



**Universidad Michoacana de San Nicolás
de Hidalgo**



Instituto de Investigaciones Económicas y Empresariales
Programa de Doctorado en Ciencias del Desarrollo
Regional

Paz y calidad de vida en estudiantes de licenciatura de la
Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo

Tesis

QUE PARA OBTENER EL GRADO DE

Doctora en Ciencias del Desarrollo Regional

PRESENTA:

Montserrat Santoyo Maldonado

DIRECTOR DE TESIS:

Dr. José Odón García García

Morelia, Michoacán, febrero de 2024.

Dedicatorias

A mis padres, José y Lourdes, por su presencia en cada etapa de mi vida, es gracias a su dedicación y ejemplo que me he sentido inspirada a continuar creciendo en lo personal, académico y profesional. Doy gracias por su apoyo incondicional.

A mi esposo que también es mi amigo y compañero de vida, agradezco su paciencia, comprensión y apoyo incondicional. Le doy infinitas gracias por acompañarme en los desvelos y por ser un ejemplo de padre para mis hijas.

A mis hijas, por su amor incondicional, por sus abrazos y palabras que me motivan a seguir adelante.

A mis suegros, Anita y Héctor, que me han hecho sentirme parte de su familia desde que los conocí y me han demostrado que siempre cuento con ellos.

A mi hermano, que ha sido mi compañero de aventuras y tristezas en distintos momentos de mi vida.

A Cristina, que ha sido muy importante en mi vida y en la de mis hijas.

Agradecimientos

Al Consejo Nacional de Humanidades, Ciencias y Tecnologías (CONAHCYT) por su apoyo para poder realizar investigación científica en pro del desarrollo. Además le agradezco haber podido contar con su apoyo económico, que me facilitó dedicarme de manera exclusiva a ello.

Al Instituto de Investigaciones Económicas y Empresariales (ININEE), por brindarme conocimiento de calidad por mucho tiempo. Gracias también a la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo, que por años ha sido mi casa de estudios, desde la licenciatura, hasta el doctorado.

A mi asesor el Dr. Odón García García por su tiempo, asesoría, confianza, apoyo y disposición brindados, además por compartir su conocimiento y experiencia conmigo.

Al Dr. Víctor Alcaraz Vera por su apoyo y a sus atinadas y claras observaciones y recomendaciones que han sido de un gran valor para mí.

Al Dr. Francisco Javier Ayvar Campos y al Dr. Carlos Francisco Ortiz Paniagua que a lo largo de los años, me han inspirado con su ejemplo y dedicación.

Al Dr. Felix Chamu, por sus observaciones y recomendaciones.

Índice

Dedicatorias	V
Agradecimientos.....	VI
Índice	VII
Índice de imágenes.....	XIII
Índice de gráficas	XIII
Índice de tablas.....	XIII
Índice de diagramas	XV
Índice de mapas.....	XVI
Abreviaturas.....	XVII
Glosario	XXV
Resumen	XXVIII
Abstract.....	XXIX
Introducción.....	1
Parte I. Fundamentos de investigación.....	5
1.1. Descripción del problema.....	6
1.2. Planteamiento del problema.....	6
1.3. Preguntas de Investigación.....	10
1.3.1. Pregunta general.....	10
1.3.1.1. Preguntas específicas	10
1.4. Objetivos de investigación	10
1.4.1 Objetivo General	10
1.4.1.1. Objetivos específicos	10
1.5. Hipótesis de la investigación	11
1.5.1. Hipótesis general.....	11
1.5.1.1. Hipótesis específicas.....	11

1.6. Identificación de variables.....	11
1.6.1. Variable dependiente.....	11
1.6.2. Variable independiente.....	11
1.7. Justificación	11
Parte II. Marco referencial	14
Capítulo I. Datos educativos a nivel nacional, estatal, regional y local	15
1.1. Educación a nivel país	15
1.1.1. Datos del país.....	15
1.2. Educación en México	18
1.3. Educación superior en el país.....	19
1.4. Educación superior en la Región Centro-Occidente	23
1.5. Educación superior en el estado.....	25
1.6. Educación superior en Morelia	27
Capítulo II.Datos y descripción acerca de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo	29
2.1. Historia.....	29
2.2. Misión.....	30
2.3. Visión	30
2.4. Función	31
2.5. Escudo	31
2.6. Organigrama de la UMSNH	32
2.7. Normatividad de la UMSNH	35
2.8. Programas Académicos.....	39
2.9. Servicios de la UMSNH	40
2.10. Estudiantes de licenciatura de la UMSNH	45
Parte III. Marco Teórico	62
Capítulo III. Calidad de vida	63

3.1. Concepto de calidad de vida	63
3.2. Calidad de vida en el estudiante universitario	73
3.3. Calidad de vida y desarrollo	78
3.3.1. Desarrollo dentro de la universidad	82
Capítulo IV. Calidad de vida y paz	84
4.1. Definición de la paz	84
4.2. Cultura de la paz.....	87
4.3. Paz y calidad de vida.....	89
4.4. Paz universitaria.....	92
4.5. Educación para la paz.....	94
Capítulo V. Calidad de la educación y responsabilidad social.....	97
5.1. Responsabilidad Social Universitaria	97
5.2. La calidad de la educación	104
Capítulo VI. Componentes de la calidad de vida en estudiantes universitarios	107
6.1. Calidad de vida y estado de ánimo, salud y actividad física.....	107
6.1.1. Estado de ánimo	107
6.1.2. Salud y actividad física.....	112
6.2. Calidad de vida y satisfacción en las tareas	124
6.2.2. Satisfacción en las tareas del curso.....	129
6.3. Satisfacción con las tareas de tiempo libre.....	131
6.4. Calidad de vida y satisfacción con las interacciones libres y fundamentales..	137
6.4.1 Satisfacción en general con la capacidad de participar en la vida diaria....	138
6.4.2. Satisfacción en general con el deseo sexual, interés, rendimiento o desempeño	139
6.4.3. Satisfacción en general con la situación económica.....	141
6.5. Paz e inteligencia emocional	142
6.5.1 Percepción de la conexión y adaptabilidad	144

6.5.2 Percepción de la vulnerabilidad en la integridad física y emocional	145
6.6. Paz y competencias emocionales fundamentales	146
6.6.1. Competencias emocionales	147
6.6.2. Conexión en las competencias emocionales	149
6.6.3 Conflicto en las competencias emocionales	150
6.6.4. Organización en las competencias emocionales	153
Capítulo VII. Paz, calidad de vida y desarrollo local.....	158
7.1. Desarrollo local	158
7.2. Paz y desarrollo local.....	163
7.3. Calidad de vida y desarrollo local	167
7.4. Paz y calidad de vida en el ámbito local universitario.....	169
7.5. Desarrollo local y calidad de vida en universitarios.....	173
7.5.1. Calidad de vida y la salud en los estudiantes universitarios.....	174
7.5.2. Calidad de vida y satisfacción en las tareas en los estudiantes universitarios.....	176
7.5.3. Calidad de vida y satisfacción en las interacciones libres y fundamentales de los estudiantes universitarios	178
Capítulo VIII. Teorías que explican su relación con la paz y la calidad de vida	182
8.1. Teoría del conocimiento	182
8.2. Teoría de la paz perpetua.....	184
8.3. Teoría de la paz democrática.....	185
8.4. Teoría integral de la educación para la Paz.....	185
8.5. Teoría compleja constructiva de la Paz de Johan Galtung	186
8.5.1. Teoría del conflicto	187
8.5.2. Teoría civilizadora.....	187
8.6. Teoría de la inteligencia emocional	188
8.6.1. Inteligencia emocional y paz.....	189

8.6.1. Inteligencia emocional y calidad de vida	189
8.7. Teoría de las inteligencias múltiples.....	190
8.7.1. Inteligencia emocional e inteligencia lingüística.....	192
8.7.2. Inteligencia emocional e inteligencia musical	192
8.7.3. Inteligencia emocional e inteligencia interpersonal	193
8.7.4. Competencias emocionales y la inteligencia intrapersonal	194
8.8. Teoría Gaia.....	195
8.9. Teorías de Damasio.....	196
8.9. Teoría de los valores	197
8.10. Teoría de Maslow	198
Parte IV. Marco metodológico.....	200
Capítulo IX. Propuesta metodológica de la investigación	201
9.1. Método	201
9.2. Horizonte temporal y espacial.....	202
9.3. Viabilidad	202
9.4. Alcance de la investigación.....	202
9.5. Diseño de la investigación.....	203
9.6. Enfoque de investigación	204
9.7. Recolección de datos.....	204
9.7.1. Tamaño de la muestra	205
9.7.2. Programa estadístico	206
9.7.3. Instrumento.....	206
9.7.4. Fiabilidad del instrumento.....	208
Capítulo X. Análisis e interpretación de los resultados	210
10.1. Análisis descriptivo	210
10.1.1. Tablas de frecuencia.....	210

10.1.2. Coeficiente de correlación	239
Capítulo XI. Discusión de resultados y propuesta de solución.....	245
11.1 Discusión de los resultados	245
11.2 Alcances y limitaciones	252
11.3 Propuesta de solución	253
11.3. Fortalezas y Oportunidades	255
Conclusiones.....	262
Futuras líneas de investigación	264
Fuentes bibliográficas.....	266
Anexos.....	309
Anexo I	310
Encuesta	310
Anexo II	313
Matriz de congruencia	313

Índice de imágenes

	Página
Imagen 1. Escudo de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo	32
Imagen 2. Organigrama de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo	34
Imagen 3. Función de la actividad física y el ejercicio en la prevención y rehabilitación de las enfermedades	113

Índice de gráficas

	Página
Gráfica 1. Matrícula de licenciaturas públicas en Michoacán y la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo, ciclos 2010-2011 – 2020-2021.....	55
Gráfica 2. Estructura porcentual de la matrícula de licenciaturas públicas en Michoacán y la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo, ciclos 2010-2011 – 2020-2021.....	56
Gráfica 3. Matrícula de licenciaturas públicas en Morelia y la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo (Morelia), ciclos 2011-2012 – 2020-2021.....	57
Gráfica 4. Estructura porcentual de la matrícula de licenciaturas públicas en Morelia y resto de la matrícula en la ciudad, ciclos 2010-2011 – 2020-2021.....	58
Gráfica 5. Matrícula de licenciaturas públicas de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo, según sexo, ciclos 2011-2012 – 2020-2021.....	59
Gráfica 6. Estructura porcentual de la matrícula de licenciaturas públicas de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo, según sexo, ciclos 2010-2011 – 2020-2021.....	60
Gráfica 7. México. Prevalencia de obesidad entre la población adulta (18 y más)	115
Gráfica 8. Media de la variable Calidad de Vida y sus componentes ..	234
Gráfica 9. Media de la variable Paz y sus componentes	235
Gráfica 10. Correlación entre el ICV y sus dimensiones	243
Gráfica 11. Correlación entre la paz y sus dimensiones	244

Índice de tablas

	Página
Tabla 1. Calidades de vida	67
Tabla 2. Contextualización diacrónica de las definiciones	70

Tabla 3.	Dimensiones e indicadores de calidad de vida	70
Tabla 4.	Lista de sentimiento y estados de ánimo	109
Tabla 5.	Estadística de fiabilidad	208
Tabla 6.	Resumen de procesamiento de casos	208
Tabla 7.	Ítem “tengo buena coordinación en mis movimientos”	210
Tabla 8.	Ítem “Mi memoria funciona bien”	210
Tabla 9.	Ítem “Siento que me recupero fácilmente de mis problemas de salud”	210
Tabla 10.	Ítem “Estoy interesada (o) en cuidar mi aspecto físico y mi higiene personal”	212
Tabla 11.	Ítem “Soy capaz de cuidar de mi misma (o)”	212
Tabla 12.	Ítem “Está satisfecha (o) en la manera en la que limpia su habitación/vivienda/casa”	213
Tabla 13.	Ítem “Se siente satisfecha (o) con la compra de comida u otros artículos para la casa”	213
Tabla 14.	Ítem “Se siente satisfecha (o) con la preparación de la comida”	214
Tabla 15.	Ítem “Siente satisfacción general con la tareas de la casa”	214
Tabla 16.	Ítem “Siente satisfacción general en cuanto a la situación de alojamiento y vivienda”	214
Tabla 17.	Ítem “Siente deseo por continuar los cursos”	215
Tabla 18.	Ítem “¿Se siente satisfecho en general con las relaciones familiares?”	216
Tabla 19.	Ítem “¿Se siente satisfecho en general con las relaciones sociales?”	216
Tabla 20.	Ítem “¿Siente satisfacción en general con la capacidad de participar en la vida diaria?”	217
Tabla 21.	Ítem “¿Siente satisfacción en general con el deseo sexual, interés, rendimiento o desempeño?”	217
Tabla 22.	Ítem “¿Siente satisfacción en general con la situación económica?”	218
Tabla 23.	Ítem “¿Te han llamado de alguna forma que te han lastimado emocionalmente?”	219
Tabla 24.	Ítem “Generalmente, ¿Te sientes fuera de lugar en tu hogar? .	220
Tabla 25.	Ítem “Generalmente, ¿Te sientes fuera de lugar en tu escuela?”	220
Tabla 26.	Ítem “¿Te has sentido vulnerable en tu integridad física?”	221
Tabla 27.	Ítem “¿Te has sentido vulnerable en tu integridad emocional?”	221
Tabla 28.	Ítem “¿Tienes un(a) buen(a) amigo (a)?”	222
Tabla 29.	Ítem “¿Tienes buenas(os) amigas(os)?”	222
Tabla 30.	Ítem “¿Tienes amigas(os) en tu vecindario?”	222
Tabla 31.	Ítem “¿Tienes amigas(os) en las(os) que confías?”	222
Tabla 32.	Ítem “¿Tienes familiares en los que confías?”	222
Tabla 33.	Ítem “¿Has tenido alguna discusión en donde hayan lastimado a alguien (o incluso tu hayas salido lastimado?”	224
Tabla 34.	Ítem “¿Tienes un grupo de amigos con los que nunca has peleado?”	224
Tabla 35.	Ítem “¿Alguna vez has sido lastimado físicamente por	

	alguien?"	224
Tabla 36.	Ítem "¿Alguna vez has lastimado físicamente a alguien?"	225
Tabla 37.	Ítem "¿Tú has sido sacada(o) de clases, de una sesión de trabajo o de una junta vecinal?"	225
Tabla 38.	Ítem "¿Alguna vez has recurrido o sido citada(o) a alguna reunión de mediación por una discusión o pelea?"	226
Tabla 39.	Ítem "¿Te has visto involucrada(o) en una pelea en la que no tuvieras que ver en algún lugar "x"?"	226
Tabla 40.	Ítem "¿Has sido responsable de organizar una pelea en algún lugar "x"?"	226
Tabla 41.	Ítem "¿Has recibido dispositivos y operativos de seguridad en tu ambiente en general?"	227
Tabla 42.	Ítem "¿Vecinos, maestros, familiares y/o compañeros de trabajo se han organizado para la supervisión de la seguridad?"	228
Tabla 43.	Ítem "¿Tú y tus compañeros de grupo escolar se han organizado para la supervisión de la seguridad?"	228
Tabla 44.	Análisis estadístico de la percepción con respecto al estado de salud y actividad física	235
Tabla 45.	Análisis estadístico de la percepción del estado de ánimo	236
Tabla 46.	Análisis estadístico de la satisfacción en las tareas del hogar ..	236
Tabla 47.	Análisis estadístico de la satisfacción en las tareas de los cursos	236
Tabla 48.	Análisis estadístico de la satisfacción con las actividades de tiempo libre	237
Tabla 49.	Análisis estadístico de la satisfacción general en la interacción	237
Tabla 50.	Análisis estadístico de la percepción de la conectividad	237
Tabla 51.	Análisis estadístico de la percepción de la adaptabilidad	238
Tabla 52.	Análisis estadístico de la percepción de la vulnerabilidad	238
Tabla 53.	Análisis estadístico de la conexión	238
Tabla 54.	Análisis estadístico de conflicto	239
Tabla 55.	Análisis estadístico de la organización	239
Tabla 56.	Coeficiente de Correlación de Pearson	240
Tabla 57.	Correlación entre el índice de Calidad de vida (ICV) y el índice de la Paz (IP)	240
Tabla 58.	Correlación entre el ICV y sus dimensiones	240
Tabla 59.	Correlación entre el IP y sus dimensiones	241

Índice de diagramas

	Página
Diagrama 1. Calidad de vida como la interacción de las necesidades humanas y la percepción subjetiva de su cumplimiento, mediado por las oportunidades disponibles para satisfacer las necesidades	72
Diagrama 2. El modelo conceptual de calidad de vida universitaria	77

Diagrama 3.	Carácter global y central de la reforma de la R.S. en la universidad	100
Diagrama 4.	Carácter global y central de la reforma de la R.S. en la universidad	101
Diagrama 5.	Un modelo de RSU	103
Diagrama 6.	Los conceptos de calidad en la educación de Harvey y Green en un espacio bidimensional	105
Diagrama 7.	Estructura del estado de ánimo de Robín y Judge en un espacio bidimensional.	108
Diagrama 8.	Interacción entre factores asociados al rendimiento académico	140

Índice de mapas

Mapa 1.	Matricula municipal de licenciaturas públicas en Michoacán, Ciclo 2020-2021.	61
----------------	--	-----------

Abreviaturas

ABP	Aprendizaje Basado en Proyectos.
ACNUDH	Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Derechos Humanos.
ACNUR	Agencia de la ONU para los refugiados.
AEDIDH	Asociación Española para el Desarrollo y la Aplicación del Derecho Internacional de los Derechos Humanos.
AGNU	Asamblea General de las Naciones Unidas.
ALADI	Asociación Latinoamericana de Integración.
ALPES	Alianza para la Educación.
ANUIES	Asociación Nacional de Universidades e Instituciones de Educación Superior de la República Mexicana A.C.
ANUT	Asociación Nacional de Universidades Tecnológicas, A.C.
APEC	Foro de Cooperación Económica Asia-Pacífico.
APPRI	Acuerdo para la promoción y Protección Recíproca de las Inversiones.
ASF	Auditoría Superior de la Federación.
ASOPATIA	Asociación Supra Departamental de Municipios del Alto Patia.
AUSJAL	Asociación de Universidades Confiadas a la Compañía de Jesús.
BANXICO	Banco de México.
BBVA	Banco Bilbao Vizcaya Argentaria.
BID	Banco Interamericano de Desarrollo.
BM	Banco Mundial.
CAPUFE	Caminos y Puentes Federales.
CDHDF	Comisión de Derechos Humanos del Distrito Federal.
CDMX	Ciudad de México.
CDSS	Comisión de Determinantes Sociales de la Salud.
CE	Comisión Europea.
CEC	Centro de Educación Continua Unidad Morelia.

CEMRO	Centro Educativo Multidisciplinario en Rehabilitación Oral.
CENEVAL	Centro Nacional de Evaluación para la Educación Superior, A.C.
CEP	Centro de Estudios en Estomatología.
CEPAL	Comisión Económica para América Latina.
CEPECO	Centro de Estudios de Posgrado y Educación Continua en Odontología.
CETI	Centro de Enseñanza Técnica Industrial.
CIC	Coordinación de Investigación Científica.
CIDE	Centro de Investigación y Docencia Económicas, A.C.
CIEES	Comités Interinstitucionales para la Evaluación de la Educación Superior, A.C.
CIIP	Centro de intervención Pedagógica.
CIO	Centro de Investigaciones de Óptica, A.C.
COE	<i>Concil of Europe.</i>
COFECE	Comisión Federal de Competencia Económica.
COLMEX	Colegio de México.
CONADE	Comisión Nacional de Cultura Física y Deporte.
COLMICH	Colegio de Michoacán, A.C.
CONAHCYT	Consejo Nacional de Humanidades, Ciencias y Tecnologías.
CONALITEG	Comisión Nacional de Libros de Texto Gratuitos.
CONAPO	Consejo Nacional de Población.
CONASAMI	Comisión Nacional de Salarios Mínimos.
CONDDE	Consejo Nacional del Deporte de la Educación.
CONEVAL	Consejo Nacional de Evaluación de la Política de Desarrollo Social.
CONSORNOC	Corporación Nueva Sociedad Región Nororiental Colombiana.
COPAES	Consejo para la Acreditación de la Educación Superior, A.C.
CPEUM	Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos.
CRUCO	Centro Regional Universitario del Occidente.
CRIC	Consejo Regional Indígena del Cauca.
CSEE	Comité de Sistema Estadístico Europeo.

CUAED	Coordinación de Universidad Abierta y Educación a Distancia.
CWUR	<i>Center for World University Rankings.</i>
DGAIR	Dirección General de Acreditación, Incorporación y Revalidación.
DGDH	General de Derechos Humanos y Democracia.
DGEP	Dirección General de Evaluación de Políticas.
DGESPE	Dirección General de Educación Superior Para Profesionales de la Educación.
DGESU	Dirección General de Educación Superior Universitaria.
DGP	Dirección General de Profesiones.
DGPPyEE	Dirección General de Planeación, Programación y Estadística Educativa.
DNP	Departamento Nacional de Planeación.
DS	Desviación Estándar.
EEES	Espacio Europeo de Educación Superior.
EE. UU	Estados Unidos de América.
ENCO	Encuesta Nacional sobre Confianza del Consumidor.
EPCO	Escuela de Posgrados y Capacitación en Odontología.
ETPPMA	Escuela Técnica de Partería Profesional de Mujeres Aliadas.
EUM	Estados Unidos Mexicanos.
EUROSTAT	Oficina Europea Estadística.
EXANI-II	Examen Nacional de Ingreso a la Educación Superior.
EXAUM-II	Examen de Ingreso a la Universidad Michoacana nivel Licenciatura.
ExCECUM	Explorador del Estudio Comparativo de Universidades Mexicanas.
FAO	Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura.
FIMPES	Federación de Instituciones Mexicanas Particulares de Educación Superior.
FF. AA	Fuerzas Armadas.

HHS	Health and Human Services.
ICESM	Instituto de Ciencias y Estudios Superiores de Michoacán.
ICIC	Instituto de Capacitación de la Industria de la Construcción.
ICSD-2	Clasificación Internacional de Trastornos del Sueño.
ICV	Índice de Calidad de Vida.
IDCC	Instituto Doctor Carlos Coqui.
IDH	Índice de Desarrollo Humano.
IE	Inteligencia Emocional.
IES	Instituciones de Educación Superior.
IMC	Índice de Masa Corporal.
IMCED	Instituto Michoacano de Ciencias de la Educación José María Morelos.
IMSS	Instituto Mexicano del Seguro Social
INAI	Instituto Nacional de Transparencia, Acceso a la Información y Protección de Datos Personales.
INE ESPAÑA	Instituto Nacional de Estadística España.
INEE	Instituto Nacional para la Evaluación de la Educación.
INEGI	Instituto Nacional de Estadística y Geografía.
INSABI	Instituto de Salud para el Bienestar.
IP	Índice de Paz.
IPN	Instituto Politécnico Nacional.
INCMNSZ	Instituto Nacional de Ciencias Médicas y Nutrición Salvador Zabirán.
ISSFAM	Instituto de Seguridad Social para las Fuerzas Armadas Mexicanas.
ISSSTE	Instituto de Seguridad y Servicios Sociales para los Trabajadores del Estado.
ITA	Instituto Tecnológico de Aguascalientes.
ITC	Instituto Tecnológico de Celaya.
ITCG	Instituto Tecnológico de Ciudad Guzmán.
ITCO	Instituto Tecnológico de Colima.

ITESI	Instituto Tecnológico Superior de Irapuato.
ITESO	Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de Occidente, A.C.
ITESM	Instituto Tecnológico de Estudios Superiores de Monterrey.
ITJ	Instituto Tecnológico de Jiquilpan.
ITL	Instituto Tecnológico de León.
ITLAPIEDAD	Instituto Tecnológico de La Piedad.
ITMO	Instituto Tecnológico de Morelia.
ITRoque	Instituto Tecnológico de Roque.
ITTEPIC	Instituto Tecnológico de Tepic.
ITZitácuaro	Instituto Tecnológico de Zitácuaro.
I&D	Investigación y Desarrollo.
LGE	Ley General de Educación.
MIDE	Museo Interactivo de Economía.
MUCD	México Unido Contra la Delincuencia.
OCDE	Organización para la Cooperación y Desarrollo Económico.
ODM	Objetivos de Desarrollo del Milenio.
OHCHR	Oficina del Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Derechos Humanos.
OMC	Organización Mundial de Comercio.
OMS	Organización Mundial de la Salud.
OMT	Organización Mundial de Turismo.
ONG	Organizaciones No Gubernamentales.
ONU	Organización de las Naciones Unidas.
OPS	Organización Panamericana de la Salud.
OSC	Organizaciones de la Sociedad Civil.
PEMEX	Petróleos Mexicanos.
PIB	Producto Interno Bruto.
PISU	Programa Integral de Seguridad Universitaria.
PNPC	Programa Nacional de Posgrados de Calidad.
PNUD	Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo.

