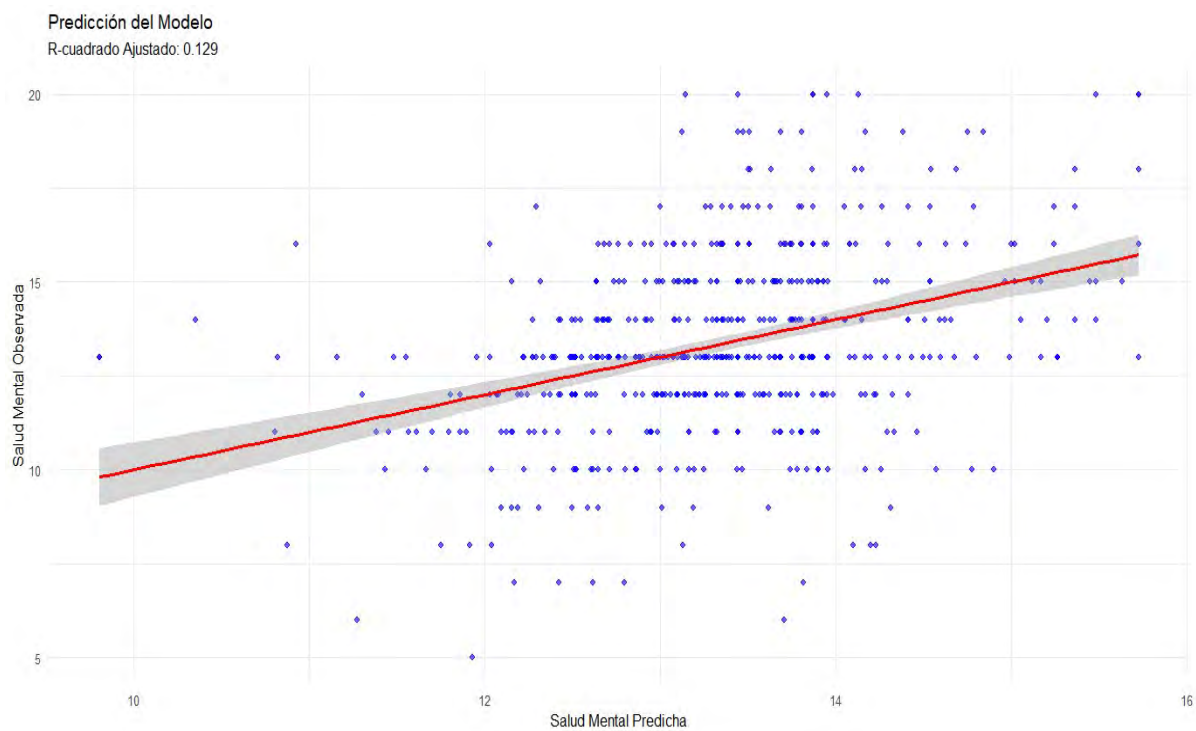
Condiciones del modulo



Con los requisitos cumplidos en el análisis de datos, se procedió a aplicar el modelo de predicción sobre los datos históricos. Los resultados evidencian que las estimaciones del modelo están fuertemente sustentadas en dichos datos, indicando que, a mayores niveles de salud mental en los encuestados, corresponden valores predichos más altos de la salud mental de los estudiantes universitarios de la región Puno.

