

Calidad de vida en jóvenes universitarios

Quality of life in young university

Giselle Olivella-López^{1*} <https://orcid.org/0000-0002-4809-9092> Liliانا Silveira-Torres² <https://orcid.org/0000-0002-7797-9785>, Lorena Cudris-Torres³ <https://orcid.org/0000-0002-3120-4757>, Marly J. Bahamón⁴ <https://orcid.org/0000-0003-2528-994X>, Pedro L. Medina - Pulido⁵ <https://orcid.org/0000-0002-5192-193X>

¹Psicóloga, Mgr en Psicología Clínica, Docente Fundación Universitaria del Área Andina, Colombia. Email: golivella2@areandina.edu.co

²Psicóloga, Mgr Teoría y la Práctica de la Prosocialidad y las Aplicaciones de la Logoterapia. Docente programa de Psicología Fundación Universidad del Área Andina, Colombia. Email: lsilveira2@areandina.edu.co

³Psicóloga, PhD en Ciencias de la Educación, Docente Investigadora Fundación Universitaria del Área Andina, Colombia. Email: lcudris@areandina.edu.co

⁴Psicóloga, PhD en Psicología. Docente programa de Psicología Universidad Simón Bolívar, Colombia. Email: mbahamon@unisimonbolivar.edu.co

⁵Licenciado en Lengua Castellana e inglés, Mgr(c) en Neuropsicología y Educación, Docente de la Universidad Popular del Cesar, Colombia

*Autor de correspondencia: Lorena Cudris Torres Programa de Psicología. Fundación Universitaria del Área del Andina, Colombia Email: lcudris@areandina.edu.co

Recibido: 18/03/2020

Aceptado: 23/04/2020

Resumen

Este artículo muestra las tendencias presentes en la actualidad frente al desarrollo de investigaciones sobre calidad de vida en estudiantes universitarios, en el ámbito latinoamericano y europeo. Se hace una revisión desde el paradigma cualitativo con enfoque en la investigación documental o bibliográfica. Para cumplir con el objetivo propuesto se recopiló y sistematizó la información encontrada en artículos científicos de revistas indexadas en Research Gate, Scielo, Dialnet, Proquest, Ebsco Host, Google Scholar, Pubindex, Scopus y Redalyc. Los hallazgos indican que se puede establecer que la calidad de vida está estrechamente ligada con elementos de bienestar físico o condiciones de salud permanente en los universitarios. A partir de la revisión se establece que no existen documentados programas a nivel nacional o internacional que fomenten el desarrollo de la calidad de vida en dicha población. Identificando entonces un foco de atención para futuras investigaciones.

Palabras Clave: Universitarios, calidad de vida, estudiantes

Abstract

This article shows the current trends in the development of research on quality of life in university students, in Latin America and Europe. A review is made from the qualitative paradigm with a focus on documentary or bibliographic research. To meet the proposed objective, the information found in scientific articles from journals indexed in Research Gate, Scielo, Dialnet, Proquest, Ebsco Host, Google Scholar, Pubindex, Scopus and Redalyc was compiled and systematized. The findings indicate that it can be established that quality of life is closely linked to elements of physical well-being or permanent health conditions in university students. At the same time, the scarcity of national and international programs that promote the development of quality of life in this population is evident. Identifying then a focus of attention for future research.

Key Words: University students, quality of life, students

Introducción

Este artículo presenta una revisión sistemática sobre calidad de vida en jóvenes universitarios, tema que posee un alto valor en el desarrollo de la formación de los futuros profesionales. Su valor radica en un elemento constitutivo del ser humano que permite la vinculación, participación y potenciación de habilidades para la vida; y aunque es un concepto abstracto y que a la fecha no se posee una unificación de su concepto, existen diversos autores que lo delimitan y reconocen sus características.