PRODEPAZ	Programa Desarrollo para la Paz.
PRONACES	Programas Nacionales Estratégicos.
PSFM	Penetración, Segmentación, Fragmentación y Marginalización.
RAE	Real Academia de la Lengua.
REDUI	Red de Universidades Interculturales.
RS	Responsabilidad Social.
RSU	Responsabilidad Social Universitaria.
SCJN	Suprema Corte de Justicia de la Nación.
SE	Secretaría de Economía.
SECTUR	Secretaría de Turismo.
SEGOB	Secretaría de Gobernación.
SEMAR	Secretaría de Marina.
SEMS	Subsecretaría de Educación Media Superior.
SEN	Sistema Educativo Nacional.
SEP	Secretaría de Educación Pública.
SES	Subsecretaría de Educación Superior.
SGM	Segunda Guerra Mundial.
SHCP	Secretaría de Hacienda y Crédito Público.
SIC	Sistema de Información Cultural.
SIIES	Sistema Integrado de Información de la Educación Superior.
SNG	Sistema Nervioso Central.
SNI	Sistema Nacional de Investigadores.
SNII	Sistema Nacional de Investigadoras e Investigadores.
SNP	Sistema Nacional de Posgrados.
SNTE	Sindicato Nacional de Trabajadores de la Educación.
SPSS	<i>Statistical Package for the Social Sciences.</i>
SRE	Secretaría de Relaciones Exteriores.
SSA	Secretaría de Salud.
SUBDERE	Subsecretaría de Desarrollo Regional y Administrativo.
TEA	Trastorno del Estado de Ánimo.
TIC	Tecnologías de la Información y Comunicación.

TLC	Tratado de Libre Comercio.
TSU	Técnico Superior Universitario.
UAA	Universidad Autónoma de Aguascalientes.
UAAAN	Universidad Autónoma Agraria Antonio Narro.
UAM	Universidad Autónoma Metropolitana.
UAG	Universidad Autónoma de Guadalajara.
UAQ	Universidad Autónoma de Querétaro.
UACH	Universidad Autónoma de Chapingo.
UAN	Universidad Autónoma de Nayarit.
UBA	Universidad de Buenos Aires.
UCEMICH	Universidad de la Ciénega de Michoacán de Ocampo.
UCOL	Universidad de Colima.
UDEC	Universidad de Celaya.
UDEM	Universidad de Morelia.
UDG	Universidad de Guadalajara.
UAEM	Universidad Autónoma del Estado de México.
UMICH	Universidad Michoacana.
UGTO	Universidad de Guanajuato.
UMED	Universidad Mexicana de Educación a Distancia.
UMSNH	Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo.
UNADM	Universidad Abierta y a Distancia de México.
UNAM	Universidad Nacional Autónoma de México.
UNESCO	<i>United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization.</i>
UNICEF	Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia.
UNICEPES	Universidad Centro Panamericano de Estudios Superiores.
UNICLA	Universidad Contemporánea de las Américas.
UNIVA	Universidad del Valle de Atemajac.
UNIVIM	Universidad Virtual de Michoacán.
UPA	Universidad Politécnica de Aguascalientes.
UPN	Universidad Pedagógica Nacional.
USJIC	Instituto Sor Juana Inés de la Cruz.

UTAgS	Universidad Tecnológica de Aguascalientes
UTJ	Universidad Tecnológica de Jalisco.
UTLeón	Universidad Tecnológica de León.
UTM	Universidad Tecnológica de Morelia.
UTOM	Universidad Tecnológica de Oriente de Michoacán.
UTNA	Universidad Tecnológica de Norte de Aguascalientes.
UTSOE	Universidad Tecnológica del Suroeste de Guanajuato.
UVEG	Universidad Virtual de Guanajuato.
μ	Media.

Glosario

Acuerdos: Resolución que se toma en los tribunales, sociedades, comunidades u otros órganos (Real Academia de la Lengua [RAE], 2023).

Acuerdos de Alcance Parcial: Son aquellos acuerdos que refieren únicamente a las concesiones otorgadas a determinados miembros de un Tratado o Convención, y que por tanto no alcanzan a la totalidad de signatarios del dicho Tratado, los que se pueden incorporar al mismo, únicamente por adhesión. Acuerdo del que participan apenas algunos de los países miembros de la Asociación Latinoamericana de Integración (ALADI), sin perjuicio de que se encuentra abierto a la adhesión del resto de los países miembros (Dirección Nacional de Aduanas, 2024).

Ambulatoria: Dicho de una forma de enfermedad o de un tratamiento: Que no obliga a permanecer en un centro hospitalario (RAE, 2023).

Bienes Relacionales: Acciones de relación humana desinteresada y por motivación intrínseca que producen bienestar. Estas relaciones pueden ser fuente de felicidad al generar experiencias afectivas positivas (amor, correspondencia de sentimientos, apoyo emocional, afecto, apoyo de crianza) (Rojas, 2009 citando a Sugden, 2005; Phelps, 2005).

Bioética: Estudio sistemático de la conducta humana en el área de las ciencias de la vida y del cuidado de la salud, en cuanto que dicha conducta es examinada a la luz de los valores y de los principios morales (Reich, 1978 citado por Contreras, 2005).

Competencia Económica: Es la rivalidad entre empresas que participan en un mercado aplicando sus mejores estrategias de manera que pueden minimizar sus costos, maximizar sus ganancias y así mantenerse activas e innovadoras frente a

otras empresas rivales (Comisión Federal de Competencia Económica [COFECE], 2018).

Diacrónica: Dicho de un fenómeno: Que ocurre a lo largo del tiempo, por oposición a sincrónico (RAE, 2023).

Episodio Hipomaniaco: Un episodio hipomaniaco se define como un período delimitado durante el cual hay un estado de ánimo anormal y persistentemente elevado, expansivo o irritable que dura al menos 4 días. Este período de estado de ánimo anormal debe ir acompañado por al menos otros tres síntomas de una lista que incluye aumento de la autoestima o grandiosidad (no delirante), disminución de la necesidad de dormir, lenguaje verborreico, fuga de ideas, distraibilidad, aumento de las actividades intencionadas o agitación psicomotora e implicación excesiva en actividades placenteras con un alto potencial para producir consecuencias graves. Si el estado de ánimo es irritable (en lugar de elevado o expansivo), debe haber al menos cuatro de los síntomas anteriores. La lista de síntomas adicionales es idéntica a la que define un episodio maniaco excepto en que no puede haber ideas delirantes y alucinaciones (Asociación Mentes Abiertas, 2020 citando a Vázquez y Sanz, 1995).

Esperanza de vida: Número de años que en promedio se espera que viva una persona después de nacer. Una esperanza de vida alta indica un mejor desarrollo económico y social en la población (Instituto Nacional de Estadística y Geografía [INEGI], 2016).

Morbilidad: Número de personas que enferman en una población y período determinados (RAE, 2023).

Teoría del Aprendizaje Significativo: Plantea Ausubel que el aprendizaje del alumno depende de la estructura cognitiva previa que relaciona con la nueva información y se entiende por “estructura cognitiva”, al conjunto de conceptos,

ideas con los que cuenta el individuo de un campo del conocimiento (Ausubel *et al.*, 1983).

Transdisciplinario: que abarca varias disciplinas en forma transversal y que está por sobre todas éstas. Su ámbito de acción es superior al de cada una de las disciplinas (Azocar, 2013).

Trastorno de tipo somático: “Se caracteriza por múltiples síntomas físicos persistentes que están asociados con pensamientos, sentimientos y comportamientos excesivos e inadaptados relacionados con esos síntomas. Los síntomas no se producen o simulan intencionadamente y pueden acompañar o no a una enfermedad médica conocida. El diagnóstico se basa en antecedentes del paciente y ocasionalmente de su familia. El tratamiento se centra en el establecimiento de una relación consistente de apoyo entre el médico y el paciente que evite la exposición del paciente a estudios diagnósticos y tratamientos innecesarios” (Dimsdale, 2019, pp. 1-7).

Resumen

La presente investigación permitió comprender la importancia que tiene la paz en la calidad de vida de los estudiantes de licenciatura de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo (UMSNH). Para poder determinarla se establecieron los componentes más relevantes asociados a la paz y calidad de vida de la comunidad universitaria, lo que permitió establecer la metodología de trabajo la cual fue de enfoque mixto (cualitativo y cuantitativo) con alcances de tipo descriptivo, correlacional y explicativo; y un diseño no experimental y transversal, utilizando como técnica de investigación la encuesta, lo que ayudó en la obtención de información al respecto, por medio de un cuestionario de sesenta y cinco ítems que contestaron los estudiantes en el año 2020-2022. Se consideraron las variables dependiente calidad de vida y la independiente paz y cinco dimensiones: estado de ánimo, salud y actividad física; satisfacción en las tareas; satisfacción con las interacciones libres y fundamentales; inteligencia emocional (IE) y competencias emocionales fundamentales (CEF); y doce indicadores: percepción del estado de salud y actividad física, percepción del estado de ánimo, satisfacción en las tareas del hogar, satisfacción en las tareas de los cursos, satisfacción con las actividades de tiempo libre, satisfacción general en la interacción, percepción de la conectividad, percepción de la adaptabilidad, percepción de la vulnerabilidad, conexión, conflicto y organización, para poder finalmente hacer el análisis e interpretación de los resultados y las conclusiones y la propuesta de investigación. Lo que permite concluir que la variable independiente paz incide de manera determinante en la calidad de vida en estudiantes de licenciatura de la UMSNH.

Palabras clave: Paz, calidad de vida, desarrollo, estudiantes, educación superior.

Abstract

The current research, allows to understand the relevance of the quality of life and peace of bachelor's degree students of Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo. In order to define it were established the most relevance components associated with the quality of life and peace of the university community, which allowed establish the working methodology which was a mixed approach (qualitative and quantitative) with descriptive, correlative and explanatory scope and a design non-experimental and transversal, and was used the survey as research technique, to get information about it by means of a questionnaire of sixty-five items which replied the students in 2020-2022. Were considered two variables: the dependent variable was the quality of life and the independent variable was the peace; five dimensions: mood, health and physical activity, satisfaction in homework, satisfaction with the fundamental and free interactions, emotional intelligence and emotional and fundamental skills; and twelve indicators: perception about health condition and physical activity, perception about mood, satisfaction about housework, satisfaction about course assignments, satisfaction with free time activities, satisfaction in general with the interaction, perception of connectivity, perception of adaptability, perception of vulnerability, connection, conflict and organization, whereby allowed to do the analysis and interpretation of results and the conclusions and research proposal. Which allows concluding that the independent variable peace has a decisive impact on the dependent variable quality of life of bachelor's degree students of UMSNH.

Key words: Peace, quality of life, development, students, higher education.

Introducción

Para hablar de paz como una necesidad, es fundamental voltear a ver el tema de la violencia, la cual está presente en el mundo desde hace muchos siglos, y que día a día quita la intranquilidad de los individuos y de la sociedad, tema que le repercute a la sociedad civil, las instituciones y los gobiernos y por lo cual algunas instancias internacionales han estado trabajando con el deseo de que exista justicia, equidad, respeto, libertad, salud física y emocional, satisfacción, etc., para que los ciudadanos se sientan en paz y que cuenten con calidad de vida.

La presente investigación tiene como base el desarrollo local universitario, dirigido hacia la prevención de la violencia y de enfermedades físicas y emocionales que lleguen a desencadenar en desafortunadas situaciones como depresión, estrés, diabetes, deserción escolar, conflictos escolares o familiares, entre otros, por lo tanto, es necesario trabajar en una cultura de la paz donde la universidad cuente con una responsabilidad social universitaria.

Por supuesto que el tema de paz y calidad de vida es un tema que comprende mucho, así por el tiempo y recursos es necesario limitarse a nivel local, con un espacio de dos años. Por lo tanto, se pretende conocer e identificar cuáles son las principales variables que inciden en el nivel de paz y calidad de vida en estudiantes de licenciatura de la UMSNH.

Estos datos se obtienen por medio de información estadística de importantes fuentes como el Explorador del Estudio Comparativo de Universidades Mexicanas (EXECUM) o la Asociación Nacional de Universidades e Instituciones de Educación Superior de la República Mexicana, A.C. (ANUIES), entre otras, que determinan que la universidad cuenta con la mayor matrícula de licenciatura en Morelia que son 38,790 estudiantes universitarios y también a través de encuestas de opinión realizadas de manera presencial- virtual en el periodo 2020-2022 a través de un cuestionario a 374 estudiantes, la muestra fue obtenida de un procedimiento de muestreo probabilístico de tipo estratificado proporcional. En esta investigación se utilizó el método científico inductivo-deductivo, además

cuenta con un alcance de investigación descriptiva, correlacional y explicativa, con un diseño de investigación no experimental transversal y un enfoque de investigación mixto.

Esto con el fin de comprobar la hipótesis de que la inteligencia emocional y las competencias emocionales fundamentales, inciden en los componentes estado de ánimo, la salud y actividad física, satisfacción en las tareas y satisfacción con las interacciones libres y fundamentales que tienen que ver con la calidad de vida de los estudiantes de licenciatura de la UMSNH.

La presente entrega consta de cuatro partes, diez capítulos, referencias bibliográficas, conclusiones, futuras líneas de investigación y anexos. La primera parte es la de los Fundamentos de la Investigación, la segunda es la del Marco Referencial, la tercera es la del Marco Teórico y la cuarta es la del Marco Metodológico.

En la primera parte se presentan los “FUNDAMENTOS DE LA INVESTIGACIÓN”. En primer lugar se menciona la situación del problema, después el planteamiento del problema y finalmente se describen las preguntas, los objetivos, las hipótesis, las variables, la viabilidad y la justificación.

La segunda parte, que constituye el Marco Referencial, se divide en 2 capítulos.

En el capítulo 1 “DATOS EDUCATIVOS A NIVEL NACIONAL, ESTATAL, REGIONAL Y LOCAL” se presentan la educación a nivel país, educación superior de la región y educación superior en el estado de Michoacán de Ocampo.

En el capítulo 2 “DATOS Y DESCRIPCIÓN ACERCA DE LA UNIVERSIDAD MICHOACANA DE SAN NICOLÁS DE HIDALGO” se habla acerca de su historia, misión, visión, función, escudo, organigrama, normatividad, programas académicos, servicios y estudiantes.

La tercera parte, que constituye el Marco Teórico se divide en cinco capítulos. En el capítulo 3 “CALIDAD DE VIDA” se presenta el concepto de calidad de vida, la calidad de vida en el estudiante universitario y la calidad de vida y su relación con el desarrollo.

En el capítulo 4 “CALIDAD DE VIDA Y PAZ” se presenta la definición de paz, de la cultura de la paz, la paz y su relación con la calidad de vida y la educación para la paz.

En el capítulo 5 “CALIDAD DE LA EDUCACIÓN Y RESPONSABILIDAD SOCIAL” se habla acerca de la Responsabilidad Social y la Calidad en la Educación.

En el capítulo 6 “COMPONENTES DE LA CALIDAD DE VIDA EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS” se presenta la calidad de vida y el estado de ánimo, salud y actividad física; la calidad de vida y satisfacción de las tareas; la calidad de vida e inteligencia emocional; y la calidad de vida y competencias emocionales fundamentales.

En el capítulo 7 “PAZ, CALIDAD DE VIDA Y DESARROLLO LOCAL” se presenta importancia y la relación que tienen la paz y calidad de vida con el desarrollo local.

En el capítulo 8 “TEORÍAS QUE EXPLICAR SU RELACIÓN CON LA PAZ Y LA CALIDAD DE VIDA”, se presenta la relación que tienen algunas teorías con la paz y la calidad de vida.

La cuarta parte tiene como finalidad la presentación del Marco Metodológico. En el capítulo 9 “PROPUESTA METODOLÓGICA DE LA INVESTIGACIÓN” se hace mención del método que se ha de utilizar, los horizontes, la viabilidad y finalmente el alcance y el enfoque de la investigación.

En el capítulo 10 “ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS”, se presentan el instrumento utilizado, su fiabilidad, su análisis estadístico y las pruebas estadísticas, las conclusiones y la propuesta de investigación.

En el capítulo 11 “DISCUSIÓN DE RESULTADOS Y PROPUESTA DE SOLUCIÓN”, se presenta la interpretación del significado de los resultados.

Parte I. Fundamentos de investigación

Esta parte tiene como finalidad la presentación de los fundamentos de la investigación. En primer lugar se menciona la situación del problema, después el planteamiento del problema y finalmente se describen las preguntas, los objetivos, las hipótesis, las variables, la viabilidad y la metodología de la investigación.

1.1. Descripción del problema

La paz y la calidad de vida son importantes en el estudiante universitario, debido principalmente a que se encuentra en formación como persona ciudadano y profesional que está comprometido con los demás, así su educación no debe de ir orientada solamente a las cuestiones cognitivas, sino además a la dignidad, la igualdad, la justicia y la responsabilidad para que exista un desarrollo sostenible y del fortalecimiento de la equidad y el respeto por los otros (Hernández *et al.*, 2020). Para que los estudiantes cuenten –y generen- calidad de vida y paz es preciso comprender sus necesidades, ayudarles en la búsqueda de su satisfacción desde la tareas del hogar y del curso, hasta las de interacción y tiempo libre y la evaluación de los programas, para de esa manera –si es necesario- planificar y reformular políticas públicas¹ dentro de la institución en relación con la calidad de vida y la paz de los estudiantes de la UMSNH.

La calidad de vida y la paz en este caso consideran los componentes: estado de ánimo, salud y actividad física; satisfacción en las tareas; satisfacción con las interacciones libres y fundamentales; IE y CEF para que eso sea posible en el estudiante universitario de la UMSNH.

1.2. Planteamiento del problema

La paz y la calidad de vida son importantes en todos los niveles, a nivel internacional la Organización de las Naciones Unidas (ONU) ha estado promoviendo sociedades más justas, pacíficas e inclusivas, esto debido a los conflictos, la inseguridad e instituciones débiles, además de un acceso limitado a la justicia que ponen en peligro el desarrollo sostenible, pues cada año huyen millones de personas a causa de las guerras y conflictos presentes en sus países

¹ De acuerdo con Ruiz y Cadenas (S.f.), las políticas públicas son: “la acción emitida por el gobierno, que busca como dar respuesta a las diversas demandas de la sociedad”.

o comunidades, lo que provoca también asesinatos y desapariciones forzadas de quienes alzan la voz como lo son periodistas, defensores de los derechos humanos, etc. Así, en el objetivo 16 de la agenda 2030 para el desarrollo sostenible se establecen metas que ayuden a que exista una mayor paz en las sociedades del mundo, lo que desde luego aporta a la calidad de vida de las mismas. Entre las metas que más destacan son: el reducir significativamente y poner fin a todas las formas de violencia; garantizar la igualdad de acceso a la justicia para todos; crear instituciones eficaces y transparentes que adopten decisiones inclusivas, participativas y representativas que respondan a las necesidades en todos los niveles; proteger las libertades fundamentales; y promover y aplicar leyes y políticas no discriminatorias a favor del desarrollo sostenible (ONU, 2022).

Es importante entonces que exista la paz, la justicia e instituciones más sólidas para que los ciudadanos del mundo no tengan que temer por situaciones de violencia y para que puedan sentirse seguros no importando su origen étnico, religión u orientación sexual, así que es fundamental que el gobierno, la sociedad civil, las instituciones y las comunidades trabajen juntos para lograrlo. Si no se trabaja en ello la inseguridad y la violencia seguirán teniendo un efecto destructivo en el desarrollo del país o comunidad, que afecta en la parte económica (ONU, 2022), de salud, de las interacciones libres y en el estado de ánimo de las personas.

La calidad de vida sin duda tienen que ver con el estado de ánimo del individuo, pues influye en que si se siente capaz de cuidar de sí mismo, tranquilo, satisfecho, descansado, relajado, etc. (Fernández-Ballesteros, 2003); con la salud, si tiene buena coordinación, si su memoria funciona bien, si duerme lo suficiente, etc. (Miró *et al.*, 2005); si se siente satisfecho al realizar actividad física (Marín, 2014.); si siente satisfecho al momento de realizar sus actividades escolares, del hogar, de tiempo libre y de ocio y al relacionarse con familia, amigos o vecinos (Durán, 2010), esto desde luego también tiene que ver con la paz, pues el ambiente y la libertad para realizarlas son fundamentales, incluso para el desarrollo de su

inteligencia emocional y el desarrollo de competencias emocionales. En un ambiente de violencia, conflicto, salud limitada, es difícil que en el individuo se desarrollen sus habilidades emocionales adecuadamente, que tenga la libertad de descansar, de hacer actividad física, de convivir con los demás, de realizar sus actividades escolares, de salir a comprar lo necesario para el hogar, así que paz y calidad de vida inciden en el buen funcionamiento y desarrollo del individuo y de la sociedad.

Los universitarios al ser ciudadanos del mundo son susceptibles a la violencia, sobre todo porque la universidad es un reflejo de lo que sucede en la sociedad, hay un problema aún más grande, el hecho de que los estudiantes no cuentan con suficiente información acerca de las instancias hacia las cuales dirigirse en caso de situaciones de violencia o de vulnerabilidad (Ortiz, 2020), asimismo hay una falta de difusión por parte de muchas universidades acerca de los espacios para realizar actividad física, para recurrir a apoyo psicológico y emocional, acceder a servicios de becas y de apoyo a sus economía, alimentación y/o vivienda, entre otros, por lo tanto, es fundamental que sepan a quién recurrir y que se les incorpore una cultura de la prevención (<https://www.umich.mx/documentos/Normatividad/>, consultado el 26 de agosto del 2023) pues es necesario desarrollar en los estudiantes las competencias y habilidades emocionales para afrontar y denunciar situaciones que los hagan sentir incómodos, transgredidos, inseguros o vulnerados.

La UMSNH en su caso cuenta con diferentes espacios y servicios: para la salud mental, emocional y física, el departamento de tutorías apoya en situaciones como la reprobación, bajo rendimiento, rezago y deserción (<http://bios.biologia.umich.mx/tutorias.html>, consultado el 31 de agosto del 2023), asimismo la facultad de psicología ofrece servicios en relación con cuestiones sociales, educativas, laborales y clínicas (Centro de intervención Pedagógica [CIIP], 2022); para la actividad física la universidad tiene canchas y se forman equipos de fútbol, basquetbol, voleibol, tiro con arco, entre otros, los cuales han llegado a participar en la Universiada Nacional

(<https://www.universitasm.com/2022/05/umsnh-rumbo-a-la-universiada-nacional-condde-2022-en-chihuahua/>, consultado el 30 de agosto del 2023); con respecto a las cuestiones de tiempo libre, hay servicios como los que ofrece la Secretaría de Difusión Cultural y Extensión Universitaria, en cuanto a la satisfacción de las tareas tanto del hogar como de la escuela, se cuenta con servicios de alojamiento, comida, becas, biblioteca y correo institucional con servicios de google (meet, drive, calendar, hoja de cálculo, etc.), para sentirse seguros cuentan con la Defensoría para los Derechos Humanos de los universitarios, además de que existe un protocolo para la prevención, actuación y erradicación de la violencia.

Con todo lo anterior parece que el panorama es positivo con respecto a la calidad de vida y paz de los estudiantes de la UMSNH, sin embargo los estudiantes no cuentan con la información acerca de los servicios y espacios universitarios, posiblemente por la falta de difusión, falta de interés por parte de los estudiantes o por falta de vías para informarse, incluso en sus mismas facultades. Es importante que se acerquen a estos espacios y estén informados, debido a que la violencia no solamente afecta al estudiante desde el ámbito académico, sino a distintos aspectos de su vida, limitando sus capacidades y derechos (Comisión de Derechos Humanos del Distrito Federal [CDHDF], 2011).

La universidad debe de ser un lugar que les ayude en la prevención de esa violencia y estar a favor de promocionar la cultura de la paz, brindando a los docentes, estudiantes y a los que forman parte de la universidad herramientas que les hagan reflexionar sobre los tipos de violencia, desde insultos hasta burlas, descalificaciones y agresiones, que pueden incluso parecer inofensivas pero que alcanzan a dejar heridas o trastornos en el estudiante, impidiendo su desarrollo (CDHDF, 2011), la educación para la paz es una propuesta que permite conferir respeto por los derechos y la autonomía de los estudiantes universitarios y para que funcione como herramienta transformadora es necesario contar con políticas públicas de donde apoyarse (Paz y Díaz, 2018), pues la educación para la paz y los derechos humanos no son considerados como parte importante de los contenidos del sistema formal (Cabezudo, 2003).

Una vez planteada la problemática, es que surgen las preguntas, objetivos e hipótesis de investigación.

1.3. Preguntas de Investigación

1.3.1. Pregunta general

1. ¿Los componentes de la paz inciden en la calidad de vida de los estudiantes de licenciatura de la UMSNH?

1.3.1.1. Preguntas específicas

1. ¿La inteligencia emocional para la paz incide en los componentes de la calidad de vida de los estudiantes de licenciatura de la UMSNH?
2. ¿Las competencias emocionales fundamentales para la paz inciden en los componentes de calidad de vida de los estudiantes de licenciatura de la UMSNH?