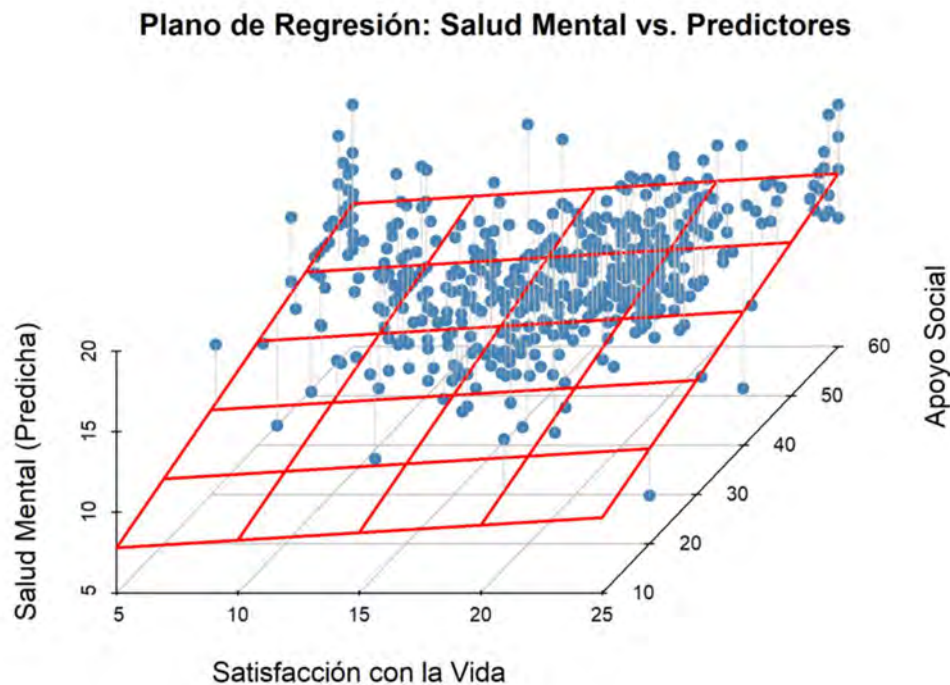
Figure 2

Prediction of the Model



El apoyo social percibido emerge como el predictor más fuerte.

Finalmente, todo lo expresado anteriormente del análisis completo está representado en el siguiente gráfico.

Figure 3*Regresión múltiple entre Salud mental y predictores*

En la figura 3 se observa los puntos azules que representan las observaciones reales de salud mental que están en función de la satisfacción con la vida y el apoyo social percibido.

En cuanto a la superficie trazado en líneas rojas representa la predicción del modelo de regresión lineal múltiple. Muestra cómo se espera que varíe la salud mental combinando diferentes niveles de las dos variables predictoras.

Se observa que a medida que la satisfacción con la vida y el apoyo social percibido aumentan, en la salud mental tiende a incrementar evidenciándose en una pendiente positiva.