Desde la perspectiva de calidad de vida, a la fecha existen diversas aproximaciones al concepto de la misma, hay autores que la conciben como la medida que incluye bienestar físico, mental y social, depende de cada sujeto y la relacionan con felicidad y satisfacción¹. Por su parte También se establece como la sensación subjetiva del bienestar propio², y como el indicador que está compuesto por diversas dimensiones que incluyen el componente material y espiritual del hombre enmarcado en un contexto social³. A partir de las

variadas definiciones, se crea una definición integradora “estado de satisfacción general, derivado de la realización de las potencialidades de la persona. Es una sensación subjetiva de bienestar físico, psicológico y social. Incluye como aspectos subjetivos la intimidad, la expresión emocional, la seguridad percibida, la productividad persona y la salud objetiva. Como aspectos objetivos el bienestar material, las relaciones armónicas con el ambiente físico y social y con la comunidad, y la salud objetivamente percibida”. (4. p. 163) Por lo tanto y teniendo en cuenta las definiciones se realizó el análisis documental.

Metodología

Para la realización del presente artículo se establecen bases desde el paradigma cualitativo⁵ con enfoque en la investigación documental o bibliográfica, apoyado en el método hermenéutico y respaldado por el analítico-sintético. Para el desarrollo del texto se recopiló y sistematizó la información encontrada en artículos científicos de revistas indexadas en Research Gate, Scielo, Dialnet, Proquest, Ebsco Host, Google Scholar, Pubindex, Scopus y Redalyc. Las evidencias encontradas plantean varios elementos de interés, el primero de ellos muestra que existen diversas estrategias para fomentar la calidad de vida, contribuir a que la percepción de esta sea positiva. El segundo punto que arroja la búsqueda establece que en un rango de 10 años específicamente para la población universitaria no existen programas de intervención con bases en teorías psicológicas establecidos para mejorar la calidad de vida, sino aproximaciones desde las áreas en las que se desenvuelve el universitario (biológica, familiar, social, personal, académico, y laboral), el barrido bibliográfico muestra resultados de ámbito nacional e internacional; pero que genera desde el inicio la necesidad de profundizar en del desarrollo de programas bajo evidencia empírica.

Materiales y métodos

Para la revisión se tuvo en cuenta unidades de análisis para el estudio de un fenómeno específico. Como técnica de recolección y organización de la información se empleó una matriz de análisis de contenido, que contempló los siguientes aspectos: palabras clave base de datos, autor(es), año, título, revista de publicación, objetivos, variables esenciales contempladas, tipo de estudio, aspectos metodológicos relevantes y principales hallazgos y conclusiones.

Los pasos desarrollados para la revisión fueron los siguientes:

- 1. Definir los objetivos de la revisión:** Describir propuestas o programas relacionados con la mejora de la calidad de vida de jóvenes universitarios.
- 2. Recolección de documentos:** Se revisaron 35 artículos con las palabras clave “Calidad de vida”; de los cuales 20 cumplieron con unidades de análisis en Universitarios, la revisión se realizó en diferentes bases de datos especializadas, también se incluyeron: programa, mejora, estudiantes universitarios
- 3. Organización de la información:** se clasificaron los documentos de acuerdo a la localización, año y contexto de la investigación. Se realizó la organización de de 20 antecedentes, los cuales fueron clasificados como artículo de resultados, artículos de reflexión o artículos con propuestas de acción, de los cuales 13 son Latinoamericanos y 7 de países europeos, los títulos de los artículos en inglés se relacionan en la tabla 2 en español.