1.4. Objetivos de investigación

1.4.1 Objetivo General

1. Conocer si los componentes de la paz inciden en la calidad de vida de los estudiantes de licenciatura de la UMSNH.

1.4.1.1. Objetivos específicos

1. Identificar si la inteligencia emocional para la paz incide en los componentes de la calidad de vida de los estudiantes de licenciatura de la UMSNH.
2. Identificar si las competencias emocionales fundamentales para la paz inciden en los componentes de la calidad de vida en estudiantes de licenciatura de la UMSNH.

1.5. Hipótesis de la investigación

1.5.1. Hipótesis general

1. Los componentes de la paz inciden en la calidad de vida de los estudiantes de licenciatura de la UMSNH.

1.5.1.1. Hipótesis específicas

1. La inteligencia emocional para la paz incide en los componentes de calidad de vida de los estudiantes de licenciatura de la UMSNH.
2. Las competencias emocionales fundamentales para la paz inciden en los componentes de la calidad de vida en los estudiantes de licenciatura de la UMSNH.

1.6. Identificación de variables

1.6.1. Variable dependiente

1. Calidad de vida.

1.6.2. Variable independiente

1. Paz

1.7. Justificación

La presente investigación es relevante debido a que trabaja en favor del conocimiento científico, asimismo es conveniente porque aporta una solución que ayuda a que esté presente la paz y calidad de vida en estudiantes de licenciatura de la UMSNH, además de que contribuye en la toma de decisiones en factores como estado de ánimo, salud y actividad física; satisfacción en las tareas;

satisfacción con las interacciones libres y fundamentales; inteligencia emocional; y competencias emocionales fundamentales en respuesta a dichas necesidades.

Los principales beneficiados han de ser los estudiantes, pues la educación superior es la encargada de la formación de los profesionales, que en algún momento serán parte de la toma de decisiones de las dependencias gubernamentales y empresariales (Paz y Díaz, 2018) y los profesores son quienes se encargaran de esa formación, pero también se ha de beneficiar a la comunidad en general ya que no solo se pretende mejorar la calidad laboral y educativa, sino forjar mejores ciudadanos, que no sean violentos, que generen un ambiente distinto en la sociedad por medio de capacidades y habilidades dadas desde las aulas universitarias con prácticas desarrolladas durante el tiempo de vida estudiantil del alumno (Paz y Díaz, 2018).

Esta investigación puede ayudar a resolver problemas reales² con el fin de integrar a todos los que pertenecen a la comunidad universitaria, sin hacer algún tipo de diferencia, incentivando la pluralidad de manera eficaz y creando conciencia en todos de que sus acciones influyen en su propio contexto universitario (Merino, 2012).

Finalmente, este trabajo de investigación servirá para futuras investigaciones relacionadas con el tema, ya sea para obtener información de ella o para poder ser replicada en otras universidades, pues está presente con dos de los diez andamiajes que ofrecen los Programas Nacionales Estratégicos (PRONACES) que son fundamentales para el Consejo Nacional de Humanidades, Ciencias y Tecnologías (CONAHCYT), los cuales son la educación y la seguridad humana, dichos programas son parte importante de las comunidades académicas y tecnológicas las cuales están dispuestas a lograr una colaboración estrecha con la población para la consecución de dichas prioridades. De acuerdo con

² De acuerdo con Merino (citado por Paz y Díaz, 2018), al dar participación abierta a los estudiantes, en la creación de democracia activa, se logran integrar razonamientos y acciones comunitarias, en las que aparecen conceptos como el diálogo, la reflexión crítica y la cooperación.

CONAHCYT, los PRONACES “representan un cambio de paradigma en la manera de hacer investigación y desarrollo (I&D)”³ Entonces, el objetivo de CONAHCYT es dar impulso a una I&D que cuente con fuertes contenidos humanos y que contribuya de manera importante en la eliminación de los obstáculos que no permiten establecer un nuevo modelo de cooperación entre los componentes de la sociedad y que no están enfocados de una forma adecuada para en el bien común y la justicia socio-ambiental. Dicha eliminación de obstáculos será apoyada a través de comunidades bien organizadas, agentes ciudadanos, empresas y por supuesto los miembros de la comunidad académica diseñando y pensando de manera adecuada investigaciones que ayuden a llevar a cabo una transformación donde se garantice la seguridad pública, la paz social y la sustentabilidad ambiental (consultado el 31 de diciembre del 2023 en <https://goo.su/beXQcE>).

En los fundamentos de investigación se muestra el soporte de estudio del que es motivo de esta investigación, en el que se han planteado el problema de investigación, preguntas de investigación, objetivos de investigación, hipótesis y justificación. A continuación, en el capítulo 1 “Datos educativos a nivel nacional, estatal, regional y local”, se establece el Marco Referencial, que abarca información de la educación a nivel país y la educación superior a nivel región y del estado de Michoacán.

³ La I&D está orientada a “motivar la cooperación entre los cuatro componentes fundamentales de las sociedades modernas que son el Estado, las comunidades sociales, los agentes ciudadanos y los mercados” con el fin de “crear capacidades científicas y técnicas dedicadas a formar cadenas de valor e innovación empresarial y un medio institucional orientado a acrecentar la eficiencia y ganancias de la actividad empresarial” (consultado el 31 de diciembre del 2023 en <https://goo.su/beXQcE>).

Parte II

Marco referencial

Esta parte tiene como finalidad la presentación del Marco Referencial. En primer lugar se mencionan los datos más relevantes de la educación a nivel país, después la educación superior en el país, a nivel superior de la región Centro-Occidente, en el estado de Michoacán de Ocampo y terminando con los datos de la UMSNH y el universo de estudio que son sus estudiantes.

Capítulo I

Datos educativos a nivel nacional, estatal, regional y local

1.1. Educación a nivel país

Se comienza describiendo los datos más importantes de la nación y de su relación con la educación en general, para continuar con información de la educación superior en el país y después enfocarla hacia la educación a nivel región, del estado de Michoacán y la UMSNH.

1.1.1. Datos del país

México fue fundado en el año de 1325 (de acuerdo con algunos historiadores) en el lago de Texcoco (lago de luna) por los aztecas, por lo que el origen de su nombre es Náhuatl, que significa “lugar en el ombligo de la luna” (Brooks, 2018). Su nombre oficial es el de Estados Unidos Mexicanos [EUM] (Secretaría de Relaciones Exteriores [SRE], 2020). Se ubica en el continente americano, en el hemisferio norte, parte de su territorio se encuentra en América del Norte y el resto en América Central (Programa de la Naciones Unidas para el Desarrollo [PNUD], 2020).

Tiene una línea fronteriza de 4,301 km que se distribuyen de la siguiente manera: al norte con Estados Unidos de América (EE. UU.), con 3,152 km, al Sur con Guatemala 956 km y con Belice 193 km (SRE, 2020). Abarca una superficie continental de 1,960,189 km², una zona exclusiva (incluye islas y mar territorial) de 3,149,920 km² y una plataforma continental extendida en el polígono occidental del Golfo de México de 10, 570 km², contando así con un total de 5,120, 679 km²

de extensión territorial, de tal manera que México ocupa el lugar número 14 a nivel mundial y el sexto entre los países del continente americano por su extensión territorial (INEGI, 2020).

Se divide en 32 entidades federativas (con un total de 2 465 municipios), de las cuales la Ciudad de México (CDMX) – que cuenta con 16 demarcaciones territoriales- es la capital y sede de los tres poderes de gobierno (INEGI, 2020) que son Ejecutivo (Presidente de los EUM), Legislativo (dividido en dos cámaras: El Senado y la Cámara de Diputados) y Judicial [Suprema Corte de Justicia de la Nación] (PNUD, 2020). De acuerdo con el artículo 40 Constitucional, la forma de gobierno que rige al país es de “... una república representativa, democrática, federal, compuesta por estados libres y soberanos...” (Valdez, 2006, p. 16).

En cuanto a su economía México tiene previsto para el 2022 un crecimiento del 2.2% y para el 2023 del 2.4%, en el primer trimestre del 2022 el Producto Interno Bruto (PIB) registró una reactivación, en especial en los servicios ⁴ con el 1.3% después de dos trimestres sucesivos a la baja (Banco de México [Banxico], 2022), tiene un total de 12 Tratados de Libre Comercio (TLC) con 46 países, 32 Acuerdos para la Promoción y Protección Recíproca de las Inversiones (APPRI) con 33 países y 9 acuerdos de alcance limitado (Acuerdos de Complementación Económica y Acuerdos de Alcance Parcial) en el marco de la Asociación Latinoamericana de Integración [ALADI] (Secretaría de Economía [SE], 2018).

Participa activamente en organismos y foros multilaterales y regionales como la Organización Mundial de Comercio (OMC), el Foro de Cooperación Económica Asia-Pacífico (APEC), la Organización para la Cooperación y Desarrollo Económicos (OCDE) y la ALADI. Su moneda es el peso mexicano (PNUD, 2020).

⁴ Hace referencia a las actividades terciarias que incluyen comercio, transporte, información en medios masivos, servicios inmobiliarios, y de alquiler de bienes muebles, los servicios de alojamiento temporal y de preparación de alimentos y bebidas, los de esparcimiento, los financieros y de seguros, los profesionales, los educativos y los de salud, entre otros (Banco de México [Banxico], 2022).

Cuenta con 132, 661,279 habitantes, de los cuales 65, 423,299 son hombres y representan el 49.3% de la población mexicana y 67, 235,982 mujeres que representan 50.7 % (countrymeters, 2022). Es el destino número 7 del mundo por llegada de turistas internacionales y el número 17 por ingreso de divisas por turismo (Secretaría de Turismo [SECTUR], 2020). El idioma principal que se habla en México es el español y cuenta con 66 lenguas amerindias (SRE, 2020). Su gentilicio es el de mexicano/ mexicana (Colegio de México [COLMEX], 2022). Es considerado un país mega diverso, pues cuenta con el 12% de las especies animales y vegetales que habitan en el mundo (PNUD, 2020 citando a Mittermeier, 1992), a nivel mundial es el quinto país con mayor número especie de plantas, el cuarto de anfibios y el segundo de mamíferos y reptiles (PNUD, 2020).

México es el país de América que cuenta con más bienes inscritos en la Lista de Patrimonio Mundial de la UNESCO (*United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization*) que son 27 bienes culturales, 5 naturales y uno mixto (Secretaría de Cultura, 2016). México es el 14° contribuyente más importante de la ONU, cuentan con trabajo en conjunto desde hace más de 60 años en la que ha prevalecido una relación de respeto, responsabilidad e iniciativa (Montaño, 2016). Asimismo, el porcentaje de la población de 5 años y más que son hablantes de lenguaje indígena representa el 6.2% (INEGI, 2020).

El sistema de salud en México cuenta con distintos servicios de seguro que son: el Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS), el cual cubre el 83.94% de la población mexicana, el Instituto de Seguridad y Servicios Sociales para los Trabajadores del Estado (ISSSTE) que cubre 11.5% y otras instituciones el 5.1%; por otro lado, las personas dedicadas al empleo informal o que no cuentan con empleo, pueden recurrir a los servicios de la Secretaría de Salud (SSA) a través del Instituto de Salud para el Bienestar (INSABI) (INEGI, 2018).

Todos estos servicios se organizan en tres niveles de atención: en el primero se da promoción a la salud, prevención de enfermedades y atención ambulatoria a la morbilidad, que es brindada por médicos generales y enfermería; en el segundo, se brindan especialidades básicas en hospitales generales o de especialidad el

cual cuenta con servicio de apoyo diagnóstico de imagenología y laboratorio; y en el tercero de nivel especializada, de mayor complejidad, con actividades de investigación clínica y básica y a este grupo pertenecen los Institutos Nacionales de Salud (Organización Panamericana de la Salud [OPS], s.f.).

En el país hubo 1, 629,211 nacimientos para el año 2020, de los cuales el 15.1% de las madres eran adolescentes (menores de 20 años) y el promedio de hijos nacidos vivos de las mujeres entre 25 y 35 fue de 1.5 en promedio, en tanto que la esperanza de vida para la población mexicana para el 2020 es de 75 años en promedio, en los que la mujer vive más con casi 78 años y los hombres casi 72 años y con respecto a la tasa de mortalidad se tiene que para 2020 hubo un total de 1,086,743 defunciones (INEGI, 2020).

1.2. Educación en México

La importancia de la educación en la población es debido a que “la educación es transformación, cambio, perfeccionamiento de comportamientos y actitudes” puesto que la educación es una aliada para la mejora de la condición humana, ayudando como agente preventivo y concientizado en el cuidado del ambiente; actuar de manera responsable y libre al momento de vivir, reproducirse, circular y morir; al interesarse en conocer causas y consecuencias de los fenómenos demográficos; para cambiar paradigmas genéricos y raciales de modo que se conozca y se tome conciencia de los derechos y se ejerzan tal cual; y como apoyo en un mejor desempeño con su familia y comunidad (Consejo Nacional de Población [CONAPO], 2012).

El grado promedio de escolaridad a nivel nacional para el 2020 es de 9.7 años, lo que equivale al tercer año de secundaria, en la que el hombre tiene en promedio el 9.8 y la mujer del 9.6 (INEGI, 2020). El porcentaje de la población de 6 a 14 años que asiste a la escuela en la población es del 94% según el censo 2020 de INEGI.

La población de 15 a 24 años que asisten a la escuela en 2020 es del 45.3%, de los cuales el 46% son mujeres y 44.7% son hombres (INEGI, 2020).

La Ley General de Educación ([LGE], 2022) determina que la edad mínima de ingreso a la educación básica en el nivel preescolar es de 3 años y en la primaria de 6 años, por lo que los rangos de edad en la que se cursa cada nivel es: preescolar de 3 a 5 años, la primaria de 6 a 11 y la secundaria de 12 a 14 y la media superior de 15 a 24 (INEGI, 2021).

1.3. Educación superior en el país

La educación superior es muy importante para el SEN del país -la cual está compuesta por licenciaturas, especialidades, maestrías y doctorados- (Mercado *et al.*, 2016) ya que permite que los egresados tengan las competencias necesarias para el éxito profesional. A pesar de ello hasta el 2018 México contaba con el 17% de personas con un título universitario del total de adultos de entre 25 y 64 años de edad (OCDE, 2019), esto derivado de una serie de situaciones que lo suscitan (Mercado *et al.*, 2016), como podrían ser condiciones sociales y económicas (provocando eliminaciones de población estudiantil conforme van avanzando los niveles desde la educación básica hasta la superior), los sistemas de selección del sistema educativo, cuestiones culturales o familiares, baja preparación escolar de los padres, etc. (Rodríguez y Leyva, 2007).

Aunque con los cambios actuales, más jóvenes están interesados en continuar preparándose, por lo tanto, demandan novedosas opciones de desarrollo académico, esperando que la educación vaya acompañada de las nuevas Tecnologías de la Información y Comunicación (TIC), sobre todo en esta sociedad globalizada y en la que el conocimiento avanza (Mercado *et al.*, 2016) de manera rápida para las grandes potencias y deja atrás a los países en vías de desarrollo, así no se debe dejar de lado la inclusión, pues todos los

ciudadanos del mundo deben de contar con ese derecho universal (UNESCO, 1990).

Hasta hace unos años la (ANUIES) tenía como meta aumentar la cobertura de la educación superior en un 48% para el año 2020, lo que implicaría trabajar arduamente pues de ese porcentaje dos terceras partes serían parte del sistema público, lo que aumentaría el gasto del Estado, aunque no basta con que haya un alto porcentaje de egresados, pues es necesario que éstos estén bien preparados y motivados (Tuirán, 2013).

El país requiere de estrategias que ayuden a la mejora de la educación superior con respecto al mercado laboral, donde los estudiantes, instituciones educativas y empleadores tomen parte (OCDE, 2018) y no solamente para un buen desempeño profesional, sino de manera integral en donde se tengan presente cuestiones que ayuden a la calidad de vida de los estudiantes y de quienes le rodean.

La educación superior en México cuenta con distintas Instituciones de Educación Superior (IES) como lo son:

Universidades tecnológicas, centros, escuelas e institutos; en su personalidad jurídica (IES federales, estatales, autónomas y particulares); en su tamaño (instituciones con unas cuantas decenas de estudiantes y universidades con una matrícula que supera los cien mil estudiantes); en su perfil académico y funciones que realizan (universidades integrales con funciones de docencia, investigación, difusión de la cultura y amplia extensión de sus servicios a la comunidad; e instituciones centradas en la docencia con una orientación profesionalizante); en las áreas de conocimiento que abarcan (instituciones con programas en un solo campo de formación académica, e instituciones que atienden todas las ramas del saber); en su extensión territorial (instituciones unicampus y multicampus); en su calidad (instituciones que cuentan con reconocimientos de calidad por parte de organismos acreditadores y que tienen reconocimiento de la sociedad, e instituciones de muy bajo perfil académico y con poco prestigio); en su personal académico (universidades con profesores e investigadores de carrera con una sólida formación y trayectoria académica, e instituciones que imparten sus programas con profesores escasamente profesionalizados en las tareas docentes); y en sus finalidades como establecimientos que prestan servicios educativos (instituciones sin fines de lucro, frente a otras que operan como negocios

rentables en el marco de la comercialización de servicios educativos). (Mendoza, 2018, p. 7).

Los actores que tienen una relación directa o indirecta con las IES y su evolución son principalmente (Mendoza, 2018):

1. IES federales, entre ellas se encuentra: la Secretaría de Educación Pública (SEP), encargada de regular la educación a nivel nacional; Subsecretaría de Educación Superior (SES); Direcciones Generales (de Educación Superior Universitaria [DGESU] ; de Educación Superior para Profesionales de la Educación [DGESPE] ; de Profesiones [DGP]; de Planeación, Programación y Estadística Educativa [DGPPyEE]; de Evaluación de Políticas [DGEP]; y de Acreditación, Incorporación y Revalidación [DGAIR]); Oficialía Mayor; Unidad de Asuntos Jurídicos; Secretaría de Hacienda y Crédito Público (SHCP), que se encarga de la elaboración, seguimiento, control y evaluación del Presupuesto de Egresos de la Federación; CONAHCYT, que es el organismo coordinador del sistema de ciencia, tecnología e innovación, el cual administra el Sistema Nacional de Investigadoras e Investigadores (SNII, antes SNI [Sistema Nacional de Investigadores]), el Sistema Nacional de Posgrados (SNP, antes PNPC [Programa Nacional de Posgrados de Calidad]) y los programas de becas de posgrado y apoya la investigación de las IES mediante diversos programas a su cargo; el Congreso de la Unión: Auditoría Superior de la Federación (ASF); Comisión de Educación Pública y Servicios Educativos, y Comisión de Presupuesto y Cuenta Pública de la Cámara de Diputados; Comisión de Educación del Senado; la Suprema Corte de Justicia de la Nación (SCJN) que ayuda a resolver controversias en la aplicación de las leyes relacionadas principalmente con las universidades autónomas por ley; y el Instituto Nacional de Transparencia, Acceso a la Información y Protección de Datos Personales (INAI).
2. Los estados: El ejecutivo con gobernadores y autoridades educativas, que desempeñan un papel para las IES locales y el legislativo con congresos

locales que aprueban las leyes en materia de educación y presupuesto para las IES públicas, así como entidades de fiscalización superiores locales.

3. Instituciones de Educación Superior: En ellas se encuentran rectores y autoridades unipersonales y colegiadas; sindicatos universitarios; secciones del Sindicato Nacional de Trabajadores de la Educación (SNTE); Federaciones de Estudiantes; y Asociaciones de académicos.
4. Sociedad Civil: como la ANUIES, la cual agrupa a 187 IES de las cuales 159 son públicas y 28 particulares con una matrícula del 60% del total nacional superior; Federación de Instituciones Mexicanas Particulares de Educación Superior, A.C. (FIMPES), que agrupa 108 campus de 85 IES particulares con la mitad de la matrícula privada de licenciatura; otras asociaciones y redes de universidades (Asociación Nacional de Universidades Tecnológicas, A.C. [ANUT]; Red de Universidades Interculturales [REDUI]; Alianza para la Educación Superior [ALPES] que está integrada por 120 IES particulares con 9% de la matrícula privada; Comités Interinstitucionales para la Evaluación de la Educación Superior, A.C. (CIEES), integrada por nueve comités de evaluación; Centro Nacional de Evaluación para la Educación Superior, A.C. (CENEVAL), su actividad principal es el diseño y la aplicación de instrumentos de evaluación de conocimientos, habilidades y competencias; Consejo para la Acreditación de la Educación Superior, A.C. (COPAES), Asociación Civil que regula los procesos de acreditación de programas educativos a cargo de 30 organismos acreditadores; academias científicas; asociaciones de escuelas y facultades; colegios de profesionistas; empleadores; y grupos empresariales con inversiones económicas en instituciones particulares de educación superior.
5. Organismos Internacionales y multilaterales: como son la UNESCO, la OCDE, el Banco Mundial (BM) y el Banco Interamericano de Desarrollo (BID).

En el subsistema de universidades federales se consideran seis IES que son: la Universidad Autónoma de México (UNAM), Universidad Autónoma Metropolitana

(UAM), el Instituto Politécnico Nacional (IPN), la Universidad Pedagógica Nacional (UPN), la Universidad Autónoma Agraria Antonio Narro (UAAAN), la Universidad Autónoma Chapingo (UACH), la Universidad Abierta y a Distancia de México (UNADM), el COLMEX y Centro de Investigación y Docencia Económicas, A.C. (CIDE); con 35 universidades públicas estatales entre ellas la UMSNH, con 23 universidades públicas estatales con apoyo solidario que incluye la Universidad de la Ciénega de Michoacán de Ocampo (UCEMICH); con 6 centros de investigación; con 104 universidades tecnológicas; con 51 universidades politécnicas; con 10 universidades interculturales incluida la Universidad Intercultural Indígena de Michoacán; con 126 institutos tecnológicos federales; con 130 institutos tecnológicos descentralizados; con 87 de otras instituciones públicas (SEP, 2022); con 221 escuelas normales públicas de las cuales 9 están en el estado de Michoacán (Secretaría de Gobernación [SEGOB], 2022); y con 26 centros de investigación, 1 organismo internacional asociado y 1 fideicomiso CONAHCYT en donde están integrados un total de 189 programas públicos (CONAHCYT, 2022), en total entonces México cuenta con 5,846 IES (INEGI, 2022). En el ciclo escolar 2020-2021 hubo 4,938,204 estudiantes de educación superior de los cuales 45,840 fueron de especialidad (1%), 4,429,662 de licenciatura (89%), 166,124 de Técnico Superior Universitario (3.33%), 289,710 de maestría (5.81%) y 51,868 de doctorado (1.04%) (ANUIES, 2022).

1.4. Educación superior en la Región Centro-Occidente

La región Centro-Occidente cuenta con un total de territorio de 209, 255 km² - Aguascalientes 5,589, Colima 5,455, Guanajuato 30,589, Jalisco 80,137, Michoacán 59,864 y Nayarit 27,62- (INEGI, s.f.) ; con un total de 325 municipios - Aguascalientes 11 y su capital del mismo nombre, Colima 19 y su capital Colima, Guanajuato 46 y su capital Guanajuato, Jalisco 125 y su capital Guadalajara, Michoacán 113 y su capital Morelia y Nayarit 20 y su capital Tepic- (Comisión Nacional de Salarios Mínimos [CONASAMI], 2020).

También cuenta, con 22,656,385 habitantes -Aguascalientes 1,425,607 de los cuales 728,924 son mujeres y 696,683 hombres; Colima 731,391, siendo 370,769 mujeres y 360,622 hombres; Guanajuato 6,166,934 donde 3,170,480 son mujeres y 2,996,454 son hombres; Jalisco 8,348,151 contando con 4,249,696 mujeres y 4,098,455 hombres; Michoacán 4,748,846 siendo 2,442,505 mujeres y 2,306,374 hombres; y Nayarit 1,235,456 de los que 623,178 son mujeres y 612,278 son hombres- (INEGI, 2020).

La escolaridad promedio de esta región es de 9.5 -Aguascalientes 10.3, Colima 10.0, Guanajuato 9.0, Jalisco 9.9, Michoacán 8.6 y Nayarit 9.7- (INEGI, 2020); una matrícula de 628,914 alumnos de nivel superior en el ciclo escolar 2021/2022 - Aguascalientes con 54,936, Colima con 21,455, Guanajuato con 157,304, Jalisco con 248,716, Michoacán con 112,773 y Nayarit con 33,730- (INEGI, 2022).

La ANUIES en la actualidad cuenta con 207 IES de todo el país y Centro-Occidente está conformada por 32 IES, dividida en seis estados de la República que son Aguascalientes con el Instituto Tecnológico de Aguascalientes (ITA), Universidad Autónoma de Aguascalientes (UAA), Universidad Politécnica de Aguascalientes (UPA), Universidad Tecnológica de Aguascalientes (UTAgS) y Universidad Tecnológica del Norte de Aguascalientes (UTNA); Colima con el Instituto Tecnológico de Colima (ITCol) y Universidad de Colima (UCol); Guanajuato con el Centro de Investigaciones en Óptica, A.C. (CIO), Instituto Tecnológico de Celaya (ITC), Instituto Tecnológico de León (ITL), Instituto Tecnológico de Roque (ITRoque), Instituto Tecnológico Superior de Irapuato (ITESI), Universidad de Celaya (UDEC), Universidad de Guanajuato (UGto), Universidad Tecnológica de León (UTLeón) y Universidad Tecnológica del Suroeste de Guanajuato (UTSOE) y la Universidad Virtual de Guanajuato (UVEG) (ANUIES, 2022).