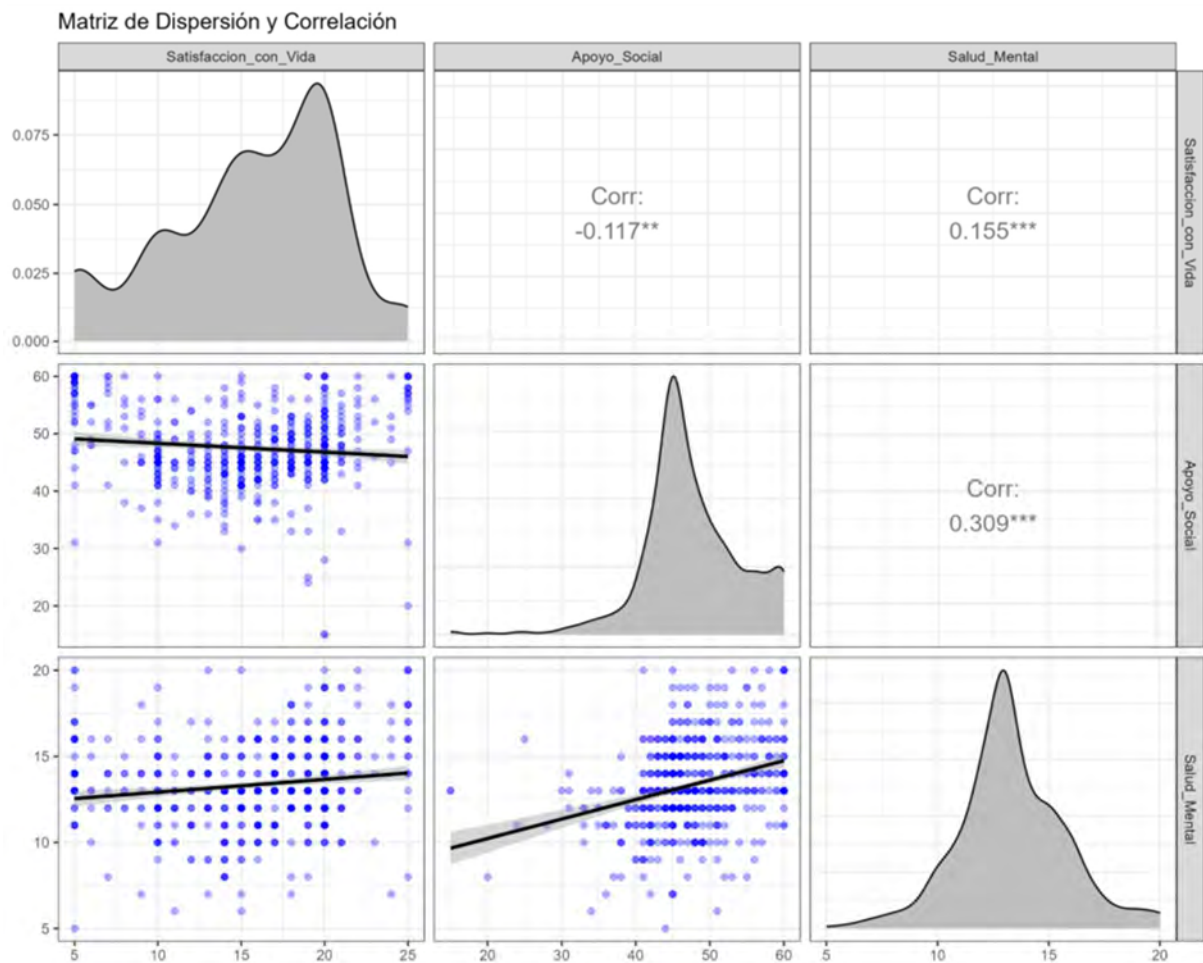
Los resultados de este análisis tienen implicaciones claras el diseño de estrategias de bienestar en las universidades.

Análisis de Correlación Bivariada (Matriz de Pearson)

Por otro lado, las correlaciones entre variables lograron los resultados esperados para dar una clara evidencia de lo que ya se mostró en párrafos de arriba.

Figure 4

Dispersión y correlación entre variables



La salud mental presentó una correlación positiva y estadísticamente significativa, de magnitud media, con el apoyo social percibido ($r = 0.309$, $p < 0.001$). En cambio, su relación con la satisfacción con la vida también fue positiva y significativa, pero de baja magnitud ($r = 0.155$, $p < 0.001$), constituyendo la asociación más débil con la variable dependiente. Asimismo, la satisfacción con la vida y el apoyo social percibido mostraron una correlación negativa, estadísticamente significativa y de baja magnitud ($r = -0.117$, $p = 0.005$).

Al incorporar ambas variables en el modelo de regresión múltiple para predecir la salud mental, la contribución directa del apoyo social percibido se atenúa, ya que parte de su efecto se explica a través de la satisfacción con la vida, la cual concentra la mayor capacidad explicativa del modelo.

Discusión y Conclusiones

La salud mental en estudiantes universitarios es un factor clave debido a su efecto directo en el rendimiento académico y el bienestar (Zhang et al., 2024). Es más cierto aún, debido a que en el escenario universitario convergen estresores académicos, problemas de adaptación, entre otros (Bolinski et al., 2020). En Perú, los estudios muestran que la salud mental es considerada un factor importante que mejora el bienestar (Carranza-Esteban et al., 2017), la autoeficacia y el estrés (Córdor et al., 2025). En este sentido el objetivo de esta investigación fue determinar en qué medida el apoyo social percibido y satisfacción con la vida predicen la salud mental en los estudiantes universitarios de la Región Puno.