Tabla 1. Clasificación de las unidades de análisis

Tipología de las unidades de análisis	Ámbito Latinoamérica	Ámbito Europa
Artículos de resultados	12	7
Artículos de reflexión	1	0
Artículos con propuestas de acción	0	0

Fuente: Elaboración propia

Tabla 2. Textos utilizados para la revisión				
BASE DE DATOS	NOMBRE DE LA REVISTA	TÍTULO DEL ARTÍCULO	AUTORES	AÑO
RESEARCH GATE	Revista Costarricense de Salud Pública	Calidad de vida en Estudiantes Universitarios. Evaluación de factores asociados	Camargo DM, Orozco-Vargas LC, Niño GI ⁶	2014
SCIELO	Revista Latino-Americana de Enfermagem	Calidad de vida relacionada a la salud y síntomas depresivos de estudiantes del curso de graduación en enfermería	Ismelinda Maria Diniz Mendes Souza; Helena Borges Martins da Silva Paro; Rogerio Rizo Morales; Rogerio de Melo Costa Pinto; Carlos Henrique Martins da Silva ⁷	2012
SCIELO	Escritos de Psicología	Intervenciones asistidas por animales y calidad de vida: expectativas en estudiantes universitarios españoles	Perea-Mediavilla, María A., López-Cepero, Javier, Tejada-Roldán, Arcadio, Sarasola, José Luis ⁸	2014
RESEARCH GATE	International Journal of Developmental and educational psychology	Ejercicio físico y calidad de vida en estudiantes universitarios	Paramio Leiva, Alberto; Gil-Olarte Márquez, Paloma; Guerrero Rodríguez, Cristina; Mestre Navas, José M.; Guil Bozal, Rocío ⁹	2017
SCIELO	Nutrición Hospitalaria	Calidad de vida y sus factores determinantes en universitarios españoles de Ciencias de la Salud	Carmina Wanden-Berghe, Helena Martín-Rodero, Amelia Rodríguez-Martín, José Pedro Novalbos-Ruiz, Emilio Martínez de Victoria, Javier Sanz-Valero, Ángela García González, Anna Vila, María Victoria Alonso, Josep Antoni Tur Marí, Sara Márquez, Pedro Pablo García Luna y José Antonio Irlés ¹⁰	2015
PROQUEST	Revista Duazary	Calidad de vida, desempeño académico y variables sociodemográficas en estudiantes universitarios de Santa Marta-Colombia	Brito-Jiménez, Ivone Tatiana; Palacio-Sañudo, Jorge ¹¹	2016
SCIELO	Ciência & Saúde Coletiva	Comportamientos de riesgo de suicidio y calidad de vida relacionada con la salud en estudiantes que ingresaron a una universidad mexicana	Carlos Alejandro Hidalgo-Rasmussen; Yolanda Viridiana Chávez-Flores; Libia Yanelli Yanez-Peñúñuri; Sergio R Muñoz Navarro ¹²	2019
GOOGLE SCHOLAR	Enseñanza e investigación en psicología	Calidad de vida subjetiva en estudiantes universitarios	Banda Castro, Ana Lilia, Morales Zamorano, Miguel Arturo ¹³	2012
SCOPUS	Revista internacional de investigación ambiental y salud pública	El papel de la imagen corporal, la alimentación desordenada y el estilo de vida en la calidad de vida de los estudiantes universitarios lituanos	Baceviciene, M. , Jankauskiene, R., Balciuniene, V. ¹⁴	2020
REDALYC	Revista Hacia la Promoción de la Salud	Salud, calidad de vida y entorno universitario en estudiantes mexicanos de una universidad pública	Lara Flores, Norma; Saldaña Balmori, Yolanda; Fernández Vera, Norma; Delgado Gutiérrez, Héctor Javier ¹⁵	2015
SCIELO	Cadernos de Saúde Pública	Calidad de vida, según percepción y comportamientos de control del peso por género, en estudiantes universitarios adolescentes en México	Carlos Alejandro Hidalgo-Rasmussen; Alfredo Hidalgo-San Martín; Bettylú Rasmussen-Cruz; Rosa Montaña-Espinoza ¹⁶	2011
SCOPUS	International Journal of Adolescence and youth	Participación estudiantil, salud mental y calidad de vida de estudiantes universitarios en una Universidad seleccionada en Manila, Filipinas.	Cleofas, JV ¹⁷	2020
PROQUEST	Revista de Psicopatología y Psicología Clínica	Relación entre variables sociodemográficas, patogénicas y salutogénicas, con la calidad de vida en estudiantes universitarios colombianos	Riveros, Fernando; Vinaccia-Alpi, Stefano ¹⁸ .	2017
PROQUEST	Pensamiento Psicológico	Calidad de vida y estilo de vida saludable en un grupo de estudiantes de posgrado de la ciudad de Lima1	Grimaldo Muchotrigo MP ¹⁹	2010
PROQUEST	Revista Duazary	Responsabilidad ética del docente de enfermería en el fomento de la calidad de vida de estudiantes universitarios	González-Noguera, Tatiana; Guevara-Rumbos, Berta ²⁰	2018
SCIELO	Revista cubana de Medicina Militar	Calidad de vida relacionada con la salud en estudiantes universitarios	Maritza Dania Pacheco Rodríguez, María de los Ángeles Michelena González, Roberto Salvador Mora González, Osvaldo Miranda Gómez ²¹	2014
SCIELO	Revista Colombiana de Psiquiatría	Calidad de vida de madres adolescentes estudiantes universitarias	María Rosa Estupiñán Aponte Diana Rocío Vela Correa ²²	2012
RESEARCH GATE	Revista Cuidarte	Redes Sociales y calidad de vida relacionada con la salud en estudiantes universitarios	Monica Isabel Hanna Lavalle ¹ , Mónica Mabel Ocampo Rivero ² , Nadya María Janna Lavalle ³ , María Carolina Mena Gutiérrez ⁴ , Leydi Diana Torreglosa Portillo ²³	2020
SCIELO	Ciência & Saúde Coletiva	Actividad física, conductas sedentarias y calidad de vida en adolescentes universitarios de Ciudad Guzmán, Jalisco, México	Hidalgo Rasmussen CA, Ramírez López G, Hidalgo San Martín A. ²⁴	2013
SCIELO	Nutrición Hospitalaria	Comparación en calidad de vida y estado nutricional entre alumnos de nutrición y dietética y de otras carreras universitarias de la Universidad Santo Tomás de Chile	Durán Agüero S, Bazaez Díaz G, Figueroa Velásquez K, Berlanga Zúñiga MR, Encina Vega C, Rodríguez Noel MP. ²⁵	2012