También están el estado de Jalisco con el Centro de Enseñanza Técnica Industrial (CETI), Instituto Tecnológico de Ciudad Guzmán (ITCG), Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de Occidente, A.C. (ITESO), Universidad Autónoma de Guadalajara (UAG), Universidad de Guadalajara (UDG), Universidad del Valle de

Atemajac (UNIVA) y Universidad Tecnológica de Jalisco (UTJ); Michoacán con el Colegio de Michoacán, A.C. (COLMICH), Instituto Tecnológico de Jiquilpan (ITJ), Instituto Tecnológico de la Piedad (ITLaPiedad), Instituto Tecnológico de Morelia (ITMO), Instituto Tecnológico de Zitácuaro (ITZitácuaro) y Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo (UMSNH); y Nayarit con el Instituto Tecnológico de Tepic (ITTepic) y Universidad Autónoma de Nayarit (UAN) (ANUIES, 2022).

1.5. Educación superior en el estado

Morelia es la capital del estado de Michoacán de Ocampo y éste cuenta con 113 municipios (CONASAMI, 2020). Tiene una población de 4, 748,846 habitantes de los cuales 2, 306,341 son hombres y 2, 442,505 son mujeres (INEGI, 2020). Su extensión territorial es de 59,864 km² (INEGI, s.f.). La escolaridad de más de 15 años en promedio es de 8.6 años lo que equivale a un poco más del segundo año de secundaria. De cada 100 personas de 15 años y más 8 no tiene ningún grado de escolaridad, 57 tienen educación básica terminada, 19 finalizaron la educación media superior, 16 concluyeron la educación superior, 8 de cada 100 personas no saben leer, ni escribir (INEGI, 2020).

El estado de Michoacán cuenta con 147 universidades, tanto públicas (7 ANUIES y 35 no asociadas a las ANUIES), como privadas (2 ANUIES y 103 no ANUIES). Del total de universidades, 6 cuentan con carreras técnicas: 3 públicas que son la UMSNH que ofrece 1 que es la de Técnico Superior Universitario en Seguridad Pública; la Universidad Tecnológica de Morelia (UTM) que cuenta con 7 que son: Técnico Superior Universitario en Biotecnología, Técnico Superior Universitario en Gastronomía, Técnico Superior Universitario en Tecnología de la Información y Comunicación, Técnico Superior Universitario en Diseño y Moda Industrial, Técnico Superior Universitario en Energías Renovables, Técnico Superior Universitario en Mantenimiento Industrial y Técnico Superior Universitario en Mecatrónica; y, la Universidad Tecnológica del Oriente (UTOM) que cuenta con tres carreras Técnico Superior Universitario en Biotecnología, Técnico Superior

Universitario en Gastronomía y Técnico Superior Universitario en Tecnologías de la información; y 3 privadas como es el caso de la Escuela Técnica de Partería Profesional de Mujeres Aliadas (ETPPMA) que ofrece la carrera de Técnico Superior Universitario en Partería Profesional; el Instituto Dr. Carlos Coqui con 1 carrera Técnica Superior Universitario en Radiología e Imagen; y, el Instituto Freire con 1 carrera Técnica Superior Universitaria en Radiología e Imagenología sumando un total de 14 carreras técnicas (3 en instituciones privadas y 11 en instituciones públicas) (ANUIES, 2022).

En cuanto a las especialidades en el estado existen 46 que son ofertadas por 18 universidades: 1 pública, la UMSNH que cuenta con 6 y 17 particulares que son: La UNIVA que cuenta con 2, Centro de Estudios de Posgrado y Educación Continua en Odontología (CEPECO) que cuenta con 4, Centro de Estudios UNIVER que cuenta con 2, Centro de Estudios de Posgrado en Estomatología (CEP) que cuenta con 2, Centro Educativo Multidisciplinario en Rehabilitación Oral (CEMRO) que consta de 4, Centro Panamericano de Estudios Superiores (UNICEPES) que consta de 1, Escuela de Posgrados y Capacitación en Odontología (EPCO) que cuenta con 2, GNATHOS Centro de Estudios Odontológicos que cuenta con 2, el instituto Impulso Formativo que consta con 1, el Instituto Angloamericano de Morelia que cuenta con 1, el Instituto Sor Juana Inés de la Cruz (USJIC) que cuenta con 1, la Universidad Contemporánea de las Américas (UNICLA) que cuenta con 4, la Universidad de Morelia (UDEM) que cuenta con 3, la Universidad Marista Valladolid que cuenta con 3, la Universidad Monterrey que cuenta con 6, la Universidad Nova Spainia que cuenta con 2, Universidad Vasco de Quiroga que cuenta con 1 y la Universidad UNIVER que cuenta con 5 (ANUIES, 2022).

Del total de universidades 133 poseen un total de 721 licenciaturas de las cuales 91 son privadas (con 451 carreras) y 42 públicas (con 270 carreras); 41 universidades privadas cuentan con 180 maestrías y 18 públicas con 111 maestrías; y en cuanto a doctorados se dispone de 15 escuelas privadas con 34 programas y con 9 escuelas públicas con 45 programas. Así el estado de

Michoacán de Ocampo tiene una matrícula total universitaria de 134, 981 alumnos de los cuales 71,727 son mujeres y 63, 254 hombres (ANUIES, 2022). El estado cuenta con 11,895 docentes (2,843 de tiempo completo que representa el 25.51%, 134 de tres cuartos de tiempo, que representa el 1.58%, 339 que representa el 3.04% y 8,846 por horas que representa el 79.37%), y 810 integrantes SNII (58 de SNII I, 140 de SNII II y 452 de SNII III) (EXECUM, 2020).

1.6. Educación superior en Morelia

Morelia está localizada al norte del estado de Michoacán de Ocampo y cuenta con la clave 053 (INEGI, 2020), tiene una altitud de 1,920 metros sobre el nivel del mar (Ayuntamiento de Morelia, 2021). Tiene una población total de 988,704 habitantes de los cuales 512,204 son mujeres y 476,500 son hombres. Los rangos de edad con mayor población son entre 20 y 24 años (con 88,454 habitantes); 15 a 19 años (con 83,257 habitantes) y 25 a 29 años (con 82,335 habitantes), representando el 25.7% de la población total (SE, 2020). Su extensión territorial es de 119,349 hectáreas y representa el 2% del territorio estatal. Colinda con 14 municipios: al norte con Tarímbaro, Chucándiro, Copándaro y Huaniqueo; al este con Charo; al sureste con Tzitzio; al sur con Madero y Acuitzio; al suroeste con Huiramba y Pátzcuaro, y al oeste con Lagunillas, Tzintzuntzan, Quiroga y Coeneo (Ayuntamiento de Morelia, 2021). La escolaridad promedio es de 10.99 años con un índice de marginación muy bajo, lo que equivale a sexto año de primaria (SEP, 2022).

La ciudad de Morelia cuenta con 37 universidades, de las cuales 12 son públicas y 25 privadas. Entre las públicas se encuentra el Centro de Educación Continua Unidad Morelia (CEC), el Centro Regional Universitario del Occidente (CRUCO), la Escuela Nacional de Estudios Superiores Unidad Morelia (ENES), la Escuela Normal de Educación Física, la Escuela Normal para Educadoras de Morelia Prof. Serafín Contreras Manzo, la Escuela Normal Urbana Federal Profesor Jesús Romero Flores, la Escuela Normal Rural Vasco de Quiroga, el Instituto

Michoacano de Ciencias de la Educación (IMCED), el Instituto Tecnológico de Morelia (ITM), la UMSNH, Universidad Virtual de Michoacán (UNIVIM) y la UPN. Entre las privadas se encuentra el Angloamericano Grupo Educativo, el Conservatorio de las Rosas, la Escuela de Enfermería del Hospital de Nuestra Señora de la Salud, la Escuela Normal Motolinía, la Escuela Normal Particular Incorporada Anáhuac, el Instituto de Capacitación de la Industria de la Construcción (ICIC), el Instituto de Ciencias y Estudios Superiores de Michoacán (ICESM), el Instituto Dicormo, el Instituto Fray Antonio de Lisboa, el Instituto Jefferson de Morelia, el Instituto Modstil, el Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de Monterrey ,campus Morelia (ITESM), la Universidad Autónoma de Durango campus Morelia, la UNICLA, la UDEM, la Universidad Interamericana para el Desarrollo (UNID), la Universidad Latina de América, la Universidad La Salle, campus Morelia, la Universidad Mexicana de Educación a Distancia (UMED), la UNICEPES, la Universidad Monterrey, la Universidad Sor Juana Inés de la Cruz, la UTM, la Universidad Vasco de Quiroga y la Universidad Vizcaya de las Américas (Sistema de Información Cultural [SIC], 2023).

En este capítulo, “Datos educativos a nivel nacional, estatal, regional y local”, se han establecido los datos educativos, que abarcan información de la educación a nivel país y la educación superior a nivel región, del estado de Michoacán y de Morelia. A continuación, en el capítulo 3 “Datos y descripción acerca de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo”, se muestra información de la UMSNH y el universo de estudio que son sus estudiantes.

Capítulo II

Datos y descripción acerca de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo

2.1. Historia

Los antecedentes de la UMSNH se remontan al año 1540, que fue el año en el que Don Vasco de Quiroga fundó el Colegio de San Nicolás Obispo en la ciudad de Pátzcuaro, ya para 1543 cambio el nombre a Real Colegio de San Nicolás Obispo. Para el año de 1580 al hacer el cambio de residencia episcopal de Pátzcuaro a Valladolid (hoy Morelia), San Nicolás se trasladó y se fusionó al Colegio de San Miguel de Guayangareo. Después, a finales del siglo XVII el Colegio de San Nicolás debido a una reforma en su reglamento y constituciones modificó su plan de estudios a principios del siglo XVIII, incluyendo asignaturas de Filosofía, Teología Escolástica y Moral y en el decreto del 23 de noviembre de 1797 se incorporaron las cátedras de Derecho Civil y Derecho Canónico (Universidad Michoacana [UMICH], 2023).

A inicios del siglo XIX, por los movimientos de independencia fue clausurado, ya consumada la independencia de México se llegó a negociaciones entre Iglesia y Estado se cedió el 21 de octubre de 1845 a la Junta Subdirectora de Estudios de Michoacán el Patronato del Plantel. Así, el 17 de enero de 1847 el gobernador Melchor Ocampo lo reapertura con el nombre de Primitivo y Nacional Colegio de San Nicolás de Hidalgo. Fue para 1917 que el ingeniero Pascual Ortiz Rubio estableció la UMSNH, formada por el Colegio de San Nicolás de Hidalgo, Escuelas de Artes y Oficios, la Industrial y Comercial para Señoritas, Superior de Comercio y Administración, Normal para profesores, Normal para profesoras,

Medicina y Jurisprudencia, incluyendo la Biblioteca Pública, el Museo Michoacano, el de la Independencia y el Observatorio Meteorológico del estado. A largo de su historia ha contado con 47 rectores (UMICH, 2023).

2.2. Misión

La UMSNH, institución pública y laica de educación media superior y superior y primera universidad autónoma de América, tiene como misión contribuir a cuestiones como el desarrollo social, económico, político, científico, tecnológico, artístico y cultural del estado del país y del mundo, instruyendo a jóvenes rectos, aptos y con liderazgo que sean capaces de producir cambios en su entorno y que se encuentren guiados por los valores éticos de la universidad, a través de adecuados y calificados programas educativos. Es de interés de la universidad que se realice investigación vinculada a las necesidades sociales, que se impulse el avance científico, tecnológico y la creación artística, que se establezcan actividades que contribuyan al rescate, conservación, crecimiento y divulgación de los valores universales, las prácticas democráticas y el desarrollo sustentable por medio de una difusión y extensión universitaria (UMICH, 2023).

2.3. Visión

La UMSNH cuenta con una oferta educativa de gran cobertura, siendo reconocida por su calidad para formar personas competentes, cultas, participativas, con vocación, honestos y con identidad nicolaita, de la cual sus programas de investigación y creación artística son reconocidos a nivel local, nacional e internacionalmente, ya que aportan a diversas áreas del conocimiento y dan una solución sustentable de problemas sociales. Al existir programas de vinculación con universidades y centros de investigación nacionales e internacionales se posibilita el intercambio científico, cultural y artístico y apoyan la movilidad de la comunidad universitaria. Los programas de difusión cultural logran hacer llegar a

la sociedad las diversas manifestaciones de las ciencias, artes y cultura fomentando el desarrollo de los grupos e individuos para lograr una armonía con el entorno (UMICH, 2023).

2.4. Función

El artículo 1° de la Ley Orgánica de la UMSNH dispone que la Universidad es una institución que se dedica a la educación superior -desde hace ya poco más de 100 años - y a la media superior – con poco más de 400 años-, en diversos niveles y modalidades a la investigación científica, la difusión de la cultura y la extensión universitaria (Coordinación de la Investigación Científica [CIC], s.f.).

2.5. Escudo

El escudo representa la identidad y valores de la casa de estudios. El escudo está dividido en cuatro partes. Uno de los cuarteles, cuenta con seis dados: el primer par tiene uno y cuatro puntos, el segundo par dos y cinco puntos y el tercer par tres y seis puntos; el segundo cuartel, tiene una cruz que representa esperanza o un nuevo comienzo; el tercer cuartel tiene cinco garrotes de madera; y por último se encuentra un árbol de ciprés sobre un pequeño monte, junto a una punta de lanza. En la parte alta se observa un sombrero episcopal de ala ancha, y abrazando la tarja⁵ se encuentran unas ínfulas episcopales. Sobre el listón se aprecia la inscripción de la Universidad, y por un lado sosteniendo al escudo se encuentran dos antorchas encendidas que representan las ciencias y las humanidades. Ya en la zona inferior aparecen dos ramas cruzadas una de laurel y otra de olivo (Gentile, 2024).

En cuanto a los colores cuenta con cinco, que son fondo rojo o verde, elementos en blanco, azul índigo y dorado (Gentile, 2024) [Imagen 1].

⁵ De acuerdo con la RAE: es un “escudo grande que cubría todo el cuerpo.”

Imagen 1. Escudo



Fuente: UMICH (2023). Recuperado el 30 de diciembre de 2023 de <https://www.umich.mx/wwwant/documentos/escudos/escudo%20umsnh%20digital.jpg>

2.6. Organigrama de la UMSNH

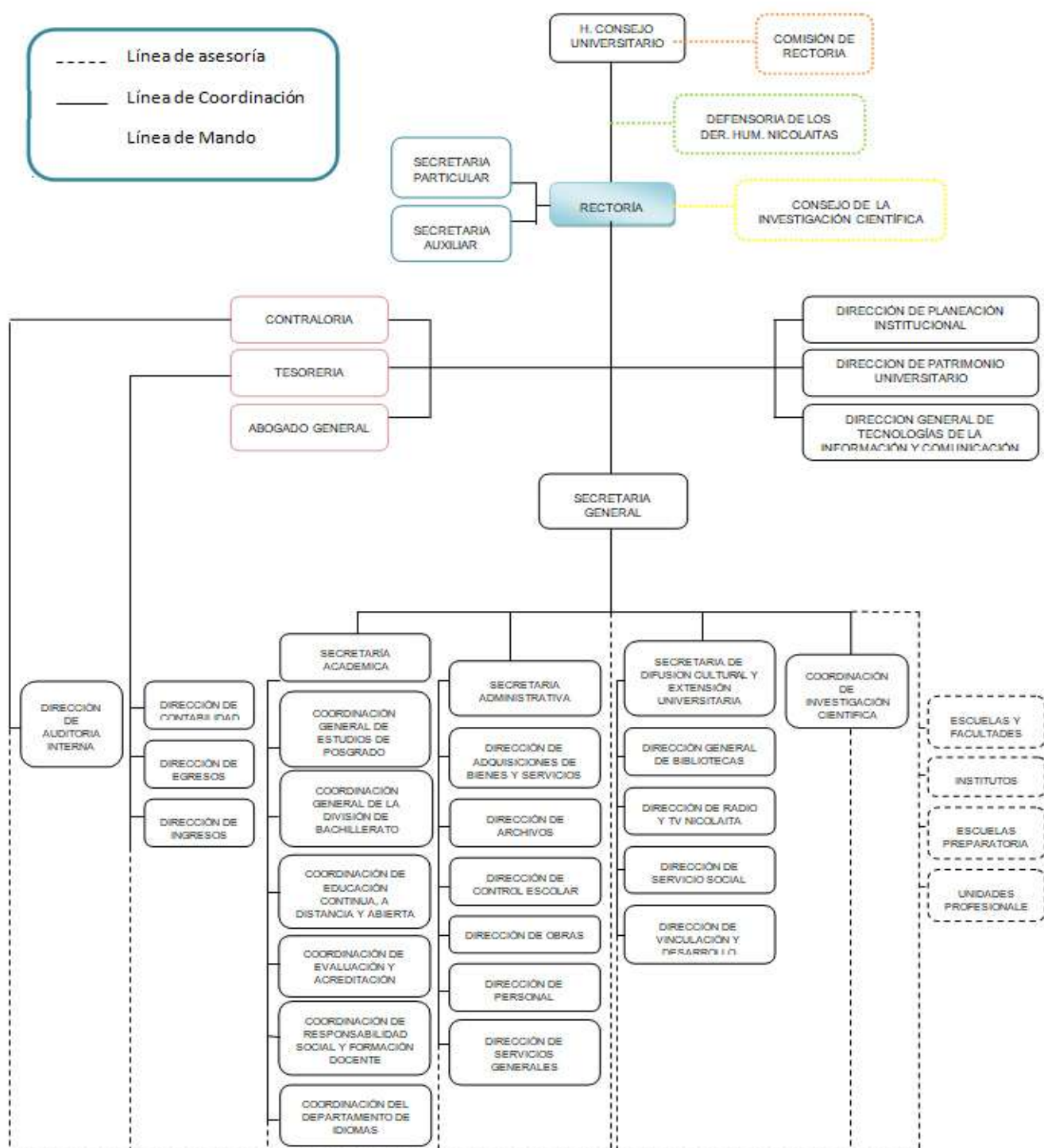
Organigrama aprobado en sesión de Consejo Universitario en acta de junio del 2017, actualizado en el 2018 (imagen 2).

Estructura

1. Consejo Universitario
 - 1.0.0.1 Defensoría de los Derechos Humanos Universitarios Nicolaitas
2. Rectoría
 - 2.0.0.1 Consejo de la Investigación Científica
 - 2.0.0.2 Secretaría Particular
 - 2.0.0.3 Secretaría Auxiliar
 - 2.0.0.4 Dirección de Planeación Institucional
 - 2.0.0.5 Dirección de Patrimonio Universitario
 - 2.0.0.6 Dirección General de Tecnologías de la Información y Comunicación
 - 2.0.1 Contraloría
 - 2.0.1.1 Dirección de Auditoría Interna
 - 2.0.2 Tesorería

- 2.0.2.1 Dirección de Contabilidad
- 2.0.2.2 Dirección de Egresos
- 2.0.2.3 Dirección de Ingresos
- 2.0.3 Abogado General
- 2.1. Secretaría General
 - 2.1.1. Secretaría Académica
 - 2.1.1.1 Coordinación General de Estudios de Posgrado
 - 2.1.1.2 Coordinación General de la División del Bachillerato
 - 2.1.1.3 Coordinación de Educación Continua, a Distancia y Abierta
 - 2.1.1.4 Coordinación de Evaluación y Acreditación
 - 2.1.1.5 Coordinación de Responsabilidad Social y Formación Docente
 - 2.1.1.6 Coordinación del Departamento de Idiomas
 - 2.1.2. Secretaría Administrativa
 - 2.1.2.1 Dirección de Adquisiciones de Bienes y Servicios
 - 2.1.2.2 Dirección de Archivos
 - 2.1.2.3 Dirección de Control Escolar
 - 2.1.2.4 Dirección de Obras
 - 2.1.2.5 Dirección de Personal
 - 2.1.2.6 Dirección de Servicios Generales
 - 2.1.3. Secretaría de Difusión Cultural y Extensión Universitaria

Imagen 2. Organigrama de la UMSNH.



Fuente: Recuperado el 28 de diciembre del 2023 de <https://acortar.link/gyl6Gc>

2.1.3.1 Dirección General de Bibliotecas

2.1.3.2 Dirección de Radio y TV Nicolaita

2.1.3.3 Dirección de Servicio Social

2.1.3.4 Dirección de Vinculación y Desarrollo

2.1.5. Coordinación de la Investigación Científica

Unidades Académicas

A. Escuelas y facultades

B. Institutos

C. Escuelas preparatorias

D. Unidades profesionales (Departamento de Transparencia y Acceso a la Información [DTAI], 2018).

2.7. Normatividad de la UMSNH

La normatividad de la UMSNH, se presenta de la siguiente manera (Secretaría General, s.f.):

1. Ley Orgánica de la UMSNH
2. Estatuto Universitario.
3. Reglamento Interno del H. Consejo Universitario.
4. Reglamento de Elección de Consejeros Universitarios Profesores y Alumnos.
5. Lineamientos para la Integración de los Consejos Técnicos y la Elección de sus Miembros.

6. Reglamento para el Proceso de Auscultación, Elección y Permanencia de Directores de Dependencias Académicas.
7. Reglamento Interno para Escuelas Incorporadas a la UMSNH.
8. Reglamento de Incorporación de Institutos y Escuelas.
9. Reglamento General de la División del Bachillerato.
10. Reglamento del Proceso de Ingreso para Cursar los Niveles Medio Superior, Técnico Superior Universitario y Licenciatura.
11. Reglamento General de Inscripciones.
12. Reglamento de Becas para los Alumnos.
13. Reglamento General de Exámenes.
14. Reglamento del Departamento del Patrimonio Universitario.
15. Reglamento para el Control del Parque Vehicular.
16. Reglamento General de Bibliotecas.
17. Reglamento General del Personal Académico.
18. Reglamento General para los Estudios de Posgrado.
19. Reglamento General del Departamento de Idiomas.
20. Reglamento para el Disfrute del Año Sabático por parte de los Trabajadores Académicos.
21. Reglamento del Programa de Estímulos al Desempeño del Personal Docente.
22. Normas Reglamentarias para el Otorgamiento de Grados Honorarios.

23. Reglamento para el Otorgamiento de la Medalla Rector Miguel Hidalgo.
24. Reglamento para Otorgar el Grado de Doctor Honoris Causa.
25. Reglamento para el Reconocimiento de Profesores Eméritos.
26. Reglamento para el Otorgamiento del Premio Padre de la Patria.
27. Reglamento para el Otorgamiento de la Medalla Dr. Ignacio Chávez Sánchez.
28. Reglamento para el Otorgamiento de la Presea Vasco de Quiroga.
29. Reglamento de la Gaceta Nicolaita.
30. Reglamento del Tribunal Universitario.
31. Reglamento Interno del Archivo General de la UMSNH.
32. Reglamento para la Organización, Descripción y Conservación del Archivo Institucional de la UMSNH.
33. Reglamento de la Defensoría de los Derechos Humanos Universitarios Nicolaitas.
34. Reglamento General del Servicio Social.
35. Reglamento para la Transparencia y el Acceso a la Información Pública de la UMSNH.
36. Reglamento General de Unidades Profesionales.
37. Reglamento para la Adquisición, Arrendamiento de Bienes Muebles e Inmuebles y Contratación de Servicios.
38. Reglamento Interno de la Comisión Permanente Técnico Pedagógica del H. Consejo Universitario.

39. Protocolo para la prevención, actuación y erradicación de la violencia de género en la UMSNH.
40. Manual Administrativo de Aplicación General en Materia de Bienes Patrimoniales.
41. Manual Administrativo de Aplicación General en Materia de Auditorías.
42. Manual Administrativo de Aplicación General en Materia de Adquisiciones, Arrendamiento de Bienes Muebles e Inmuebles y Contratación de Servicios.
43. Actualización de la Estructura Administrativa de la UMSNH.
44. Código de ética y Conducta de los Servidores Públicos de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo.
45. Modelo Educativo de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo.
46. Plan de Desarrollo Institucional 2021-2030.
47. Reglamento de Transparencia, Acceso a la Información Pública y Protección de Datos Personales de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo.
48. Reglamento del Patrimonio de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo.
49. Reglamento Editorial de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo.
50. Reglamento General de Educación Continua de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo.

51. Reglamento General para la Administración, Operación y Ejecución del Fideicomiso de Pensiones y Jubilaciones del Personal Académico de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo.
52. Reglamento General para la Administración, Operación y Ejecución del Fideicomiso de Pensiones y Jubilaciones del Personal Administrativo de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo.
53. Reglamento Interno del Consejo de Investigación Científica.
54. Reglamento Interno y Actualización de la Estructura Organizacional de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo.