Los resultados encontrados muestran que el apoyo social percibido es un predictor significativo de la salud mental, especialmente porque actúa como un recurso general vinculado a elevar los niveles de salud mental. Investigaciones previas muestran que el apoyo social percibido se relaciona con el bienestar psicológico y menor malestar (Zhou et al., 2022b). En la etapa universitaria, el apoyo social es uno de los protectores claves frente a la ansiedad, depresión y estrés (Ruihua et al., 2025). Además, la evidencia respalda asociaciones positivas entre el apoyo social percibido y la salud mental (Liu et al., 2023).

Por otro lado, la satisfacción con la vida también actúa como predictor positivo de la salud mental, aunque con un efecto predictivo menor comparado con el apoyo social. Este resultado es acorde a investigación donde los universitarios reportaron mayor satisfacción y menores síntomas de depresión, malestar y estrés (Ooi, Khor, et al., 2022). Por lo general, tanto la salud mental como la satisfacción con la vida se mueven en la misma dirección; cuando una empeora la otra tiende a disminuir (Seo et al., 2018). Este modelo es compatible con la teoría de la satisfacción con la vida, como un juicio global de bienestar subjetivo (Diener, 1984). En universitarios se ha observado que mayor satisfacción con la vida se acompaña de menores niveles de estrés, ansiedad y depresión (Acebes-Sánchez et al., 2025). Si bien, la satisfacción con la vida

contribuye, pero de forma menor que el apoyo social percibido, refleja que en contextos académicos los recursos relacionales son más significativos en su efecto hacia la salud mental.

Entre las implicancias de esta investigación se encuentra que la salud mental no depende solo de variables intrapersonales, sino de recursos psicosociales que amortiguan el efecto del estrés. Teóricamente, el apoyo social actúa como un facilitador de afrontamiento y reduce la carga del estrés favoreciendo la mejora de la salud mental (Acoba, 2024). Esto implica para las instituciones universitarias el fortalecer las redes de apoyo, mentoría, tutoría y apoyo familiar con el fin de tener efectos preventivos en la salud mental de los estudiantes. Por otro lado, esta investigación sugiere la aplicación de programas universitarios que fortalezcan las redes de apoyo con el fin de mejorar la salud mental. Asimismo, es necesario la aplicación de programas de intervención en estudiantes universitarios que ayuden a desarrollar recursos psicológicos vinculados con el soporte, así como programas de mejora de la satisfacción con la vida para mejorar los niveles de salud mental de los estudiantes. Complementariamente, es necesario también establecer estrategias de promoción con acciones dirigidas a mejorar la satisfacción con la vida y las redes de apoyo de los estudiantes considerando su efecto en la salud mental.

Otro aspecto importante es que Puno, es una región con problemas de salud mental en sus ciudadanos, debido a una alta exposición de estresores psicosociales y condiciones geográficas propias de la zona altoandina. Por ello, este estudio se torna significativo para mejorar los niveles de salud mental en un entorno donde las presiones académicas y contextuales impactan en el bienestar psicológico (Calatayud Mendoza et al., 2022; Zegarra-Rodríguez et al., 2022).

Esta investigación no está exenta de limitaciones. Primero, porque el diseño fue transeccional por lo que no es posible establecer causalidad; aunque los predictores se asocian con la salud mental, no se puede descartar reciprocidad. Se recomienda realizar estudios de carácter longitudinal para aportar evidencia adicional y se establezca causalidad. Segundo, la muestra estuvo circunscrita a una sola región del Perú, por lo que no es posible la generalización a otros contextos. Tercero, la toma de datos fue virtual por lo que es posible la existencia de sesgos de deseabilidad. Cuarto, el tipo de muestreo por conveniencia podría limitar la generalización, por lo que se recomienda estudios con una muestra mayor y aleatoria. Quinto, la toma de datos fue a través del auto reporte, por lo que es probable la existencia de sesgos en la investigación. Finalmente, aunque el modelo explica una proporción importante de la varianza, el tamaño del efecto global sugiere que existen otros determinantes que están contribuyendo, por lo que es

necesario realizar estudios con otras variables como hábitos, factores académicos, recursos personales, entre otros.