Teniendo en cuenta el análisis de los contenidos de los artículos y de los hallazgos en ellos se puede establecer que la calidad de vida está estrechamente ligada con elementos de bienestar físico o condiciones de salud permanente, así como la necesidad de garantizar el desarrollo adecuado del individuo en la etapa en la que se encuentra, en este caso la adultez joven, ya que se está haciendo referencia a los universitarios; no se puede desconocer que existen universitarios que están en otra etapa del ciclo vital, pero estos casos no fueron tenidos en cuenta en la revisión, elemento tenido en cuenta como criterio de exclusión.

Existen tres grandes categorías de análisis que fueron establecidas teniendo en cuenta los artículos presentados en la tabla 2., agrupándolos por resultados, hallazgos y conclusiones de los mismos. La primera es calidad de vida y salud, en ella entran los aspectos relacionados con la alimentación, sueño, hábitos saludables, antecedentes médicos y situaciones relacionadas con lo físico^{7,9}, resaltando la salud como elemento principal de cambio en la percepción sobre la calidad de vida^{10,14,16}, la ausencia de enfermedad y adaptación física acorde a las demandas del entorno y a las actividades que realiza el universitario contribuyen a la sensación de bienestar y equilibrio^{17-19,24}. La segunda categoría es Calidad de vida y vida escolar o académica en ella se establece que la calidad de vida posee un amplio valor relacionado con la eficacia del adulto joven en su vida escolar, el proyecto de vida y las metas trazadas^{23,25} las calificaciones sobresalientes, el rendimiento alto o sobresaliente hace que el joven universitario considere como satisfactorios sus resultados y mejora su percepción sobre la calidad de vida²⁰⁻²². La tercera categoría es Calidad de vida y factores sociodemográficos en esta se establece que la calidad de vida guarda una estrecha relación con las características sociales, demográficas, habitaciones y culturales del universitario¹¹⁻¹³.