2.8. Programas Académicos

La UMSNH tiene un total de 118 programas académicos, de los cuales de 46 son de licenciatura (8 de ciencias de la salud, 13 de ciencias exactas, metalurgia, materiales e ingeniería y metalurgia, 13 de humanidades y derecho, 9 de económico-administrativas y 6 de biológico-agropecuarias), 2 de técnico superior-licencia profesional, 6 de especialidad (en endodoncia, en impartición y administración de justicia, en medicina familiar, en ortodoncia, en pediatría y en restauración de sitios y monumentos), 42 de maestría (derecho, fiscal, ciencias biológicas, administración y defensa del contribuyente son las que cuentan con mayor matrícula) y 23 de doctorado (las que tienen mayor matrícula son ciencias biológicas, políticas públicas, administración, desarrollo sustentable y negocios internacionales) (https://www.siiia.umich.mx/escolar/convocatoria_23-24/oferta-academica.html, consultado el 1 de enero del 2024). Su matrícula consta de 40,508 estudiantes (de los cuales 5 estudian para técnico superior universitario, 95 de especialidad, 38,790 una licenciatura, 1,066 una maestría y 552 un doctorado) (ANUIES, 2022) 21,755 son mujeres y 18,753 son varones (Sistema Integrado de Información de la Educación Superior [SIIES] UNAM, 2021). Cuenta con 3,513 académicos (UMICH, 2022), 1,308 profesores de tiempo completo, 588 de tiempo

completo con perfil deseable vigente (DGESUI, 2022) y 466 en el SNII (77 candidatos, 291 SNII I, 75 SNII II y 23 SNII III. Del subsidio que tiene por alumno el 63.88% es de participación federal y 36.12% es estatal (DGESUI, 2022).

2.9. Servicios de la UMSNH

La UMSNH cuenta con herramientas digitales como son el correo institucional (bajo el dominio [umich.mx](https://www.umich.mx)) que da acceso a la suite de herramientas de google (classroom, meet, drive, calendar, etc.) que es proporcionada para instituciones públicas, donde tanto académicos como administrativos y estudiantes pueden acceder de forma gratuita y que se puede sincronizar con equipos de cómputo y móviles del usuario para poder recibir notificaciones, avisos, noticias y comunicación entre la comunidad universitaria ([https://www.umich.mx/nota- 10.html](https://www.umich.mx/nota-10.html), consultado el 29 de agosto del 2022).

La universidad también posee una biblioteca virtual que garantiza el acceso a la información en línea, con la intención de un adecuado manejo de la información por medio de charlas y cursos que están orientados a los estudiantes, investigadores y personal académico de la universidad. Los recursos con los que cuenta son (<https://bibliotecavirtual.dgb.umich.mx/>, consultado el 21 de agosto del 2023):

- Catálogo bibliográfico en línea.
- Repositorio institucional de tesis digitalizadas.
- Bases de datos contratadas como *journals*, *ebooks*, *reference*, etc.
- Bases de datos de acceso abierto.
- Servicio de referencia virtual.
- Directorio bibliotecario.

- Talleres y charlas sobre habilidades informativas.
- Préstamo interbibliotecario.

Otro servicio con el que cuenta la universidad es el de los nodos que permiten el contacto con los estudiantes al interior del estado, operando desde 17 municipios que son: Ario de Rosales, Arteaga, Ciudad Hidalgo, Coalcoman, Cuitzeo, Huetamo, La Piedad, Lazaro Cardenas, Marcos Castellanos, Mugica, Puruandiro, Sahuayo, Tlapujahua, Tuxpan, Uruapan, Zacapu y Zitácuaro. Estos nodos permiten la realización de trámites y servicios en puntos de más concurrencia, funcionan también como espacios de divulgación y orientación educativa para estudiantes de bachillerato que desean información sobre la UMSNH. En cada nodo hay un encargado y equipo de trabajo que coordinan las actividades educativas. En la educación a distancia se ofertan las carreras de administración, contaduría y derecho (<https://www.transformaciondigital.umich.mx/>, consultado el 25 de agosto del 2023).

La universidad colabora con distintas estancias nacionales, estatales y municipales a favor de la educación superior ofreciendo becas y apoyos económicos como son: el pago único que ofrece el gobierno de Michoacán por la cantidad de \$1000 a la comunidad LGBTTTIQ+; las becas del Instituto de Seguridad Social para las Fuerzas Armadas Mexicanas (ISSFAM) destinada a los hijos de los militares en servicio activo y situación de retiro; las becas deportivas por parte de la Comisión Nacional de Cultura Física y Deporte (CONADE); el apoyo a la titulación a estudiantes que deseen titularse de algún programa de formación académica a nivel superior o figura análoga; entre otros (<https://www.dvss.umich.mx/becas/becas>, consultado el 29 de diciembre del 2023).

Es prioridad para la universidad apoyar a la creación y difusión de las expresiones artísticas dadas por medio de la Secretaría de Difusión Cultural y Extensión Universitaria que coordina distintas acciones en casi todas las áreas culturales de la universidad, además de que organiza conferencias,

exposiciones, conciertos, programas de capacitación para gestión y difusión de la cultura (<https://difusioncultural.umich.mx/cultura-digital/acicate-impulso-cultural/>, consultado el 27 de agosto del 2023).

Por su parte, la CIC fomenta, transmite y aumenta el conocimiento científico y humanístico a través de la investigación y divulgación cultural, coordina y evalúa el trabajo de investigación que desarrollan los distintos institutos, centros de investigación, escuelas y facultades pertenecientes a la comunidad universitaria y además aporta publicaciones en revistas y libros para la comunidad universitaria, así como programas de investigación (programa delfín, verano nicolaita de investigación, etc.) [<https://www.cic.umich.mx/>, consultado el 29 de agosto del 2023].

Cuando los estudiantes forman parte de la universidad son integrados al Programa Institucional de Tutorías, donde se les da el acompañamiento permitiéndoles a los estudiantes contar con competencias para la vida personal, académica y profesional, que le ha de ayudar en su rendimiento académico. Este programa les permite a los tutores canalizar a sus estudiantes para que puedan recibir atención psicológica y psicométrica que le permita contar con bienestar físico, psicológico y social, así el estudiante cuenta con atención integral como son la tutoría, psicológica y de promoción de la salud (<https://www.umich.mx/documentos/Normatividad/>, consultado el 29 de agosto del 2023).

La UMSNH está interesada en que exista igualdad de oportunidades para todos sus estudiantes, de manera que puedan contar con derecho a la educación y sean atendidas sus necesidades especiales. Entonces, inclusión tiene que ver con la lengua indígena, discapacidad e igualdad de género. También cuenta con 35 casas de estudiante con 5,104 espacios, siendo poco menos del 10% del total de sus estudiantes de cada ciclo escolar (<https://www.umich.mx/documentos/Normatividad/>, consultado el 29 de agosto del 2022).

Discapacidad

A los estudiantes se les llegan a presentar distintas dificultades en la universidad como son las barreras físicas y arquitectónicas, pues hay edificios con muchas escaleras a las que no tienen acceso estudiantes con discapacidad (no hay rampas o elevadores, por ejemplo), la acústica para los estudiantes con problemas auditivos no es la óptima, muchos baños no están acondicionados para la discapacidad motriz, etc., así que es fundamental que los estudiantes cuenten con accesibilidad en las instalaciones sin distinción alguna. Por otro lado, están los estudiantes que han tenido barreras de aprendizaje en etapas anteriores de formación lo que en procesos de selección universitarias les trae desventajas dejando de lado las necesidades y características específicas de los estudiantes, por eso la importancia de la adecuación de los procesos selectivos para que en el caso de los estudiantes con discapacidad se convierta en un diagnóstico que permita identificar sus áreas de oportunidad, implementando acciones que les permitan desarrollarlas (Cíntora *et al.*, 2019).

Hacen falta además libros con sistema braille o adaptados a las necesidades del estudiante con discapacidad, capacitar a algunos docentes para aprender lenguaje de señas y contar con intérpretes, para todo esto es necesaria la gestión de recursos que permitan minimizar esas barreras. Por otra parte, son necesarios procesos formativos más flexibles, de modo que se cuente con variados materiales curriculares, más canales para transmitir información y más recursos que faciliten el acceso y permanencia en la universidad, esto desde luego será un indicador de la calidad de la institución y del docente universitario (Cíntora *et al.*, 2019).

Las barreras actitudinales también están presentes pues los estudiantes con discapacidad sufren casos de violencia física y emocional lo que les obstaculiza su formación académica, la segregación (que existe también por raza, sexo, religión, etc.) se refleja en un bajo rendimiento escolar, por eso la importancia de trabajar para que se cree una cultura inclusiva, que de valor a la diversidad dentro

de la institución (Cíntora *et al.*, 2019), generando un ambiente de paz y calidad de vida para todos y cada uno de los estudiantes.

Igualdad de género

La universidad cuenta con una defensoría en pro de los Derechos Humanos de los universitario, que tiene como premisa el respeto a los principios de equidad y género, su finalidad es la de recibir y tramitar quejas de los estudiantes, personal académico y administrativo cuando estos se sientan afectados en los derechos que le otorga la legislación universitaria y vulnerados en sus derechos humanos universitarios y garantías, pues todos y cada uno de los que pertenecen a la universidad tienen derecho de ser tratados con respecto, igualdad y sin violencia de ningún tipo. Por eso es que existe un marco jurídico que regula los derechos y obligaciones de los que pertenecen a la comunidad universitaria (<https://www.ddhun.umich.mx/>, consultado el 25 de agosto del 2023).

Además, la universidad cuenta con protocolos, capacitación, jornadas y diplomados en materia de inclusión y equidad de género. Como la UMSNH es responsable de contribuir en la prevención, erradicación y sanción de la violencia presente en las instalaciones universitarias (que no debe de permitirse que sea normalizada, ni aceptada) firmó una declaratoria en donde docentes, estudiantes, empleados administrativos y autoridades se comprometen a fomentar el respeto a los derechos humanos y la igualdad de género, dentro y fuera de la universidad (<https://www.umich.mx/nota-6.html>, consultado el 29 de agosto del 2023).

2.10. Estudiantes de licenciatura de la UMSNH

Estudiante dentro de la institución

El rol del estudiante de la UMSNH es el de un ser activo, participativo, creativo, reflexivo, analítico y responsable de su propia formación universitaria (Mendoza *et al.*, 2010). El estatuto universitario permite sentar las bases sobre el funcionamiento de la universidad, entre ellos sus alumnos para entender cómo es que pueden actuar, dicho estatuto pocas veces es conocido por quienes pertenecen a la institución, sobre todo por sus estudiantes.

El estatuto establece el papel del estudiante dentro de la universidad en el título octavo que cuenta con dos artículos. El primer artículo es el 78 que habla de los requisitos para que los estudiantes se inscriban y permanezcan en la universidad, también menciona sus derechos y obligaciones, como comprobar si su estado de salud y capacidad son compatibles con los estudios universitarios, que estén comprometidos con la parte académica y honrar a la institución, casos en que ha de negarse la matrícula, que los alumnos tienen la facultad de hacer observaciones (de manera respetuosa y ordenada) sobre la falta de cumplimiento de los docentes, para que las autoridades universitarias tomen las medidas pertinentes y que si los alumnos atentan contra los principios o el buen funcionamiento de la universidad serán sancionados (<https://www.umich.mx/wwwant/documentos/reglamentos/Estatuto-Universitario.pdf>, consultado el 30 de agosto del 2023).

Por otro lado, los estudiantes deben apoyar en el sostenimiento de la institución de acuerdo a lo que fije el Reglamento (en el caso de jóvenes sin recursos, se les dará exención, diferición o reducción del pago de las cuotas, el Consejo Universitario es quien fijará de manera anual las becas para los alumnos carentes de recursos y los requisitos (establecido en el reglamento de becas para los alumnos), además un reglamento especial determinará las condiciones de ingreso y permanencia en las casas de estudiante, los estudiantes tienen

derecho de asociarse con fines educativos y para colaborar con la universidad en actividades que ayuden a la superación cultural, económica y social de ésta.

El segundo artículo es el 79 que habla de la obligatoriedad de los estudiantes a prestar servicio social (establecido en el reglamento general del servicio social) de acuerdo a la Ley del Ejercicio de las Profesiones y Reglamento antes de entregarles el título respectivo (<https://umich.mx/wwwant/documentos/reglamentos/Estatuto-Universitario>, consultado el 30 de agosto del 2023).

La universidad además establece reglamentos para los estudiantes del Colegio Primitivo, como es el caso del de orden y seguridad para los mismos, éste aparece con el fin de que se establezcan medidas de orden, seguridad e higiene, lo que les permite desarrollar mejor sus actividades académicas en lo individual y en los colectivo (<http://www.colegio.umich.mx/>, consultado el 25 de agosto del 2023), otro reglamento que va dirigido a los estudiantes es el de inscripciones que indica que han de estar inscritos de acuerdo con los procedimientos de dicho reglamento, como los períodos, los documentos requeridos, en qué casos son considerados estudiantes “ordinarios”, “especiales” u “oyentes”, requisitos o tiempos de ausencias permitidos al estudiante (<https://www.siiia.umich.mx/escolar/Normatividad>, consultado el 31 de agosto del 2023).

En cuanto al reglamento de elección de consejeros universitarios se establece que los estudiantes universitarios tienen derecho a ser parte del consejo universitario siempre que cumplan con los requisitos, también se establece los lineamientos de la elección como la naturaleza (ordinaria o extraordinaria), el lugar (facultad, instituto, etc.), período (dos años o lo que falte para completar periodo), día y hora, forma en que se celebrará, requisitos de los electores, autoridad convocante, etc. (<https://www.umich.mx/documentos/Normatividad>, consultado el 26 de agosto del 2023), todo esto con la finalidad de (como lo establece el reglamento interno del H. Consejo Universitario) contar con determinadas atribuciones, como expedir y modificar el estatuto universitario,

reglamentos, normas y disposiciones generales universitarias, ser parte del conocimiento y la resolución de asuntos que tengan que ver con las expediciones o modificaciones, fijar políticas que tengan que ver con la planeación universitaria, aprobar planes y programas de estudios, métodos, etc., crear, modificar o suprimir facultades, escuelas, institutos, etc., designar miembros de las comisiones, aprobar presupuesto, etc. (<https://www.umich.mx/documentos/Normatividad>, consultado el 19 de agosto del 2023).

Los estudiantes universitarios disponen de una Defensoría de los Derechos Humanos que cuenta con un reglamento que establece el respeto a los principios de equidad de género universitarios y se encarga de recibir y tramitar las quejas de las y los estudiantes, de esto último en el capítulo V se menciona como ha de ser la tramitación de dicha queja (<https://www.umich.mx/documentos/Normatividad>, consultado el 21 de agosto del 2023). En cuanto a los estudiantes universitarios destacados se les conceden la medalla “Dr. Ignacio Chávez” (estudios de posgrado) y la medalla “Padre de la Patria (mayor promedio de calificaciones en cada uno de los grados) [<https://www.umich.mx/documentos>, consultado el 31 de agosto del 2023].

Existe un protocolo para la prevención, actuación y erradicación de la violencia de género en la UMSNH con la finalidad de desnaturalizar y evitar la violencia de género en la universidad, por medio de normativas que ayuden a prevenir, atender y erradicar prácticas que afecten la integridad de las personas. Dicha violencia incluye el acoso y hostigamiento sexual (expresada en conductas verbales, físicas o ambas relacionadas con la sexualidad de connotación lasciva) y destacan la violencia laboral y docente, violencia que llega a dañar la autoestima, salud, integridad, libertad y seguridad de la persona violentada, lo que le impide su desarrollo y atenta contra la igualdad (Padilla *et al.*, 2020).

Salud y actividad física para los estudiantes

La universidad cuenta con espacios para la promoción, preservación, difusión e impulso de la formación académica y deportiva de la comunidad universitaria lo que permite a los estudiantes poder realizar actividades deportivas. Los espacios con los que cuenta son el auditorio de usos múltiples, algunas canchas (de frontón, fútbol soccer y americano y basquetbol) y el estadio universitario que se encuentra en la ciudad universitaria, los deportes que se practican principalmente son fútbol, frontón, atletismo, voleibol y basquetbol. Dentro de las instalaciones universitarias también se llevan a cabo ligas de fútbol de la selección universitaria (varonil y femenino) lo que ayuda en la formación integral del estudiante (<https://difusioncultural.umich.mx/organigrama/deporte-universitario/>, consultado el 31 de agosto del 2023).

A muchos de los estudiantes de la universidad les entusiasma practicar deporte, algunos de ellos han asistido a la Universiada Nacional (organizada por el Consejo Nacional del Deporte de la Educación [CONDDE]), la última fue realizada en éste año 2022 (del 12 de mayo al 5 de junio en Ciudad Juárez, Chihuahua), la delegación se conformó por 45 atletas: 7 de atletismo, 4 de taekwondo, 1 de tiro con arco, 14 de fútbol bardas femenino, 14 de fútbol bardas varonil, 2 de ajedrez, 3 de karate, de los participantes 21 son del sexo femenino y 24 del sexo masculino (<https://www.universitasm.com/2022/05/umsnh-rumbo-a-la-universiada-nacional-condde-2022-en-chihuahua/>, consultado el 31 de agosto del 2023).

En cuestiones de salud, la facultad de psicología de la universidad da servicio a la sociedad en general, pero también a la comunidad universitaria, en relación con cuestiones sociales (adicciones en comunidades), educativas (adicciones en escuelas, escuela para padres, orientación educativa, etc.), laborales (relaciones humana y satisfacción laboral, capacitación para buscadores de empleo, etc.) y clínicas (psicoterapia, taller de salud sexual y reproductiva, etc.) (<http://www.psicologia.umich.mx/ciip>, consultado el 23 de agosto del 2023).

Además el departamento de tutorías se interesa en que el estudiante cuente con un óptimo estado de salud mental, emocional y física en atención de

situaciones como la reprobación, bajo rendimiento, rezago y deserción (<http://bios.biologia.umich.mx/tutorias1.html>, consultado el 31 de agosto del 2023).

Alimentación y actividades escolares

Algunos estudiantes llegan a sentir satisfacción en la forma en la como se alimentan y cómo viven dentro de sus hogares, para otros es más complicado pues viven lejos de la universidad, algunos otros viven solos y además tienen que laborar para pagar sus estudios, por ello no siempre pueden preparar sus alimentos, así los compran en lugares cercanos a las distintas instalaciones universitarias (zona del bosque Cuauhtémoc, Ciudad Universitaria, zona del Venustiano, etc.). En el caso de la ciudad universitaria en los últimos años se han suscitado situaciones no muy agradables en el “gastronómico”, pues han existido quejas acerca la forma de la preparación de los alimentos, la falta del control sanitario del agua, drenaje en malas condiciones, almacenaje inadecuado de productos, fauna nociva y productos caducados (Bustos, 2022), por lo que han decidido clausurarlo en distintas ocasiones, lo que provoca que el estudiante tenga que buscar otros lugares cercanos a la institución o a regresar a sus casas.

Algunos de los foráneos tienen la fortuna de vivir en casas de estudiante, pues les ayuda económicamente ya que no tienen que gastar en vivienda, productos de limpieza, despensa, alimentación, etc., y se les llega a condonar sus servicios escolares, lo que les permite concentrarse de mejor manera en sus estudios, aunque también en los últimos años se han venido originando algunas situaciones con las casas de estudiante que indican que no son del todo seguras, debido a que los han llegado a acusar de robo, ventas de drogas y mal uso de recursos (Zamudio, 2021), riñas por el control de las casas pues se han dado algunas irregularidades en las instalaciones (Martínez, 2021), lo que no les permite sentirse del todo satisfechos a algunos de los estudiantes que habitan

ahí. Para ser parte de las casas de estudiante es necesario ser estudiante de la UMSNH (casas de estudiante, 2016). Las casas cuentan con servicio de albergue, biblioteca, salón de cómputo, servicio de baño, regaderas, cocina, comedor y bodegas para despensas de alimentos (Barrera, 2007).

Inteligencia emocional

La IE tiene que ver con la forma en cómo se siente el estudiante, si ha sido llamado de determinada manera, si lo han lastimado, si se ha sentido solo, si se siente fuera de lugar en su casa, la escuela o el vecindario, es decir si se siente conectado con los que le rodean, principalmente en la escuela y si es capaz de adaptarse a las circunstancias, sobre todo que están dejando una etapa para pasar a otra (cuando son de nuevo ingreso) o si están dejando su hogar y familia (si son foráneos) como es el caso de los estudiantes la UMSNH.

Lo que en muchas ocasiones si no lo asimilan de buena manera puede provocar que no se concentren, no se adapten e incluso se retiren de manera voluntaria de la institución, ya que si no miran escenarios exitosos, no logran practicar buenas soluciones a los posibles problemas de manera cognoscitiva (Orozco, 2018), incluso por situaciones de seguridad, donde la universidad en algunas ocasiones ha pedido a las autoridades civiles y competentes que garanticen la seguridad de sus estudiantes, por las desapariciones y violencia suscitadas en el estado (Hernández, 2019), además porque dentro de la universidad se han llegado a presentar situaciones de violencia o de acoso no solamente por parte de compañeros, sino también de docentes (Hernández, 2020), generando en ellos poca sensación de paz en la institución.

Competencias emocionales

Las competencias emocionales tienen que ver con el cómo el estudiante maneja su relación con los demás y si llega a acuerdos con amigos, familia, vecinos, compañeros, docentes y autoridades universitarias para sentirse seguro en su vivienda, escuela, trabajo y/o entorno. En la UMSNH se ha llegado a condenar la violencia, siendo un soporte cuando están en situación de vulnerabilidad de manera general (<https://www.prensa.umich.mx/?p=47443>, consultado el 1 de septiembre del 2023).

La universidad ha estado trabajando en la cultura de la equidad y género con jornadas como “construyendo la cultura de la paz” a favor de todos los que forman parte de la comunidad universitaria (que incluye a los universitarios) con la intención de fortalecer la convivencia de igualdad, la no violencia, la inclusión y el respeto a todas las personas, con esto se han estado desarrollando conferencias de la campaña contra la violencia y el acoso escolar, cursos en materia de perspectiva de género para docentes y personal administrativo y talleres de lenguaje (<https://www.universitasm.com/2021/12/>, consultado el 1 de septiembre del 2023).

Los estudiantes se llegan a sentir vulnerados por extraños, vecinos, personas dentro de su entorno familiar, compañeros y por sus docentes, así es importante que se cuide su integridad, pues como lo estipula el artículo 85 del estatuto universitario han de ser sancionados los actos que afecten el honor y la moralidad de los estudiantes, así mismo el reprobar alumnos por motivos personales o ideológicos, pues son casos de grave responsabilidad y debe castigarse a quien los cometa (<https://umich.mx/wwwant/documentos/reglamentos/Estatuto-Universitario.pdf>, consultado el 1 de septiembre del 2023).

Datos de los universitarios

La Universidad Michoacana se caracteriza por contar con más del 90% de los estudiantes de licenciatura inscritos en programas de calidad (<https://www.universitasm.com/> consultado el 29 de agosto del 2023), además de aparecer en dos *rankings* internacionales entre las 10 mejores universidades públicas estatales en el país:

- S. News & World Report, revista estadounidense donde la UMSNH ocupa el lugar número 10 (<https://www.usnews.com/education/best-global-universities/mexico>, consultado el 29 de diciembre del 2023).
- Center for World University Rankings (CWUR), de Emiratos Árabes donde la UMSNH ocupa el lugar número 12 de México (<https://cwur.org/2022-23.php>, consultado el 29 de diciembre del 2023).

La UMSNH del total de su matrícula de 40,508 estudiantes 38,790 son de licenciatura (ANUIES, 2022). Tiene 24 facultades con 46 programas educativos los cuales tienen modalidades a distancia, abierta y presencial, con sede en 19 municipios que son: Apatzingán, Ario de Rosales, Arteaga, Ciudad Hidalgo, Coalcomán, Cuitzeo, Huetamo, La Piedad, Lázaro Cárdenas, Marcos Castellanos, Morelia, Múgica, Puruándiro, Sahuayo, Tlapujahua, Tuxpan, Uruapan, Zacapu y Zitácuaro (<https://www.umich.mx/oferta-sup.html>, consultado el 25 de agosto del 2023). Las licenciaturas con mayor matrícula son derecho con 5,611 estudiantes, cirujano dentista con 2,916 estudiantes, contaduría con 2,555 estudiantes, médico cirujano partero con 2,509, químico-fármaco-biólogo con 2,263 estudiantes, arquitectura con 2,054 estudiantes, ingeniería agrónoma con 2,042 estudiantes, enfermería con 2,040 estudiantes, psicología con 1,835 estudiantes e ingeniería civil con 1,774 estudiantes (ANUIES, 2022).