A pesar de estas limitaciones, consideramos esta investigación como un aporte a la literatura sobre salud mental. Concluimos que el apoyo social percibido y la satisfacción con la vida son factores predictores de la salud mental en estudiantes universitarios de la región Puno.

Referencias

- Acebes-Sánchez, J., García-Naveira, A., Connors, R. T., & García-Merino, S. (2025). Emotional intelligence as a predictor of mental health in undergraduate students. *BMC Psychology*, 13(1), 1130. <https://doi.org/10.1186/s40359-025-03241-7>
- Acoba, E. F. (2024a). Social support and mental health: the mediating role of perceived stress. *Frontiers in Psychology*, 15. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1330720>
- Acoba, E. F. (2024b). Social support and mental health: the mediating role of perceived stress. *Frontiers in Psychology*, 15. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1330720>
- Ato, M., López, J. J., & Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *Anales de Psicología*, 29(3), 1038–1059. <https://doi.org/10.6018/analesps.29.3.178511>
- Barbayannis, G., Bandari, M., Zheng, X., Baquerizo, H., Pecor, K. W., & Ming, X. (2022). Academic Stress and Mental Well-Being in College Students: Correlations, Affected Groups, and COVID-19. *Frontiers in Psychology*, 13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.886344>
- Barrera, G. M. L., & Flores, G. M. M. (2020). *Voces y Silencios. Revista Latinoamericana de Educación*.
- Bolinski, F., Boumparis, N., Kleiboer, A., Cuijpers, P., Ebert, D. D., & Riper, H. (2020). The effect of e-mental health interventions on academic performance in university and college students: A meta-analysis of randomized controlled trials. *Internet Interventions*, 20, 100321. <https://doi.org/10.1016/j.invent.2020.100321>
- Calatayud Mendoza, A. P., Apaza Mamani, E., Huaquisto Ramos, E., Belizario Quispe, G., & Inquilla Mamani, J. (2022). Estrés como factor de riesgo en el rendimiento académico en el estudiantado universitario (Puno, Perú). *Revista Educación*. <https://doi.org/10.15517/revedu.v46i2.47551>
- Carranza-Esteban, R. F., Hernández, R. M., & Alhuay-Quispe, J. (2017). Psychological well-being and academic achievement in undergraduate psychology students. *Revista Internacional de Investigación En Ciencias Sociales*, 13(2), 133–146. <https://doi.org/10.18004/riics.2017.diciembre.133-146>
- Cóndor, J. L. B., Dávila, L. A. O., Alburqueque, I. L. V., & Reyes, D. E. G. (2025). Adaptation, stress management, mood, and their relationship with academic performance in Peruvian students starting their university studies. *Journal of Posthumanism*, 5(8). <https://doi.org/10.63332/joph.v5i8.3115>
- Creswell, J. W., & Creswell, J. David. (2017). *Research design : qualitative, quantitative, and mixed methods approaches*. SAGE Publications, Inc.
- Cui, Y. (2022). Relationship between Social Support and Life Satisfaction among College Students: The Mediation of Hope. *International Journal of Learning and Teaching*, 59–63. <https://doi.org/10.18178/ijlt.8.1.59-63>

- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95(3), 542–575.
<https://doi.org/10.1037/0033-2909.95.3.542>
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction With Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71–75.
https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901_13
- El Mikkawi, H., El Khoury, C., & Rizk, R. (2024). Adherence to the Mediterranean diet and mental health among university students in Lebanon. *Applied Food Research*, 4(1).
<https://doi.org/10.1016/j.afres.2024.100435>
- Estrada-Araoz, E. G., León-Hancco, L. B., Avilés-Puma, B., Yupanqui-Pino, E. H., & Larico-Uchamaco, G. R. (2024). Perceived social support and psychological distress in a sample of Peruvian university students: A correlational study. *Salud, Ciencia y Tecnología*, 4.
<https://doi.org/10.56294/saludcyt2024833>
- Garnique-Hinostroza, R., Coaquira, O. H. H., Mamani-Benito, O., Turpo-Chaparro, J. E., Castillo-Blanco, R., Turpo, S. P., & Esteban, R. F. C. (2024). Self-esteem and family satisfaction as predictors of life satisfaction in Peruvian highland university students. *Frontiers in Education*, 9. <https://doi.org/10.3389/feduc.2024.1182446>
- Gautam, S., Jain, A., Chaudhary, J., Gautam, M., Gaur, M., & Grover, S. (2024). Concept of mental health and mental well-being, it's determinants and coping strategies. *Indian Journal of Psychiatry*, 66(Suppl 2), S231–S244. https://doi.org/10.4103/indianjpsychiatry.indianjpsychiatry_707_23
- Guerrero Alcedo, J. M., Palacios Garay, J. P., Espina Romero, L. del C., Marimon Lambertinez, L. E., & Jaimes Alvarez, F. R. (2022). Satisfacción con la vida y Conductas de salud en estudiantes universitarios de nuevo ingreso. *Revista Vive*, 5(14), 432–443.
<https://doi.org/10.33996/revistavive.v5i14.158>
- Kandasamy, G., Almanasef, M., Almeleebia, T., Orayj, K., Shorog, E., Alshahrani, A. M., Khaled, A., Prabahar, K., Alqifari, S. F., Mani, V., Alsuheim, G. Y. A., Alahmari, W. M. D., Ahmed, R., & Paulsamy, P. (2025). Prevalence of anxiety and depression among university students in Southern Saudi Arabia based on a cross sectional survey. *Scientific Reports*, 15(1). <https://doi.org/10.1038/s41598-025-00695-y>
- Kilic, M., Uslukilic, G., & Üstündağ Öcal, N. (2024). Exploring the relationship between pro-active personality, individual innovation, and mental health in university students. *BMC Public Health*, 24(1). <https://doi.org/10.1186/s12889-024-20644-0>
- Li, Q., Li, J., & Fan, Y. (2025). Addressing mental health in university students: a call for action. *Frontiers in Public Health*, 13. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2025.1614999>
- Liu, Z., Zhao, X., Zhao, L., & Zhang, L. (2023a). Relationship between perceived social support and mental health among Chinese college football athletes: a moderated mediation model. *BMC Psychology*, 11(1). <https://doi.org/10.1186/s40359-023-01357-2>
- Liu, Z., Zhao, X., Zhao, L., & Zhang, L. (2023b). Relationship between perceived social support and mental health among Chinese college football athletes: a moderated mediation model. *BMC Psychology*, 11(1), 329. <https://doi.org/10.1186/s40359-023-01357-2>
- Manrique-Millones, D., Millones-Rivalles, R., Dominguez-Lara, S., Pineda-Marín, C., & Manrique-Pino, O. (2020). Social Support in Higher Education: Evidence of Validity and Reliability in the Peruvian Context*. *Universitas Psychologica*, 19, 1–11.
<https://doi.org/10.11144/Javeriana.upsy19.sshe>
- Md Khalid, N., Sumari, M., A. Razak, N. A., Muhamad, A. S., & Sulaiman, H. (2024). A measure for perceived social support for university students: Implication for campus leaders. *Jurnal Cakrawala Pendidikan*, 43(3), 683–693.
<https://doi.org/10.21831/cp.v43i3.59569>