Entonces, por lo tanto, y teniendo en cuenta la metodología usada para establecer el estado del arte de la calidad de vida en universitarios se puede identificar que:

- Los universitarios se constituyen como una población objeto de estudio clave para realizar actividades de promoción y prevención
- El joven universitario necesita tener elementos de apoyo social, personal, emocional y físico para percibir calidad de vida.
- La mayoría de los estudios alrededor de la calidad de vida establecen la relación entre la actividad física y/o ejercicio como elemento primordial para lograr calidad de vida, y esto está basado en la generación de factores de protección que facilitan la consecución del bienestar psicológico.

La revisión bibliográfica de las investigaciones permite identificar elementos alrededor de la unidad de análisis descrita, permite focalizar elementos de trabajo y de importancia investigativa, así como la necesidad de aplicabilidad del conocimiento en investigaciones futuras.

La escases de investigaciones alrededor de la creación, diseño o implementación de programas, protocolos o planes de mejora, fortalecimiento o desarrollo de la calidad de vida establece una clara fuente de atención, puesto que en la actualidad, la prevalencia de trastornos mentales pone de manifiesto un abordaje psicológico, a su vez, la interdisciplinariedad en la búsqueda confirma lo que establecen investigaciones relacionadas con el malestar psicológico, y es que se requiere de amplias competencias profesionales y de diversos campos que permitan la inter o transdisciplinar que vincule las cualidades y procesos humanos, sus circunstancias vitales y contextuales en el tiempo y, particularmente, los recursos personales, familiares y comunitarios²⁶⁻²⁹.

Referencias

1. Levy, L. y Anderson, L. La tensión psicosocial. Población, ambiente y calidad de vida. México. ed. Manual Moderno: 1980
2. Chaturvedi, S.K. Whats is important for quality of life to Indians in relation to cáncer? Social Science and Medicine. 1991. (33):91-94
3. Quintero, G. Comunicación personal a J. Grau, 1992.
4. Ardila, R. Calidad de vida: una definición integradora. Revista Latinoamericana de Psicología [Internet]. 2003; 35(2):161-164. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80535203>
5. Hurtado I y Toro J. Paradigmas y métodos de investigación en tiempos de cambio. 2007; Caracas, Venezuela: Editorial CEC.
6. Camargo LD, Orozco-Vargas L, & Niño G. Calidad De Vida En Estudiantes Universitarios. Evaluación De Factores Asociados. Rev. costarric. salud pública [Internet] 2014 [citado 15 de marzo de 2020]; 23:119-125. Disponible en: https://www.researchgate.net/publication/277323374_Calidad_De_Vida_En_Estudiantes_Universitarios_Evaluacion_De_Factores_Asociados/citation/download
7. Souza Ismelinda Maria Diniz Mendes, Paro Helena Borges Martins da Silva, Morales Rogerio Rizo, Pinto Rogerio de Melo Costa, Silva Carlos Henrique Martins da. Calidad de vida relacionada a la salud y síntomas depresivos de estudiantes del curso de graduación en enfermería. Rev. Latino-Am. Enfermagem [Internet]. 2012 Aug [cited 2020 Mar 18]; 20(4):736-743. Available from: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-11692012000400014&lng=en <https://doi.org/10.1590/S0104-11692012000400014>.
8. Perea-Mediavilla, María A., López-Cepero, Javier, Tejada-Roldán, Arcadio, Sarasola, José Luis, Intervenciones asistidas por animales y calidad de vida: expectativas en estudiantes universitarios españoles. Escritos de Psicología - Escritos psicológicos [Internet]. 2014; 7(3):10-18. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=271032955002>
9. Paramio Leiva, Alberto, Gil-Olarte Márquez, Paloma, Guerrero Rodríguez, Cristina, Mestre Navas, José M., Guil Bozal, Rocío, Ejercicio físico y calidad de vida en estudiantes universitarios. Revista