En el ciclo escolar 2022-2023 se ofertaron 19,599 lugares para cinco diferentes áreas que son: ciencias de la salud que incluye las carreras de cirujano dentista con

700 lugares ofertados, médico cirujano y partero con 475 lugares ofertados en Morelia y 50 foráneos; químico-farmacológico con 558 lugares ofertados; enfermería con 520 ofertados; nutrición humana con 144 ofertados para locales y 16 para foráneos; psicología con 450 lugares ofertados para Morelia, 35 para Ciudad Hidalgo, 80 para Uruapan y 70 en línea; fisioterapia y rehabilitación (carrera nueva) con 70 ofertados; y para salud pública ofertados 240 lugares, quedando fuera 4,991 estudiantes (donde destacan cirujano dentista con 437, medicina con 2,725 y psicología con 355 rechazados) del total de 8,086 exámenes aplicados; ciencias exactas que incluye las carreras de ingeniero electricista, ciencias físico-matemáticas, ingeniería ambiental, ingeniería civil, ingeniería electrónica, ingeniería en energía y sustentabilidad, ingeniería tecnológica de materiales, ingeniería tecnológica de la madera, ingeniería mecánica, ingeniería química, arquitectura, ingeniería en computación e ingeniería en mecatrónica, de las tres últimas quedando fuera 56 jóvenes (<https://umich.mx/resultados-2022/resultados.html>, consultado el 25 de febrero del 2023).

En el área de humanidades se incluyen las carreras de artes visuales, danza, filosofía, historia, lenguas hispanicas, música, teatro, comunicación, derecho y seguridad pública quedando de las tres últimas fuera 345 estudiantes de 2,522 exámenes aplicados; en el área de económico administrativas se incluyen las carreras de actuaría y ciencias de datos, agronegocios, comercio exterior, economía, informática administrativa, turismo sostenible y desarrollo local (nueva carrera), administración, contaduría y mercadotecnia quedando de las tres últimas fuera 50 estudiantes de 1,921 exámenes aplicados; y el área de biológico agropecuarias que incluye las carreras de ingeniero agrónomo horticultor, administración de empresas agropecuarias, biología, ingeniero agrónomo, médico veterinario zootecnista y biotecnología quedando de las tres últimas fuera 628 estudiantes de 1,945 exámenes aplicados (<https://umich.mx/resultados-2022/resultados.html>, consultado el 25 de febrero del 2023).

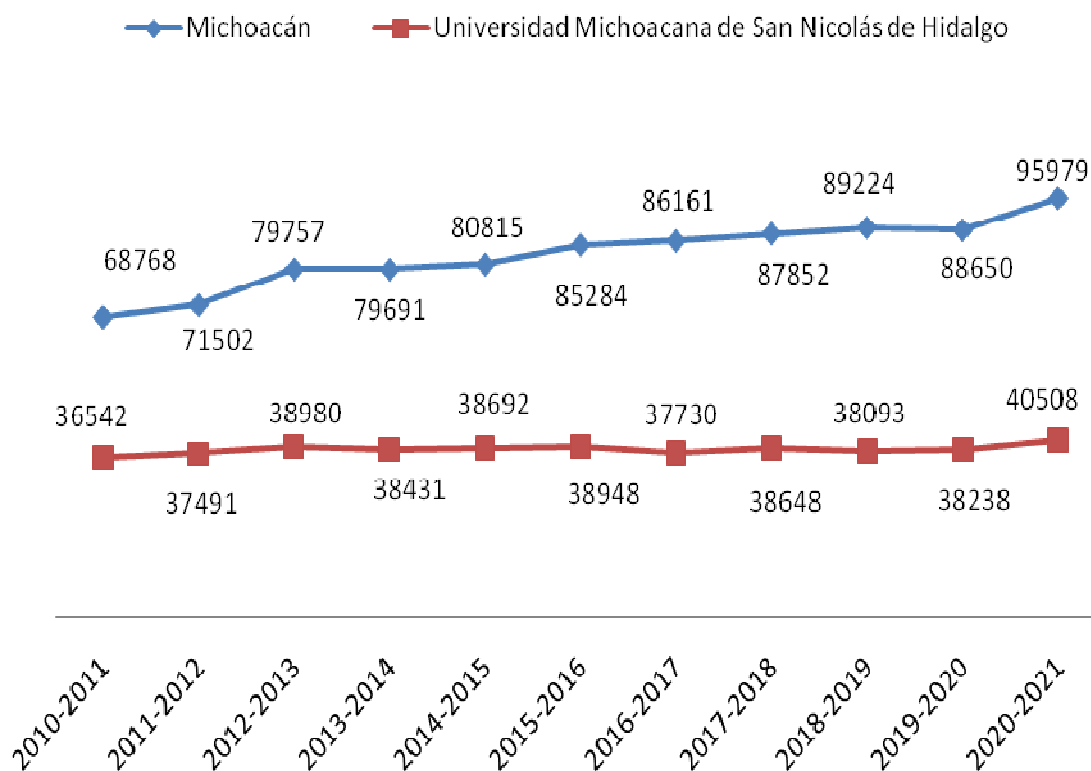
Cabe mencionar que el examen de ingreso implementado en la UMSNH desde el año 2017 a nivel licenciatura es el Examen de Ingreso a la Universidad Michoacana nivel licenciatura (EXAUM-II), instrumento elaborado en el que se siguieron reglas y protocolos por medio de los cuales se cumplieran estándares de confiabilidad y validez, en el caso de las licenciaturas de más demanda como son las áreas de la salud se aplica el Examen Nacional de Ingreso a la Educación Superior (EXANI-II) que es aplicado por el CENEVAL con la finalidad de que se cuente con transparencia para respaldar los resultados (<https://www.umich.mx/documentos/Normatividad/>, consultado el 29 de febrero del 2023).

Hasta el ciclo escolar 2020-2021 la UMSNH cuenta con la mayor matrícula de estudiantes de licenciaturas públicas en el estado que son 40,508 de los 95,979 con los que cuenta el estado de Michoacán de Ocampo (ANUIES, 2021) (Gráfica 1). Esto representa el 42.21% de la matrícula de licenciaturas públicas del estado de Michoacán (Gráfica 2).

Además, hasta el ciclo escolar 2020-2021 la UMSNH cuenta con la mayor matrícula de licenciatura en Morelia con 38,790 estudiantes del total de la matrícula pública en la ciudad que son 62,558 (Gráfica 3). Lo que representa el 62.01% de la matrícula de licenciaturas públicas de la ciudad (Gráfica 4).

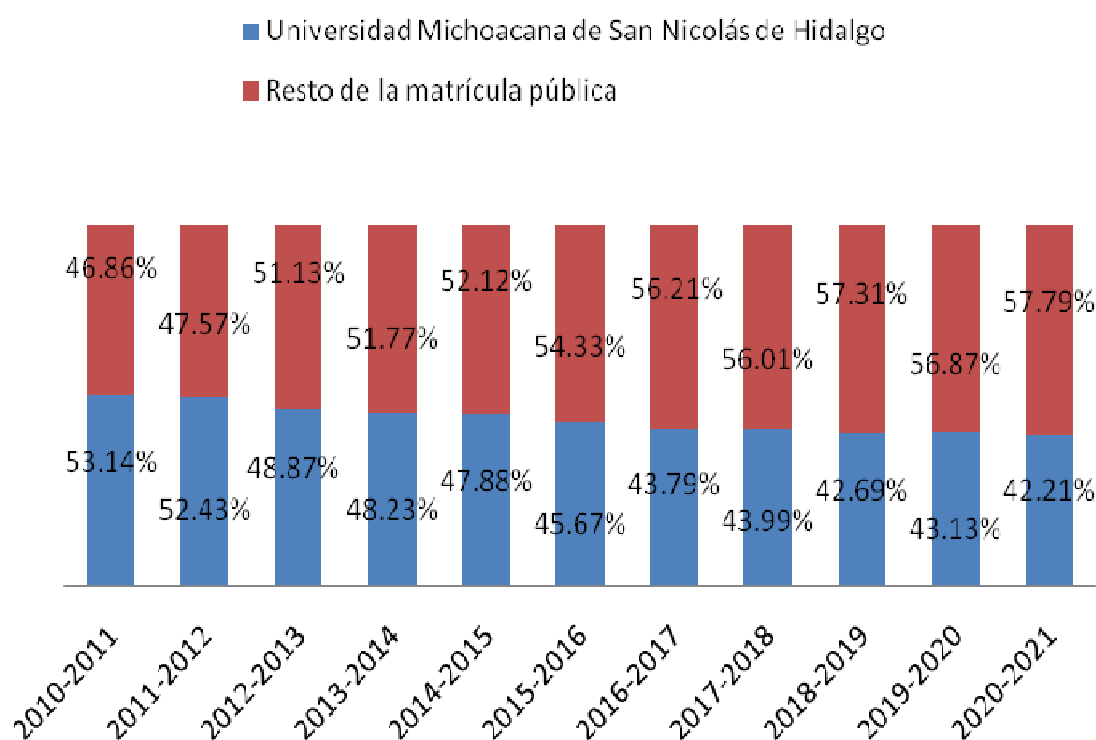
Hasta el ciclo escolar 2020-2021 de total de la matrícula de la UMSNH que son 40,508 estudiantes, 21,755 son mujeres y 18,753 son hombres (Gráfica 5). Esto representa el 53.71% de las mujeres contra el 46.29% de los hombres (Gráfica 6).

Gráfica 1. Matrícula de licenciaturas públicas en Michoacán y la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo, ciclos 2010-2011 – 2020-2021



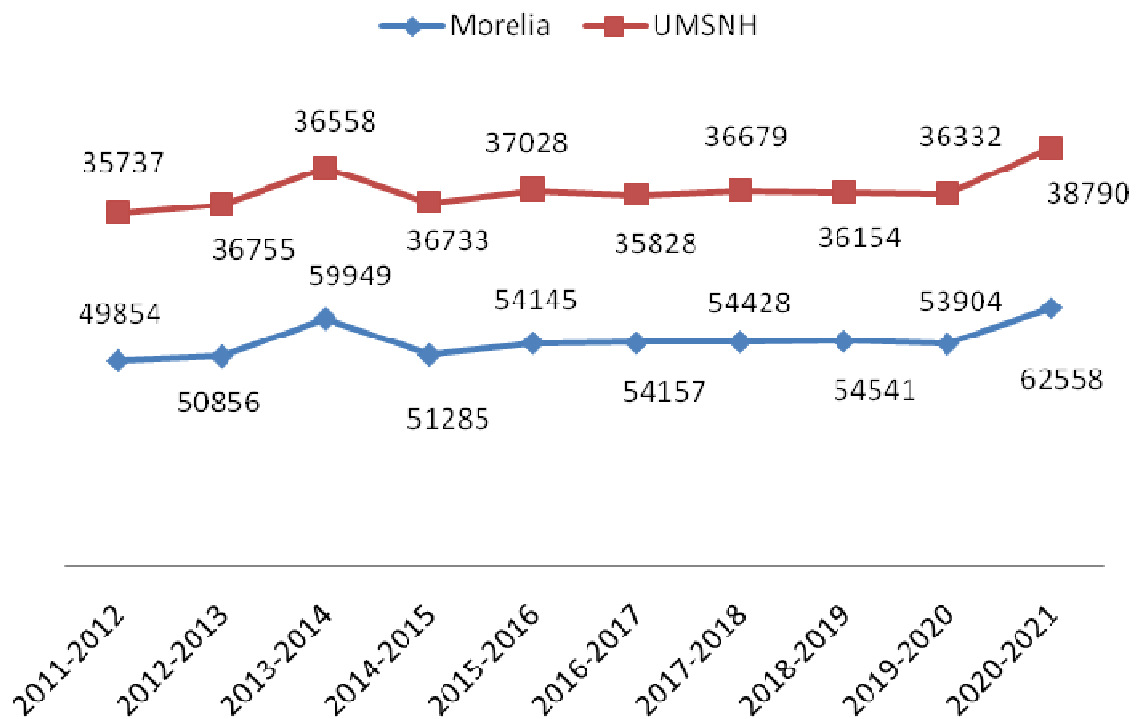
Fuente: Anuario estadístico ANUIES. Población escolar en la educación superior, técnico superior y licenciatura, 2022. Recuperado el 22 de diciembre de 2022 de <http://www.anuies.mx/informacion-y-servicios/informacion-estadistica-de-educacion-superior/anuario-estadistico-de-educacion-superior>

Gráfica 2. Estructura porcentual de la matrícula de licenciaturas públicas en Michoacán y la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo, ciclos 2010-2011 – 2020-2021



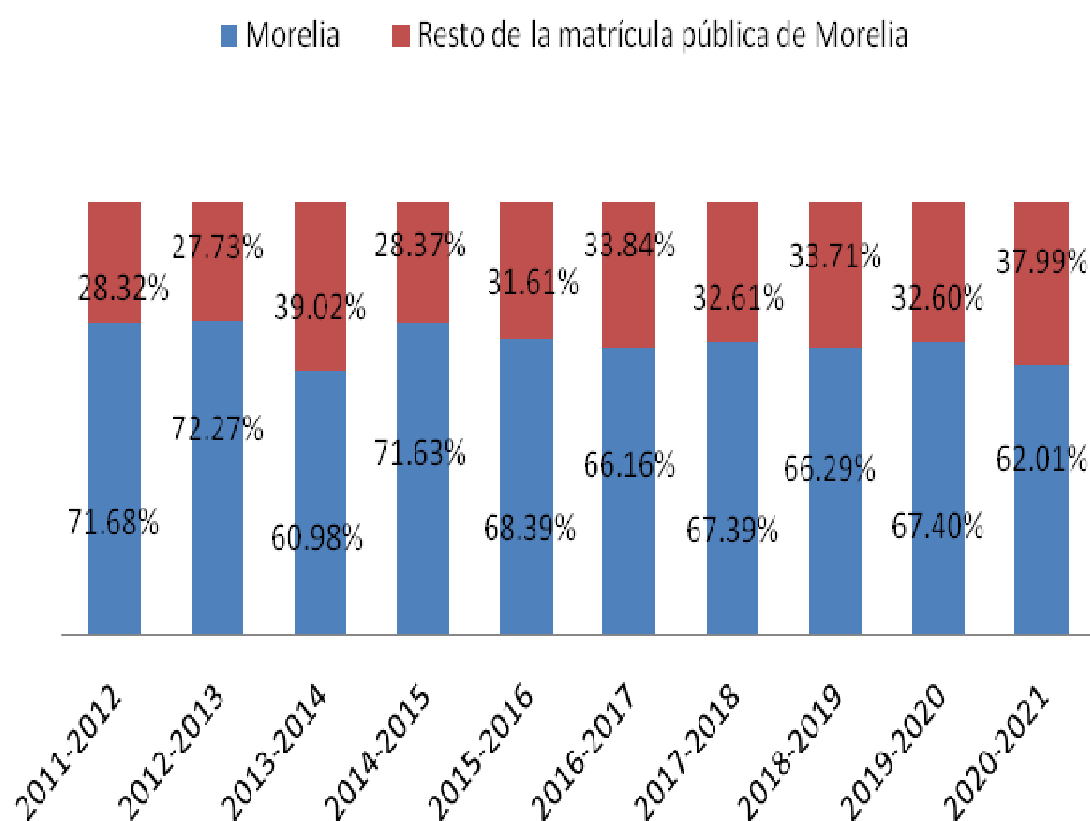
Fuente: Anuario estadístico ANUIES. Población escolar en la educación superior, técnico superior y licenciatura, 2022. Recuperado el 22 de diciembre de 2022 de <http://www.anuies.mx/informacion-y-servicios/informacion-estadistica-de-educacion-superior/anuario-estadistico-de-educacion-superior>

Gráfica 3. Matrícula de licenciaturas públicas en Morelia y la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo (Morelia), ciclos 2011-2012 – 2020-2021



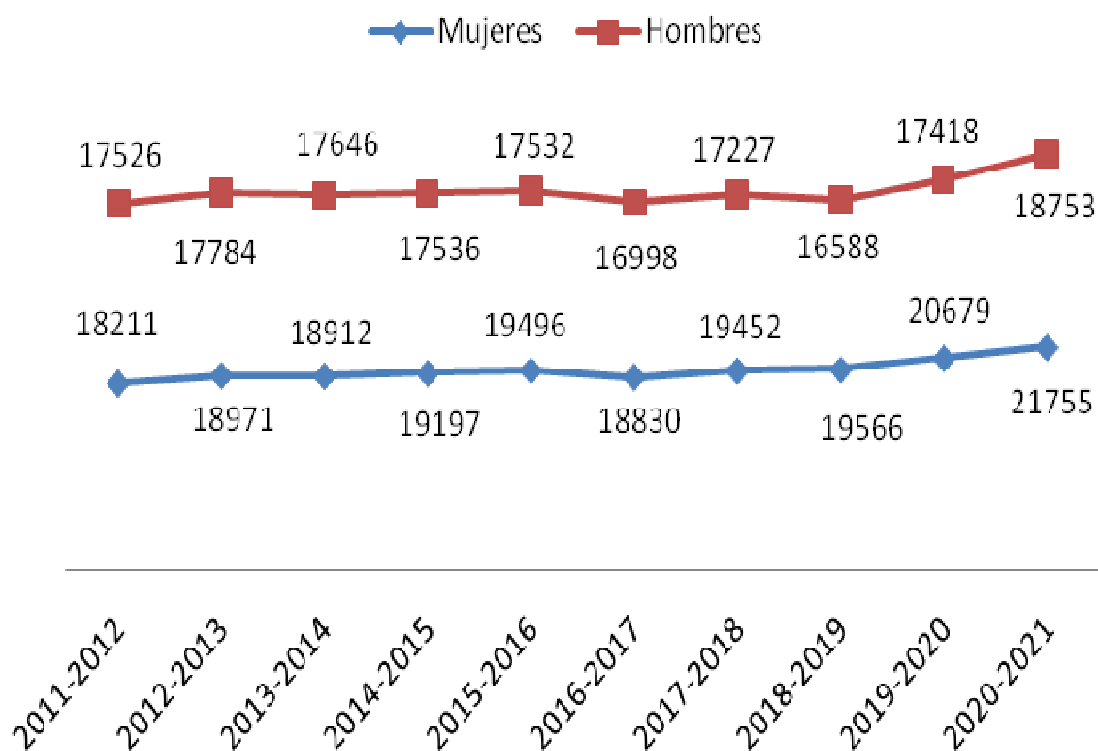
Fuente: Anuario estadístico ANUIES. Población escolar en la educación superior, técnico superior y licenciatura, 2022 Recuperado el 22 de diciembre de 2022 de <http://www.anuies.mx/informacion-y-servicios/informacion-estadistica-de-educacion-superior/anuario-estadistico-de-educacion-superior>

Gráfica 4. Estructura porcentual de la matrícula de licenciaturas públicas en Morelia y resto de la matrícula en la ciudad, ciclos 2011-2012 – 2020-2021



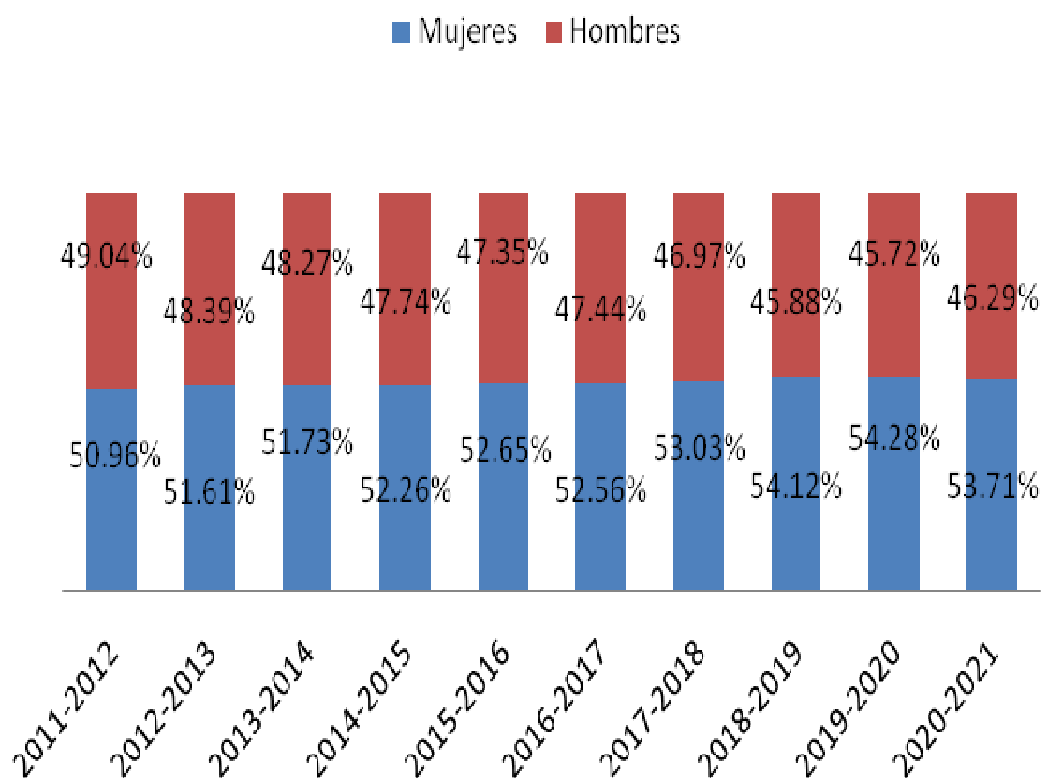
Fuente: Anuario estadístico ANUIES. Población escolar en la educación superior, técnico superior y licenciatura, 2022. Recuperado el 22 de diciembre de 2022 de <http://www.anuies.mx/informacion-y-servicios/informacion-estadistica-de-educacion-superior/anuario-estadistico-de-educacion-superior>

Grafica 5. Matrícula de licenciaturas públicas de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo, según sexo, ciclos 2011-2012 – 2020-2021



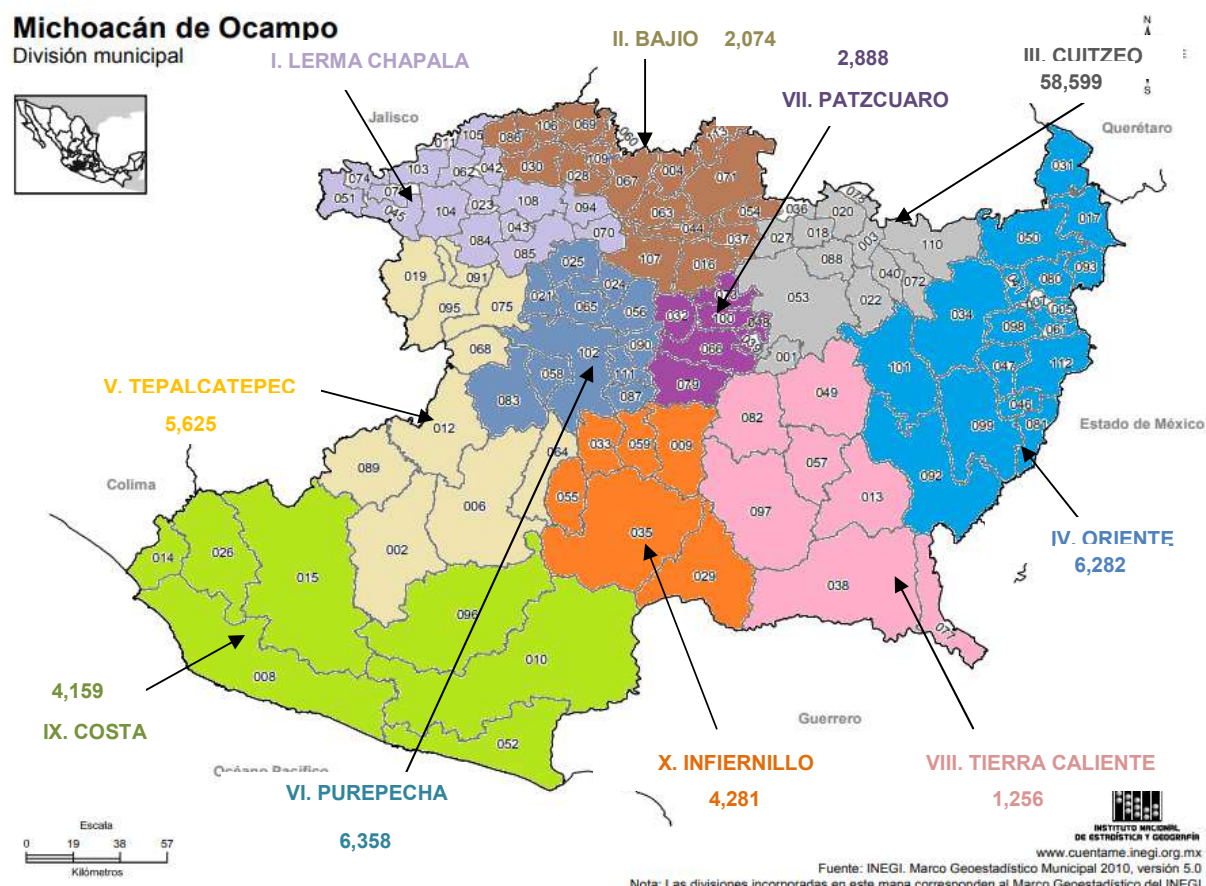
Fuente: Anuario estadístico ANUIES. Población escolar en la educación superior, técnico superior y licenciatura, 2022. Recuperado el 22 de diciembre de 2022 de <http://www.anui.es.mx/informacion-y-servicios/informacion-estadistica-de-educacion-superior/anuario-estadistico-de-educacion-superior>

Gráfica 6. Estructura porcentual de la matrícula de licenciaturas públicas de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo, según sexo, ciclos 2010-2011 – 2020-2021



Fuente: Anuario estadístico ANUIES. Población escolar en la educación superior, técnico superior y licenciatura, 2022. Recuperado el 22 de diciembre de 2022 de <http://www.anui.es.mx/informacion-y-servicios/informacion-estadistica-de-educacion-superior/anuario-estadistico-de-educacion-superior>

Mapa 1. Matricula regional de licenciaturas Públicas en Michoacán, ciclo 2020-2021



Fuente: Anuario estadístico ANUIES. Población escolar en la educación superior, técnico superior y licenciatura, 2022. Recuperado el 22 de diciembre de 2022 de <http://www.anuies.mx/informacion-y-servicios/informacion-estadistica-de-educacion-superior/anuario-estadistico-de-educacion-superior>

En este capítulo se muestra información y datos acerca de la UMSNH y el universo de estudio que son sus estudiantes. A continuación, en el capítulo 3 “Calidad de vida”, se habla acerca de la calidad de vida, su concepto, su importancia en el estudiante universitario y su relación con el desarrollo.