- Oliver, A., & Bustos, V. (2018). Validación de la Escala de Satisfacción con la Vida y su relación con las dimensiones del Autoconcepto en universitarios peruanos. *Persona*, 2(021), 29–44. <https://doi.org/10.26439/persona2018.n021.3018>
- Ooi, P. B., Khor, K. S., Tan, C. C., & Ong, D. L. T. (2022). Depression, anxiety, stress, and satisfaction with life: Moderating role of interpersonal needs among university students. *Frontiers in Public Health*, 10. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.958884>
- Ooi, P. B., Kumar, N., Devaraj, K., Lee, S. L., & Tan, K.-A. (2022). *Depression, anxiety, stress, and satisfaction with life: Moderating role of interpersonal needs among university students*. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.958884>
- Ruihua, L., Hassan, N. C., Qiuxia, Z., Sha, O., & Jingyi, D. (2025). A systematic review on the impact of social support on college students' wellbeing and mental health. *PLOS One*, 20(7), e0325212. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0325212>
- Seo, E. H., Kim, S.-G., Kim, S. H., Kim, J. H., Park, J. H., & Yoon, H.-J. (2018). Life satisfaction and happiness associated with depressive symptoms among university students: a cross-sectional study in Korea. *Annals of General Psychiatry*, 17(1), 52. <https://doi.org/10.1186/s12991-018-0223-1>
- Solís García, P., Real Castelao, S., & Barreiro-Collazo, A. (2024). Trends and Challenges in the Mental Health of University Students with Disabilities: A Systematic Review. In *Behavioral Sciences* (Vol. 14, Number 2). Multidisciplinary Digital Publishing Institute (MDPI). <https://doi.org/10.3390/bs14020111>
- Soper D. (2025). *Calculadoras de estadísticas gratuitas* . : https://www.danielsoper-com.translate.google/statcalc/calculator.aspx?id=1&_x_tr_sl=en&_x_tr_tl=es&_x_tr_hl
- Tian, H. M., Zhou, Y. Q., Chang, X. L., & Wang, Y. F. (2025). Perceived social support and depression: longitudinal mediating roles of gratitude and meaning in life. *BMC Psychology*, 13(1). <https://doi.org/10.1186/s40359-025-03541-y>
- Vilca, L. W., Chávez, B. V., Fernández, Y. S., & Caycho-Rodríguez, T. (2021). Spanish Version of the Revised Mental Health Inventory-5 (R-MHI-5): New Psychometric Evidence from the Classical Test Theory (CTT) and the Item Response Theory Perspective (IRT). *Trends in Psychology*, 30(1), 111–128. <https://doi.org/10.1007/s43076-021-00107-w>
- Zegarra-Rodríguez, C. A., Plasencia-Dueñas, N. R., & Failoc-Rojas, V. E. (2022). Disparities in the prevalence of screened depression at different altitudes in Peru: A retrospective analysis of the ENDES 2019. *PLOS ONE*, 17(12), e0278947. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0278947>
- Zhang, J., Peng, C., & Chen, C. (2024). Mental health and academic performance of college students: Knowledge in the field of mental health, self-control, and learning in college. *Acta Psychologica*, 248, 104351. <https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2024.104351>
- Zhou, L., Sukpasjaroen, K., Wu, Y., Gao, L., Chankoson, T., & Cai, E. (2022a). Perceived Social Support Promotes Nursing Students' Psychological Wellbeing: Explained With Self-Compassion and Professional Self-Concept. *Frontiers in Psychology*, 13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.835134>
- Zhou, L., Sukpasjaroen, K., Wu, Y., Gao, L., Chankoson, T., & Cai, E. (2022b). Perceived Social Support Promotes Nursing Students' Psychological Wellbeing: Explained With Self-Compassion and Professional Self-Concept. *Frontiers in Psychology*, 13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.835134>
- Zhu, L., Xiong, X., Li, Z., Meng, S., & Zhai, Y. (2024). The relationship between exercise habits and mental health among university students in China: a cross-sectional study based on instrumental variable analysis. *BMC Public Health*, 24(1). <https://doi.org/10.1186/s12889-024-20825-x>