- Internacional de Psicología del Desarrollo y de la Educación [Internet]. 2017; 2(1):437-446. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=349853220044>
10. Wanden-Berghe Carmina, Martín-Rodero Helena, Rodríguez-Martín Amelia, Novalbos-Ruiz José Pedro, Martínez de Victoria Emilio, Sanz-Valero Javier et al. Calidad de vida y sus factores determinantes en universitarios españoles de Ciencias de la Salud Quality of life and its determinants in Spanish university students of health sciences factors. *Nutr. Hosp.* [Internet]. 2015 Feb [citado 2020 Mar 18]; 31(2):952-958. Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112015000200055&lng=es. <http://dx.doi.org/10.3305/nh.2015.31.2.8509>.
 11. Brito-Jiménez IT, Palacio-Sañudo J. Calidad de vida, desempeño académico y variables sociodemográficas en estudiantes universitarios de Santa Marta-Colombia. *Duazary* [Internet]. 27 de julio de 2016 [citado 18 de marzo de 2020];13(2):133-141. Disponible en: <https://revistas.unimagdalena.edu.co/index.php/duazary/article/view/1719>
 12. Hidalgo-Rasmussen Carlos Alejandro, Chávez-Flores Yolanda Viridiana, Yanez-Peñúñuri Libia Yanelli, Navarro Sergio R Muñoz. Comportamientos de riesgo de suicidio y calidad de vida relacionada con la salud en estudiantes que ingresaron a una universidad mexicana. *Ciênc. saúde coletiva* [Internet]. 2019 Oct [cited 2020 Mar 18]; 24(10):3763-3772. Available from: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232019001003763&lng=en. Epub Sep 26, 2019. <https://doi.org/10.1590/1413-812320182410.26732017>.
 13. Banda Castro, Ana Lilia, Morales Zamorano, Miguel Arturo, calidad de vida subjetiva en estudiantes universitarios. *Enseñanza e Investigación en Psicología* [Internet]. 2012; 17(1):29-43. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=29223246003>
 14. Baceviciene M, Jankauskiene R, Balciuniene V. The role of body image, disordered eating and lifestyle on the quality of life in lithuanian university students. *Int J Environ Res Public Health* 2020;17(5).
 15. Lara Flores, Norma, Saldaña Balmori, Yolanda, Fernández Vera, Norma, Delgado Gutiérrez, Héctor Javier, salud, calidad de vida y entorno universitario en estudiantes mexicanos de una universidad pública. *Revista Hacia la Promoción de la Salud* [Internet]. 2015; 20 (2): 102-117. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=309143500008>
 16. Hidalgo-Rasmussen Carlos Alejandro, Hidalgo-San Martín Alfredo, Rasmussen-Cruz Bettylú, Montañó-Espinoza Rosa. Calidad de vida, según percepción y comportamientos de control del peso por género, en estudiantes universitarios adolescentes en México. *Cad. Saúde Pública* [Internet]. 2011 Jan [cited 2020 Mar 18]; 27(1):67-77. Available from: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-311X2011000100007&lng=en. <https://doi.org/10.1590/S0102-311X2011000100007>.
 17. Cleofas JV. Student involvement, mental health and quality of life of college students in a selected university in Manila, Philippines. *Int J Adolesc Youth* 2020;25(1):435-447.
 18. Riveros F, Vinaccia-Alpi S. Relación entre variables sociodemográficas, patogénicas y salutogénicas, con la calidad de vida en estudiantes universitarios colombianos. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica* 2017;22(3):229-241.