Parte III

Marco Teórico

Esta parte tiene como finalidad la presentación del Marco Teórico. En primer lugar se habla acerca de la calidad de vida, su concepto, su importancia en el estudiante universitario y su relación con el desarrollo; después se habla de la calidad de vida y la paz, presentando la definición de la paz, la cultura de la paz y la educación para la paz; posteriormente, la calidad de la educación y la Responsabilidad Social Universitaria (RSU); luego, la calidad de vida con cada uno de sus componentes que son estado de ánimo, salud y actividad física; satisfacción con las tareas; satisfacción con las interacciones libres y fundamentales; inteligencia emocional y competencias emocionales; y finalmente, la importancia y la relación que tienen la paz y calidad de vida con el desarrollo local.

Capítulo III

Calidad de vida

3.1. Concepto de calidad de vida

A mediados de la década de los años setenta es que inicia el tema de calidad de vida y es a partir de la década de los años ochenta que se expande, de hecho su origen se deriva fundamentalmente de la medicina, trascendiendo hacia la sociología y la psicología de donde provienen términos como la felicidad y el bienestar (Moreno y Ximénez, 1996), bienestar que puede ser físico, material, social, emocional alcanzado por los individuos o las sociedades. Por lo tanto, se puede ver la calidad de vida como la posibilidad de vivir la vida de manera plena, satisfactoria, digna, con libertad, y felicidad, entonces, si se tienen impedimentos físicos o enfermedades estos pueden llegar a limitar la calidad de vida (Marín, 2014).

Aunque es un concepto que apareció recientemente (en relación con la mejora de las condiciones de vida de las personas), existe desde el comienzo histórico de la humanidad (Moreno y Ximénez, 1996), en nociones como bienestar (ámbito social), salud (ámbito de la salud), satisfacción vital (ámbito psicológico), entre otros (García-Viniegras y González, 2000).

De acuerdo con esto, se puede decir que la calidad de vida puede ir dirigida al bienestar social o comunitario o a aspectos que tengan que ver con cuestiones individuales o grupales, y, además puede tener distintos enfoques o conceptos que van desde lo filosófico hasta lo concerniente a la salud o lo económico, por esa razón, se ha buscado una definición que pueda cubrir distintas áreas, la cual incluye componentes objetivos y subjetivos donde lo principal es el bienestar, incluyendo: el bienestar físico (salud, seguridad física), el bienestar material (privacidad, alimentos, vivienda, transporte, posesiones), el bienestar social

(relaciones interpersonales con la familia, las amistades, etc.), el desarrollo y actividad (educación, productividad, contribución) y el bienestar emocional (autoestima, estado respecto a los demás, religión), y que pueden variar de acuerdo a la influencia de factores sociales, materiales, de edad, de empleo o de políticas de salud (Instituto Nacional de Ciencias Médicas y Nutrición Salvador Zubirán [INCMNSZ], 2017).

Con todo esto, para medirla de manera subjetiva y además poder conceptualizarla, desde los años ochenta se le han ido dando distintas definiciones desde diversos ámbitos e importantes instituciones a nivel mundial una de ellas es la de la OMS (1996: 385) para la cual, la calidad de vida tiene que ver con “la manera en la que el individuo percibe el lugar que ocupa en el entorno cultural y en el sistema de valores en el que vive, así como la relación con sus objetivos, expectativas, criterios y preocupaciones”, incluyendo en su concepto la salud física, el estado psicológico, la independencia, las relaciones sociales, los factores ambientales y las creencias personales.

Asimismo, la Organización Mundial de la Salud (OMS) dice que en este concepto de calidad de vida no debe de estar manifestada la consideración de profesionales de la salud o miembros de la familia, tampoco la medición objetiva por sus posesiones o ingresos y mucho menos se tomará en cuenta el número de horas de sueño (pero si aquellos problemas que aparecen en el individuo con respecto al sueño) (OMS, 1996).

Por supuesto que, aunque no hay una definición clara de la calidad de vida se ha ido reflejando en distintos instrumentos propuestos para medirla (Dueñas *et al.*, 2005), así como en múltiples definiciones de distintos autores, entre ellos Gentile (2013), que establece que en la calidad de vida intervienen la economía, el ambiente, la sociedad, la cultura y factores socio-demográficos, añadiéndoles de acuerdo con Leigh y Fries (1994), el nivel educativo, los conocimientos y competencias personales y el acceso a la información.

Otros autores como Cummins (2000: 188) considera que “la calidad de vida es a la vez objetiva y subjetiva” y que contiene “siete ámbitos que son bienestar material, la salud, la productividad, la intimidad, la seguridad, la comunidad y el bienestar emocional”, así los ámbitos objetivos abarcan dimensiones que son fundamentales de bienestar objetivo a nivel cultural y ámbitos subjetivos que abarcan la satisfacción que considera distintos ámbitos de acuerdo a la importancia dada (Cummins, 2000) o Wanden *et al.* (2015) dicen que la calidad de vida contiene elementos como la riqueza y empleo, el ambiente, la salud física y mental, la recreación y de pertenencia a un grupo; entre otros. Además, Best y Cummins (2000), en sus estudios se dieron cuenta que cuando los individuos tienen ausencia de un ámbito, lo compensarán aumentando la satisfacción con otros para poder compensar esa pérdida.

Refiriendo la calidad de vida en relación con algunas disciplinas, las que mayormente han estudiado acerca de ella son la sociología y la psicología y está última analiza los siguientes ejes para que sirvan al mejoramiento de la misma (Trujillo *et al.*, 2004):

1. Persona-sociedad: Se refiere a la relación que tienen las personas con la familia, la iglesia, la escuela y las instituciones en general. En este caso son las personas las que construyen o destruyen su calidad de vida, puesto que son ellos mismos quienes pueden conservar o modificar sus estilos de vida, pero como no lo hacen de manera aislada modifica también las condiciones de sus miembros. Éste ayuda a distinguir (sin separar) estilos de vida personales y condiciones inmediatas y mediatas del entorno para poder precisar la calidad de vida de los componentes personales, así como de los ambientales y culturales (por mencionar algunos).
2. Objetivo-subjetivo: Considera los aspectos de la calidad de vida que se han de dividir en aquellos que se pueden cuantificar o sea que son objetivos (vivienda, educación, ingreso económico, estabilidad laboral y funcionamiento social) y a otros que simplemente no se pueden medir

llamados subjetivos (percepción en cuanto a la satisfacción de lo laboral, afectivo, familiar, etc.).

3. Biografía-historia o eje de desarrollo o a través del ciclo vital. En este eje aparece por un lado la parte histórica (tiempo histórico y social) y por otro la parte biográfica (tiempo de vida) del individuo. Aquí se consideran distintos factores como lo son los heredados, los aprendidos y de libertad de elección y que influyen en el mejoramiento o empeoramiento de la calidad de vida. Por lo tanto, la definición de calidad de vida se transforma gracias a lo que sucede (o lo que se hace) con esos factores.

Asimismo, para Ruth Veenhoven la calidad de vida es un concepto complejo, por lo que desarrolla una teoría donde establece dos planos que son: las oportunidades de vida (que pueden fallar al realizarse por error o mala suerte) y resultados de vida (de donde se puede sacar provecho de lo vivido), y las calidades externas (que están en el entorno) e internas (que están en el individuo). Por lo tanto, éstas convergen en una matriz cuádruple surgiendo dos variantes de calidad de vida potencial: las oportunidades de vida externas con la habitabilidad⁶ en el entorno y las internas que tienen que ver con la capacidad⁷ para la vida del individuo; y, los resultados de la vida externos que tienen que ver con la utilidad⁸ de la vida y las externas con la apreciación de la vida⁹ (Veenhoven, 2000) (Tabla 1).

Otro autor que ha hablado de la calidad de vida es Nava (2012), mencionando que en ella existe una combinación de elementos tanto objetivos como subjetivos, y que en los primeros intervienen el bienestar material, salud, y las relaciones de

⁶ Veenhoven refiere habitabilidad a las características del entorno con una connotación que no está limitada a las condiciones materiales. (Veenhoven, 2000).

⁷ Para Veenhoven la capacidad contrasta de manera adecuada con habitabilidad, y lo relaciona con el estar preparados para afrontar los problemas de la vida. (Veenhoven, 2000).

⁸ Utilidad que para Veenhoven representa la noción de que una vida buena ha de serlo para algo más que por sí misma. (Veenhoven, 2000).

⁹ Veenhoven califica esta apreciación como bienestar “subjetivo”, “satisfacción de la vida” y “felicidad”. (Veenhoven, 2000).

armonía en ambiente y comunidad y en los segundos intervienen la intimidad, lo emocional, la seguridad percibida, productividad personal y la salud pero desde la percepción.

Tabla 1. Calidades de vida

	<i>Calidades externas</i>	<i>Calidades internas</i>
<i>Oportunidades de vida</i>	Habitabilidad del entorno	Capacidad para la vida del individuo
<i>Resultados de vida</i>	Utilidad de la vida	Apreciación de la vida

Fuente: Veenhoven, (2000).

Cabe mencionar que existen distintos instrumentos que ayudan a medir la calidad de vida establecidos por importantes instituciones como es el caso del Instituto Nacional de Estadística (INE) de España, que considera nueve indicadores de calidad de vida, como son: condiciones materiales de vida, trabajo, salud, educación, ocio y relaciones sociales; seguridad física y personal; gobernanza y derechos básicos; entorno y medio ambiente; y experiencia general de vida. Este instrumento fue creado con la intención de desarrollar indicadores que ofrezcan una visión vasta de cuestiones sociales, de bienestar, y sostenibilidad que tengan una relación con el progreso.

También aparece la Comisión Europea (CE) que en el año de 2009 publica “El PIB y más allá” en el que evalúa el progreso ya desde una novedosa perspectiva, puesto que aparecen nuevas emergencias y necesidades mundiales, señalando que hacen falta indicadores que complementen al PIB, por lo que integra a lo económico cuestiones sociales y ambientales.

Para el 2011 el Comité del Sistema Estadístico Europeo (CSEE) aprueba un informe que mide el progreso, el bienestar y el desarrollo sostenible, y, basándose en éste la Oficina Europea de Estadística (EUROSTAT) para marzo del 2012 crea

un Grupo de Trabajo de Expertos de Calidad de Vida que cuenta con la participación de productores, usuarios e instituciones especializadas para desarrollar en años subsecuentes los indicadores de calidad vida más importantes, de los que se distinguen: 1) condiciones de vida material, 2) actividad productiva, 3) salud; 4) educación; 5) ocio e interacción social; 6) seguridad económica y seguridad física; 7) gobernanza y derecho básicos; 8) natural y condiciones de vida; 9) experiencia general de vida. La OCDE (2013) por su parte, aparece con 11 indicadores de calidad de vida como el de *Better Life Index*, que son: 1) vivienda; 2) ingresos; 3) empleo; 4) comunidad; 5) educación; 6) medio ambiente; 7) compromiso cívico; 8) salud; 9) satisfacción; 10) seguridad y 10) balance vida-trabajo.

Cabe mencionar que se han llegado a aplicar estudios que han ayudado a que desde distintos ámbitos (y contextos) se pueda analizar la calidad de vida, tal es el caso de unos estudiantes universitarios de Cataluña, Coahuila y Nuevo México en los cuales se realizó un comparativo de la calidad de vida, considerándose diferentes ítems con respecto a la percepción que tienen ellos del estado de ánimo, de su salud, en la satisfacción de las tareas del hogar, en la satisfacción en las tareas del curso/clase y satisfacción con las actividades de tiempo libre (Salgado *et al.*, 2017), donde se sopesó que la percepción de bienestar material tiene un cierto impacto en la calidad de vida, aunque no es un punto determinante (Ruvalcaba *et al.*, 2012). En cambio sí se puede ver que el logro de buenos resultados genera en los estudiantes una gran satisfacción con respecto a su calidad de vida (Elizabe *et al.*, 2019).

Sin duda alguna, al hablar de calidad de vida es importante destacar la importancia del bienestar físico (y no enfocarse principalmente en el económico), en el cual han de estar presentes dimensiones sociales, materiales y emocionales de una forma positiva en el individuo, lo que le ha de permitir vivir de manera satisfactoria, plena, libre y feliz (Marín, 2014), esto se puede suscitar desde luego en los diferentes ámbitos de la sociedad que son el microsistema, el cual afecta de manera directa a la persona (familia, hogar, grupo de iguales y lugar de trabajo);

el mesosistema que afecta la operación del microsistema (vecindario, comunidad, agencias de servicio y organizaciones); y el macrosistema que afecta valores, creencias y significado de conceptos y palabras (patrones culturales, cuestiones socio-políticas, sistemas económicos, etc.) (Verdugo *et al.*, 2017).

Por su parte, la Comisión de los Determinantes Sociales de la Salud (CDSS) en el año 2009, planteó los siguientes objetivos que tienen que ver con el bienestar y la calidad de vida a largo plazo (Gentile, 2013):

1. Relacionar el bienestar con el contexto sociopolítico.
2. Hacer participar a la comunidad de las decisiones políticas.
3. Intervenir efectivamente y hacer que las acciones sean más ágiles.

Precisamente para entender la importancia del bienestar y la felicidad en relación con la calidad de vida (considerando que ha de ser dinámica, abierta y que constantemente se renueva), Alguacil (1999:152), hace una contextualización de manera diacrónica de las definiciones de felicidad, bienestar y calidad de vida, ver tabla 2. Por su parte, Schalock *et al.* (2005: 300) tienen una propuesta de dimensiones e indicadores de calidad de vida, ver tabla 3.

No obstante, de acuerdo con García-Viniegras y González (2000), se puede decir que el ingreso y el consumo de bienes y servicios son únicamente indicadores objetivos que miden la calidad de vida donde realmente lo más importante es la percepción que el sujeto tiene de la realidad externa, por lo tanto, destacan dos factores que influyen en esa realidad, por un lado, los factores objetivos provocados por cuestiones establecidas por la sociedad en un contexto histórico-social determinado, y por otro lado, los factores subjetivos que tienen que ver con el grado de satisfacción (o insatisfacción) que el individuo percibe en su vida con respecto a sus logros y expectativas obtenidas a lo largo de su vida (bienestar psicológico), así hay una interacción entre ambos factores, en donde unos influyen sobre los otros, lo social en lo que tenga sentido para el individuo y el psicológico con respecto a cómo asume lo que se le presenta.

Tabla 2. Contextualización diacrónica de las definiciones

FELICIDAD	BIENESTAR	CALIDAD DE VIDA
Preindustrial	Industrial	Posindustrial
Espiritual	Material	Reconocimiento de los bienes materiales y los bienes inmateriales.
Subjetividad	Objetividad	Subjetividad más objetividad. Búsqueda de equilibrio entre la libertad individual y los vínculos colectivos.
Microsocial- local	Microsocial-global	Tolerancia entre lo local y lo global. Búsqueda de lo complementario entre lo micro y lo macro.
Autonomía de la ética	Autonomía de economía	Autonomía de la política

Fuente: Alguacil (1999).

Tabla 3. Dimensiones e indicadores de calidad de vida (1/2)

DIMENSIÓN	DEFINICIÓN	INDICADORES
Bienestar emocional	Felicidad, Opinión sobre sí mismo y tranquilidad.	Satisfacción, estado de ánimo, diversión, identificación, autoestima, amor propio, previsibilidad y control.
Relaciones interpersonales	Interacciones y relaciones con los otros, contar con apoyo de los demás.	Interacción social, redes, contactos, familia, amigos, compañeros, soporte emocional, físico y financiero.
Bienestar material	Situación financiera,	Ingreso, prestaciones, situación laboral, ambiente

	empleo y vivienda.	laboral, tipo de vivienda, propiedades.
--	--------------------	---

Tabla 3. Dimensiones e indicadores de calidad de vida (2/2)

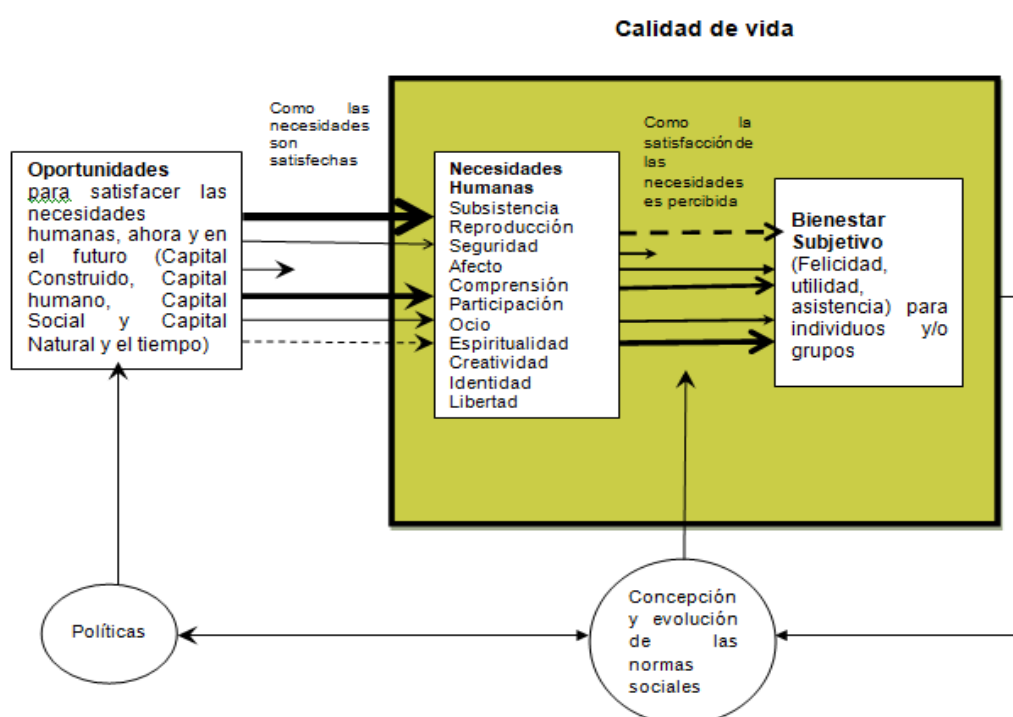
DIMENSIÓN	DEFINICIÓN	INDICADORES
Desarrollo personal	Educación, habilidades y desempeño.	Logros, nivel educativo, habilidades cognitivas, sociales y prácticas, éxito, rendimiento y productividad.
Bienestar físico	Salud, actividades de la vida diaria, atención médica y ocio.	Síntomas, funcionamiento, condición física y nutrición en cuanto a la salud, cuidado personal, motricidad, recreación y pasatiempo.
Autodeterminación	Autonomía/control personal, metas y opciones.	Independencia, deseos, expectativas, oportunidades, alternativas y preferencias.
Inclusión social	Integración y participación de la comunidad y relaciones sociales, roles comunitarios y apoyo social.	Colaboración, voluntariado, redes de apoyo y servicios.
Derecho	Derechos humanos y legales.	Respeto, dignidad, igualdad, nacionalidad, accesibilidad y garantías.

Fuente: Schalock et al. (2005).

Costanza *et al.* (2007), se preocupan por las necesidades humanas (necesidades básicas para la subsistencia, la reproducción, la seguridad, etc.) y cómo es que la satisfacción de ellas es percibida a través del bienestar subjetivo (evaluado por individuos o grupos que responden a preguntas sobre la felicidad, satisfacción con la vida, utilidad o bienestar), necesidades que a su vez son mediadas por las oportunidades que son las que ayudan a que puedan ser satisfechas. Estas oportunidades han de ser construidas a partir de capital humano (conocimiento e información almacenadas en los cerebros de las personas y el trabajo), el capital

social (redes y normas que facilitan la cooperación), el capital natural (bienes renovables y no renovables y servicios proporcionados por los ecosistemas), el capital construido (herramientas, equipo, etc.), y el tiempo, los cuales son asignados por medio de las políticas y la cultura (Diagrama 1).

Diagrama 1. Calidad de vida como la interacción de las necesidades humanas y la percepción subjetiva de su cumplimiento, mediado por las oportunidades disponibles para satisfacer las necesidades



Fuente: Costanza *et al.* (2007).

Uno de los conceptos más cercanos a lo que es calidad de vida (pues integra las distintas dimensiones alrededor de ella) sería el de García-Viniegras y González (2000: 590), pues mencionan que:

“El resultado de la compleja interacción entre factores objetivos y subjetivos; los primeros constituyen las condiciones externas (económicas, sociopolíticas, culturales, ambientales, etc.), que facilitan o entorpecen el pleno desarrollo del hombre, de su personalidad. Los factores subjetivos están determinados en última instancia por la valoración que el sujeto hace de su propia vida en función del nivel de satisfacción que alcanza en las esferas o dominios más importantes de su vida”.

Aunque existen estudios y definiciones alrededor de la calidad de vida, la mayoría de ellos están basados en su funcionamiento, pero solo algunos la miden como tal, porque cada persona tiene una impresión de lo que es la calidad de vida, lo que complica al momento de querer hacer comparaciones (Dueñas *et al.*, 2005).

3.2. Calidad de vida en el estudiante universitario

La calidad de vida tiene un vínculo con elementos como el bienestar, condiciones de buena salud y el desarrollo adecuado del individuo en cada una de sus etapas de vida. Así, autores como Olivella-López *et al.* (2020) han considerado como parte importante de la calidad de vida en el universitario:

- 1) La salud, la cual incluye aspectos como la alimentación, sueño, hábitos saludables, antecedentes médicos y aquello relacionado con la parte física, pues los universitarios están expuestos a estilos de vida que no son del todo saludables por las largas jornadas académicas, presentando malos hábitos alimenticios, actividades sedentarias, incrementando la falta de actividad física, afectando su salud y por ende su calidad de vida (Concha-Cisternas *et al.*, 2019).
- 2) La vida escolar o académica, que incluye eficacia en la vida escolar, proyecto de vida y metas trazadas, buenas calificaciones, alto rendimiento escolar
- 3) Los factores socio-demográficos, que incluyen características sociales, demográficas, habitacionales y culturales.

Esto permite que el universitario perciba una sensación de bienestar y equilibrio en cuanto a su salud, sus estudios o su situación socio-demográfica (Olivella-López *et al.*, 2020).

Entonces, sin duda alguna en la calidad de vida subjetiva siempre han de estar presentes factores como la felicidad y la satisfacción (Bognar, 2005), pues al ser

subjetiva están implícitos la percepción o sensación de los mismos, por lo tanto, para darles determinados valores hay que considerarlos de manera distinta dependiendo del propósito de estudio (Diener, 1984).

Es así que gracias a la calidad de vida (como indicador), se puede conseguir información relevante acerca de las condiciones de vida de las personas y de la percepción que tienen con respecto a ello. Aunque no hay un modelo preciso de medición de la calidad de vida (porque como se mencionaba con anterioridad, depende de las circunstancias y del contexto o enfoque hacia el cual va dirigido), para los universitarios tiene mucha importancia ya que esta población se encuentra en un momento formativo con respecto a su vida personal y profesional y este grupo poblacional en algún momento ha de formar parte de la actividad económica de la sociedad, así estos estudios ayudan a comprender como se sienten y como se puede mejorar en la calidad, evaluando los programas de intervención del alumnado para planificar los servicios y formulación de políticas públicas (Wanden-Berghen, 2015).

Se han hecho estudios como el de Dueñas *et al.* (2005) (realizado a estudiantes universitarios de la ciudad de Puebla, México) con el interés de entender qué significa para los universitarios contar o no con una agradable o desagradable calidad de vida, porque cada individuo tiene un concepto distinto con respecto a lo que esta representa. En ese estudio destacaron como indicadores de calidad de vida la estabilidad familiar, la estabilidad social, económica, necesidades básicas resueltas, realización personal y el estado de ánimo. Así que de nuevo, se puede ver que es necesario entender el medio en el que ha crecido el individuo y la jerarquización que da a las variables presentadas (Dueñas *et al.*, 2005).