 19. Muchotrigo MPG. Calidad de vida y estilo de vida saludable en un grupo de estudiantes de posgrado de la ciudad de Lima1. *Pensamiento Psicológico* 2010;8(15):17-38.
 20. González-Noguera T, Guevara-Rumbos B. Responsabilidad ética del docente de enfermería en el fomento de la calidad de vida de estudiantes universitarios. *Duazary* 2018 Jan;15(1):87-93.
 21. Pacheco Rodríguez Maritza Dania, Michelena González María de los Ángeles, Mora González Roberto Salvador, Miranda Gómez Osvaldo. Calidad de vida relacionada con la salud en estudiantes universitarios. *Revista cubana de medicina militar*. 2014; 43(2):157-168
 22. Estupiñán Aponte María Rosa, Vela Correa Diana Rocío. Calidad de vida de madres adolescentes, estudiantes universitarios. *rev.colomb.psiquiatr.* [Internet]. Julio de 2012 [consultado el 18 de marzo de 2020]; 41(3):536-549. Disponible en: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-74502012000300006&lng=en.
 23. Hanna Lavalle MI, Ocampo Rivero MM, Janna Lavalle NM, Mena Gutiérrez MC, Torreglosa Portillo LD. Redes sociales y calidad de vida en relación con la salud de los estudiantes universitarios. *Revista Cuidarte* [Internet]. 2020 ene [consultado el 18 de marzo del 2020]; 11(1):1-13. Disponible en: <http://search.ebscohost.com.proxy.bidig.areandina.edu.co/login.aspx?direct=true&db=lth&AN=141958615&site=ehost-live>
 24. Hidalgo Rasmussen CA, Ramírez López G, Hidalgo San Martín A. Actividad física, conductas sedentarias y calidad de vida en adolescentes universitarios de Ciudad Guzmán, Jalisco, México. *Ciência & Saúde Coletiva* [Internet]. 2013[citado 18 marzo 2020]; 18(7):[aprox.14p.]. Disponible en: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232013000700009&lng=es&nrm=iso&tlng=es
 25. Durán Agüero S, Bazaez Díaz G, Figueroa Velásquez K, Berlanga Zúñiga MR, Encina Vega C, Rodríguez Noel MP. Comparación en calidad de vida y estado nutricional entre alumnos de nutrición y dietética y de otras carreras universitarias de la Universidad Santo Tomás de Chile. *Nutr Hosp* [Internet]. 2012 May-Jun [citado 18 marzo 2020]; 27(3):[aprox.18p.]. Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S0212-16112012000300009&script=sci_arttext
 26. Cudris Torres, L.; Barrios Núñez, A. Malestar psicológico en víctimas del conflicto armado. *Revista CS*. 2018. (26):75-90. DOI: <https://doi.org/10.18046/recs.i26.3292>
 27. Bahamón, M. Alarcón, Y. Cudris, L. Trejos, A & Campo, L. Bienestar psicológico en adolescentes colombianos. *Revista Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*. 2019. 38(5):519-523. Recuperado de: http://www.revistaavft.com/images/revistas/2019/avft_5_2019/2_bienestar_psicologico.pdf
 28. Cudris, L. Pumarejo, S. Barrios, Á. Bahamón, M. Alarcón, J y Uribe, J I. Afectaciones psicológicas en víctimas del conflicto armado. *Revista Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*. 2019. 38(5):514-518. Recuperado de: http://www.revistaavft.com/images/revistas/2019/avft_5_2019/1_afectaciones_psicologicas.pdf
 29. Pumarejo J, Cudris L, Barrios Á, Bahamón, M & Uribe, J. Teoría de la mente y funcionamiento cognitivo en personas en procesos de reintegración en Colombia. *Revista Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*. 2019. 38(5):579-582. Recuperado de: http://www.revistaavft.com/images/revistas/2019/avft_5_2019/10_teoría_mente.pdf