Otros investigadores, como Sirgy *et al.* (2007), han establecido un modelo que mide la calidad de vida universitaria, determinando cuatro hipótesis (Diagrama 2):

- La satisfacción con las instalaciones y los servicios universitarios provoca la satisfacción con los 1) aspectos académicos y 2) la satisfacción con los aspectos sociales:

- a. Satisfacción con los servicios de biblioteca: biblioteca en su conjunto, personal de biblioteca, organización de la biblioteca, sección de consulta, recepción y disponibilidad de materiales.
 - b. Satisfacción con servicios de transporte y estacionamiento: la situación de estacionamiento en el campus y la situación de transporte en el *campus*.
 - c. Satisfacción con los servicios de salud: servicios de salud en general ofrecidos en la escuela, personal médico, entorno en el centro de salud y precios de los centros de salud en general (ej. Tarifa base, rxs, etc.).
 - d. Satisfacción con la librería: librería del *campus* en general y abastecimiento de libros en la tienda.
 - e. Satisfacción con las telecomunicaciones: disponibilidad de los sistemas tecnológicos (centros de cómputo, sistemas, televisión, etc.), la calidad de los sistemas tecnológicos y la calidad de las telecomunicaciones (correo de voz, larga distancia, etc.).
 - f. Satisfacción con centro de recreación: centro recreativo, horas de funcionamiento, instalaciones y personal.
- La satisfacción de los aspectos académicos influye en la calidad de vida:
 - a. satisfacción con el cuerpo docente: calidad de enseñanza, acceso al cuerpo docente y conocimiento de la materia por parte del profesor.
 - b. Satisfacción con el método de enseñanza: uso de la tecnología e interacción en el aula.
 - c. Satisfacción con el entorno en el aula: Localización del aula, mobiliario, iluminación y sonido adecuado, número de estudiantes por clase y control del clima en clase.

- d. Satisfacción con la carga de trabajo estudiantil: carga de trabajo total y nivel de dificultad.
 - e. Satisfacción con la reputación académica: reputación de la universidad y reputación de los docentes.
 - f. Satisfacción con la diversidad académica: diversidad multicultural en el profesorado, diversidad étnica entre los estudiantes, diversidad de género entre los estudiantes y diversidad multicultural en la universidad.
- La satisfacción de los aspectos sociales influye en la calidad de vida:
 - a. Satisfacción con la residencia en el *campus*: calidad, mantenimiento, seguridad, ubicación y comodidad, asignación de habitaciones y actividades la habitación.
 - b. Satisfacción con programas y servicios internacionales: servicios ofrecidos, programas internacionales, información proporcionada por los centros internacionales y el enfoque que cada departamento ha tomado para alentar al estudiante a estudiar en el extranjero.
 - c. Satisfacción con programas y servicios espirituales: apoyo universitario para la vida espiritual, organizaciones de vida espiritual, servicios de culto en el campo.
 - d. Satisfacción con clubes y fiestas: fraternidades, selección de clubes y experiencia de club.
 - e. Satisfacción con deporte colegiado: deporte intercolegial en general, deporte intercolegial para hombres, atletismo intercolegial para mujeres, campos deportivos y eventos deportivos.

- f. Satisfacción con actividades recreativas: sala de juegos, actividades patrocinadas de recreación, deportes intramuros y conciertos en el *campus*.

Los universitarios son un grupo importante por medio del cual se pueden realizar actividades de promoción y de prevención, pero claro es fundamental que el universitario cuente con apoyo social, personal, emocional y físico en su entorno para que pueda percibir que cuenta con calidad de vida (Olivella-López *et al.*, 2020).

Diagrama 2. El modelo conceptual de calidad de vida universitaria



Fuente: Sirgy *et al.* (2007).

Actualmente algunas universidades apuestan por programas con calidad, como el Espacio Europeo de Educación Superior (EEES), que es una organización ha venido promoviendo el desarrollo y la aplicación de sistemas que permitan la medición, la comparación, el seguimiento y la mejora de resultados de los sistemas universitarios, del mismo modo mira a los estudiantes como una parte activa en el sistema educativo, por lo cual trabaja en que haya una mejora en las

habilidades y aptitudes del mismo, pues para que haya calidad es importante considerar la perspectiva del estudiante, para saber cuál es su nivel de satisfacción con la intención de mejorar su calidad de vida universitaria centrándose en el bienestar subjetivo (Blazquez *et al.*, 2013).

Siendo así, se puede ver la importancia de la calidad de vida en el universitario que ha de formar parte activa económica de la sociedad, así como también es un ciudadano más que siente, que tiene anhelos y metas por cumplir y puede lograr lo que se proponga trabajando en ello, pero es mejor si cuenta con el soporte del Estado, la universidad y las redes de apoyo familiar, vecinal, social, etc.

3.3. Calidad de vida y desarrollo

El desarrollo viéndolo de manera más integral, considera diferentes nociones que influyen en él, y que tienen que ver con cuestiones económicas, sociales, políticas, culturales e históricas (Arias, 2013).

Gudynas (2011, p.22), define el desarrollo en relación con las personas como “el progreso, bienestar, modernización, crecimiento económico, social, cultural o político”. Por lo tanto, en el desarrollo no solamente va implícita la cuestión económica, además están consideradas la cuestiones de percepción con las que cuenta el individuo. Así, el concepto de desarrollo con los años – y considerando otras cuestiones no solo económicas- ha tenido cambios muy importantes, que tiene que ver con la sociedad (Arias, 2013).

En cuanto a la calidad de vida se puede decir que es un concepto que no es fácil de medir, menos si de simples bienes se trata o si el individuo cuenta con servicios básicos (como agua potable, electricidad, etc.) situación favorable para él, que no garantiza que sea más feliz, pero al menos no se somete a enfermedades de modo que pierda parte de la calidad de vida con la que cuenta (Sabino, 2004).

Por eso es que calidad de vida y desarrollo tienen una relación tan estrecha pues ambos tienen intereses en común (ambas miden cuestiones objetivas y subjetivas), y hay indicadores que relacionan la calidad de vida con el desarrollo como es el caso del Índice de Desarrollo Humano (IDH), que apareció en el año de 1990 y su finalidad es entender el progreso social. Anteriormente los indicadores de desarrollo se enfocaban en las cuestiones económicas, pero el IDH se interesa además en una vida larga y saludable, creativa y digna, por lo que considera la longevidad, educación y el ingreso de las personas. Es fundamental, pues gracias a él se puede medir el bienestar de la población y todo lo relacionado a la calidad de vida (PNUD, 2019).

El desarrollo humano es entonces como lo mencionan Vergara *et al.* (2009, p.381) “el proceso mediante el cual el ser biológico trasciende hacia el ser social y cultural”, el cual está trabajando en el mejoramiento de sus potencialidades. Este concepto aparece gracias a que organizaciones como PNUD y el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) han levantado la voz debido a la inequidad de distribución de la riqueza, y han establecido que para que esté presente el desarrollo es importante enfocarse en las personas y no únicamente en los objetos, por lo tanto las mediciones deberían hacerse con indicadores no solamente cuantitativos, sino también cualitativos (Vergara *et al.*, 2009).

Por lo tanto, como afirma Sabino (2004), ahora contar con energía eléctrica (para gran parte de las comunidades rurales) se mira como algo natural, pero para muchas comunidades alejadas de la urbe o en tiempos pasados esto sería considerado un lujo, además de que no se debe perder de vista que requiere de todo una industria eléctrica (artefactos, mantenimiento continuo, actividad administrativa y general, personal, etc.) y que si fallara, realmente el individuo sabría de lo indispensable que es contar con ella, y así, pueden aparecer más ejemplos de otros servicios, como el caso del agua potable (que ya empieza a escasear en muchas comunidades del país, incluso en ciudades grandes), o el gas, la gasolina, etc.

Entonces el concepto de desarrollo humano se puede medir desde la calidad de vida para poder comprender las condiciones de vida en las que se encuentra la persona y su satisfacción experimentada con respecto a esas condiciones, pero para ello es importante conocer la concepción que se tiene con respecto a la sociedad y el desarrollo con el que se cuenta y se pretende conseguir, por eso la importancia del contexto, pues las necesidades de logro de metas y proyectos son percibidas de manera particular por un individuo que pertenece a determinada comunidad en determinado tiempo (Vergara *et al.*, 2009).

No se debe de perder de vista que el desarrollo humano, puede mejorar, cuenta o no con bienes materiales el individuo, ya que el bienestar psicosocial es un factor importante en la calidad de vida e incluye recreación, trato digno, reconocimiento, participación, afecto, conocimientos, hábitos, valores, etc. (Salas y Garzón, 2013), que están incluidos también en los objetivos de desarrollo sostenible 2030 (Naciones Unidas, 2022).

La prueba de que la calidad de vida y el desarrollo tienen una relación estrecha es que como lo menciona la Comisión Económica para América Latina (CEPAL), para la mayoría de los países que se encuentran en vías de desarrollo, el problema de la calidad de vida, tiene que ver con su propia condición de subdesarrollo, aun cuando haya un aparente crecimiento. Es por eso que es necesario, que se cuiden más los recursos, respetar el medio ambiente y medir el crecimiento de otra manera (Gildenberger, 1978).

Una de las razones por las que no se han podido cuidar los recursos es precisamente por el incremento de la población y que no se ha llevado un control adecuado del mismo, y es que antes se pensaba que los recursos naturales eran infinitos, pero con los años, han aparecido los conceptos de “límites de crecimiento”, donde los investigadores señalan claramente la finitud del planeta y sus recursos. Así que el poco cuidado de esos recursos y el aumento desmedido de la población han traído muchos problemas a su calidad de vida. De manera que es fundamental cambiar las ideas que se tenían con respecto al crecimiento (relacionándolo con el progreso) y buscar patrones alternativos de desarrollo,

entre ellos la calidad de vida, en la que se priorice a la población, el medio ambiente, la distribución equitativa del ingreso y que exista el pleno empleo (Gildenberger, 1978).

Así pues, como lo menciona Aurelio Peccei, es necesaria una revolución humanista que esté sostenida en dos pilares fundamentales que son la justicia social y el desarrollo del hombre, pues si no se cuenta con ellos no habrá paz, ni seguridad, tampoco desarrollo social, ni económico y menos se puede tener en cuenta la libertad, dignidad humana o calidad de vida (Gildenberger, 1978). Entonces para hablar de desarrollo (y no tanto de crecimiento), es necesario que las naciones atrasadas no traten de imitar a las naciones desarrolladas, sino que ambas busquen otros estilos en los que no esté presente solamente ámbito económico.

En realidad las investigaciones y actividades en pro del progreso a lo largo de la historia han afectado de manera negativa y positiva la calidad de vida de la población, en la parte negativa, aparece claramente la escasez de agua potable, la contaminación, la desigualdad económica, etc., pero en la parte positiva han habido avances que han mejorado las condiciones de vida de los individuos, como las medicinas, los medios de transporte, las vacunas, los antibióticos, los servicios básicos, cambios que el ser humano actual realmente no dimensiona (energía, computadoras personales, celulares, medios de transporte, redes de comunicación, etc.) (Sabino, 2004), pero que son fundamentales para estas generaciones.

Pero, claro de nuevo volver al contexto y entendimiento de que tan importantes son algunas de estas cuestiones para algunos grupos poblacionales, porque posiblemente calidad de vida y desarrollo para un grupo poblacional sería el poder contar con servicios de luz o agua (para poder bañarse y tener sus hogares limpios, por ejemplo), o una carretera que les permita conseguir de manera más fácil algunos productos básicos, antes que tener internet y para otro grupo poblacional calidad de vida podría ser tener la casa con todos servicios (agua, luz, internet, plataformas de *streaming*), etc.

Claro está que hay parámetros que indican las necesidades de las que no se puede prescindir y que hay que cubrir para poder vivir “bien”, como las que mencionaba Maslow (1943) (fisiológicas, de seguridad, sociales, e reconocimiento y de autorrealización), porque por ejemplo en el caso de las fisiológicas, si una persona no puede respirar de manera adecuada, afecta su calidad de vida, pues no se siente sano, le puede generar altos costos, puede descuidar aspectos importantes de su vida, etc.

3.3.1. Desarrollo dentro de la universidad

En este siglo ha aparecido un modelo, en donde el conocimiento es fundamental para el desarrollo económico, político y social. Peter Drucker, ha sido uno de los pioneros en darse cuenta de que el saber es un recurso básico para que se dé la transformación de sociedad industrial manufacturera a una de servicios, creó términos como “trabajo de conocimiento” o “trabajador del conocimiento”. Así, se les ha ido dando a las universidades la importancia para ser un soporte en el cual se pueda construir un modelo de sociedad distinto, y que sea posible garantizar la calidad en la educación superior (López *et al.*, 2013).

Es indispensable como bien lo mencionan Días *et al.* (2007), que la universidad cuente con tres elementos importantes que son relevancia, pertinencia (la educación superior en la sociedad teniendo un papel importante en la investigación, enseñanza, aprendizaje, compromiso con el mundo laboral, etc.) y equidad en busca de un modelo de desarrollo, que debería de ser universal (alcanzado por los seres humanos de todos los países y regiones), integral (considerando al ser humano como un todo) y sostenible (asegurando a todas las generaciones), situación compleja pues no se ha logrado del todo encontrar un modelo que incluya a los tres, pues con la globalización, lejos de ayudar se aumentan los problemas de la población, como la pobreza, el hambre, el analfabetismo, la violencia, la contaminación, las epidemias, la exclusión tecnológica, etc.

La educación superior debería de ayudar en la construcción de un diálogo trascendente y de comunicación cultural, porque aunque existen grandes avances en cuanto a ciencia y tecnología se refiere, la distancia entre las culturas y la desigualdad no han permitido que se dé un desarrollo sostenible, entonces el papel de las universidades deberían ser de encargarse el de fomentar y difundir la cultura, valores y tradiciones representativas de la sociedad (Stubrin *et al.*, 2007), ya que las actividades que realiza cada universidad y sus contenidos tienen relación con el panorama que tiene con respecto a su vínculo con la sociedad y de la consideración de la universidad como una institución que puede ayudar en el desarrollo y mejora de la comunidad a la que pertenece (Domínguez, 2009).

Las universidades han contado con un compromiso social tradicional estructurado en tres ejes que son la docencia (profesionalización), la investigación (enfoque catedrático y social) y la extensión (transferencia de saberes a la sociedad no cubiertos por la universidad), este último eje se politizó debido a los cambios (ideológicos, de legitimación, etc.), pero gracias a la masificación de los estudiantes y la aparición de distintas instituciones ha permitido que exista una población estudiantil más exigente, competitiva, plural y menos elitista, permitiendo diferentes enfoques y propósitos (Domínguez, 2009).

La educación y la calidad universitaria tienen ideas e intereses en común en materia de desarrollo económico, social, cultural, científico y académico, por mencionar algunos, por lo mismo se espera de la comunidad universitaria el que pueda contribuir en la erradicación de la desigualdad social, y ayudar a mejorar la calidad de vida de los individuos por medio de conocimientos y valores, apoyándose en principios de excelencia, equidad, relevancia y pertinencia (López *et al.*, 2013).

En este capítulo se habla acerca de la calidad de vida, su concepto, su importancia en el estudiante universitario y su relación con el desarrollo. A continuación, en el capítulo 4 “Calidad de vida y paz”, se habla de la calidad de vida y la paz, presentando la definición de la paz, la cultura de la paz y la educación para la paz.

Capítulo IV

Calidad de vida y paz

4.1. Definición de la paz

La paz ha cobrado mayor relevancia en la actualidad debido a la presencia de violencia y problemas sociales en los países, siendo un punto de interés en el sentir de los ciudadanos del mundo, igualmente de los políticos, gobernantes, personas de la iglesia, mujeres, jóvenes, empresarios, etc. Pero el concepto de paz que se conoce en la actualidad ha ido evolucionando, pues apareció tomando en cuenta distintas experiencias culturales aportadas por distintas tradiciones (griegas, cristianas, hinduistas, etc.), que se fueron y se han ido integrando a través del tiempo, y como la paz tiene que ver con todos es importante incluir todas las vivencias para poder encontrar una mejor manera que permita solucionar los conflictos. Así que a partir de todos los conflictos existentes a lo largo de la historia y la necesidad de encontrar soluciones, surge el concepto de paz (Molina y Muñoz, 2004).

En entonces que entre los múltiples conceptos o ideas alrededor de la paz aparecen importantes personajes hablando y trabajando en favor de ella y lo que implica que esté presente, como el caso de Immanuel Kant (1795), que para él era necesario que las naciones trabajaran en pro de paz, porque pensaba que hasta cierto punto era natural que existiera la guerra y el conflicto entre los hombres, empezando por su necesidad de supervivencia (visto claramente en la historia), por eso la relevancia de que la naciones pusieran orden garantizando la paz (considerada por él anti-natural) a través de las leyes; otro importante líder de paz de finales siglo XIX y principios de siglo XX fue Mahatma Gandhi, que decía que “no hay camino hacia la paz, la paz es el camino”, pues pensaba que para

conseguir lo que se anhela no era necesario recurrir a la violencia, bajo ninguna circunstancia (Agencia de la ONU para los refugiados [ACNUR], 2020).

Luego aparece Eleanor Roosevelt que fue la pionera en la Declaración de los Derechos Humanos, considerando que todo mundo debe de contar con ellos (Juventud por los Derechos Humanos, (2022), ya que la dignidad y los derechos personales son el fundamento de la libertad, la justicia y la paz en el mundo; después, Nelson Mandela un importante líder político de Sudáfrica (que fue elegido presidente de ella en el año de 1994) premiado por importantes instituciones enfocadas en la paz, respecto a ella manifestó que “la paz no es simplemente la ausencia de conflicto; la paz es la creación de un entorno en el que todos puedan prosperar” no importando desde luego su raza, creencia, sexo, color o cualquier característica que los distinga (ACNUR, 2017: p. 5).

Otra destacable líder que recibió importantes premios por su ardua labor a favor de la paz, fue la madre Teresa de Calcuta y respecto a ello decía que “la Paz comienza con una sonrisa” (Barbosa, 2013) y que en la paz todo comienza con el silencio, pues de él se obtiene la oración, de la oración la fe, de la fe el amor, del amor el servicio y del servicio la paz (Domínguez, S.f.). Por su parte la RAE (2023: párr. 5) dice que la paz es “el estado de quien no está perturbado por ningún conflicto o inquietud”.

En tanto que el *Concil of Europe* (COE, 2017) (retomando parte de lo que mencionaba Mandela), afirma que la paz no tiene que ver exclusivamente con la ausencia de conflictos, pues igualmente implica de la presencia de justicia, equidad, derechos humanos y el respeto por la tierra. Así que es claro que no solamente los conflictos aniquilan la paz, sino también la pobreza, el racismo, los problemas con el medio ambiente, la ausencia de democracia y la trasgresión a los derechos humanos (Rokseth, 2018), esto debido a que la paz –como bien lo menciona Muñoz (2004:24)- “es un signo de bienestar, felicidad y armonía” que une a las personas, las hace sentirse más humanas y le da sentido a sus vidas, además les permite salir de los conflictos de mejor manera, pues se convierte en

una herramienta contra el egoísmo, el individualismo, la humillación hacia los demás y cualquier forma de violencia (Muñoz, 2004).

Asimismo Galtung (2003, pp. 57-58), reconoce dos aspectos importantes que contiene la paz son:

1. La paz negativa: que es “la ausencia de cualquier tipo de violencia” y que dicha violencia se puede dividir en:

- a. Violencia natural: que es originada por la naturaleza, en donde se incluye el cuerpo humano, ésta es involuntaria y no intencionada por parte del individuo.
- b. Violencia directa o de actor: definida en espacios personales, sociales y mundiales, ésta es intencionada tanto por las acciones individuales o por las personas dentro de las colectividades.
- c. Violencia indirecta o estructural: aquella que está inserta en los espacios personales, sociales y mundiales, y no es intencionada.
- d. Violencia cultural: que sirve para legitimar la violencia directa y estructural, motivando a los actores a incurrir en la violencia directa o a evitar neutralizar la violencia estructural; puede ser o no intencionada.
- e. Violencia temporal: la que implica repercusiones negativas para las futuras generaciones.

2. La paz positiva, la cual está dividida en 4 tipos:

- a. La paz natural: que establece la cooperación entre las especies y la ausencia de lucha.
- b. La paz positiva directa: que tiene que ver con la bondad verbal y física, el bien para el cuerpo, la mente y el espíritu del Yo y el Otro;

que está dirigida a todas las necesidades básicas, supervivencia, bienestar, libertad e identidad y en la que el amor es el compendio de todo eso en donde aparecen la unión de cuerpos, mentes y espíritus.

- c. La paz positiva estructural: que sustituye represión por libertad y equidad por explotación, así como refuerza el diálogo en lugar de penetración, integración en lugar de segmentación, solidaridad en lugar de fragmentación y participación en lugar de marginación. Considera también a la paz interior, pretendiendo la armonía cuerpo-mente-espíritu y tiene como clave el diálogo interno y externo en el ser consigo mismo.
- d. La paz positiva cultural: que sustituye la legitimación de la violencia con la legitimación de la paz; en la religión, el derecho y la ideología; en el lenguaje, en el arte y la ciencias, en las escuelas, universidades y medios de comunicación; construyendo así una cultura de paz positiva, abriéndose a diversas inclinaciones y aptitudes humanas, sin reprimirlas.

Así, Galtung (2003, p. 58) establece que no hay límites para la paz, ni para la violencia y que “cualquier tipo de violencia engendra violencia de cualquier tipo; cualquier tipo de paz engendra paz de cualquier tipo; y, la paz positiva es la mejor protección frente a la violencia”.

4.2. Cultura de la paz

Es en el Congreso Internacional “La Paz en la Mente de los Hombres” en donde la UNESCO habla por primera vez del concepto “Cultura de Paz”, como una nueva visión para la paz, y se define como aquella que está “fundada en los valores universales de respeto a la vida, la libertad, la justicia, la solidaridad, la tolerancia, los derechos humanos y la igualdad entre hombres y mujeres” (Mayor, 2022, p. 2),

luego en el año 1999 en “La Declaración y Programación de Acción sobre la Cultura de Paz” aprobada por la Asamblea General de Naciones Unidas (AGNU) es donde se concreta su concepto, directrices y medidas de desarrollo, definiéndola como “un conjunto de valores, actitudes y comportamientos que reflejan el respeto a la vida, al ser humano y a la dignidad” de tal manera que su prioridad son “los derechos humanos, el rechazo a la violencia en todas sus formas, adhesión a los principios de libertad, justicia, solidaridad y tolerancia, así como la comprensión entre pueblos, colectivos y personas” (Mayor, 2022, p. 6).

Así, la Cultura de la Paz se basa en (AGNU, 1999: 4):

1. El respeto de la vida, el fin de la violencia, así como la promoción y la práctica de la no violencia (por medio de la educación, el diálogo y la educación)
2. El total respeto a los principios de soberanía, integridad territorial e independencia política de los Estados y la no intromisión en los asuntos que son competentes a cada uno de los Estados, de conformidad con la Carta de las Naciones Unidas y el derecho internacional.
3. El respeto y promoción de todos los derechos humanos y las libertades fundamentales.
4. El compromiso con el arreglo pacífico de los conflictos.
5. El esfuerzo que ayuden a satisfacer las necesidades de desarrollo y protección del medio ambiente de las generaciones presentes y futuras.
6. El respeto y la promoción del derecho al desarrollo.
7. El respeto y el fomento de la igualdad de derechos y oportunidades entre mujeres y hombres.
8. El respeto y el fomento del derecho de todas las personas en cuanto a la libertad de expresión, opinión e información.

9. La adhesión a los principios de libertad, justicia, democracia, tolerancia, solidaridad, cooperación, pluralismo, diversidad cultural, diálogo y entendimiento a todos los niveles de la sociedad y entre naciones.

La AGNU le ha dado tanta importancia a la cultura de la paz que incluso proclamó el año 2000 como el “Año Internacional de la Cultura de la Paz” (Naciones Unidas, S.f.), asimismo en su resolución A/RES/52/13 establece que es importante implantar una cultura de la paz que tiene que ver con “los valores, actitudes y comportamientos que reflejan e inspiran la interacción social y animan a compartir, basándose en los principios de libertad, justicia y democracia, todos los derechos humanos, tolerancia y solidaridad que rechaza la violencia y se esfuerzan en prevenir los conflictos...” (AGNU, 1998, p.2), en tanto que para la UNESCO, la construcción de la cultura de la paz, así como del desarrollo sostenible es un objetivo fundamental para su mandato (UNESCO, 2021).

4.3. Paz y calidad de vida

La paz tiene una estrecha relación con la calidad de vida, por lo mismo es importante contar con cierto conocimiento de cuáles son las causas que provocan u originan la paz (comenzando con el porqué algunas personas reaccionan con violencia ante ciertas situaciones o con los demás), sobre todo si de jóvenes universitarios se trata debido a que ellos son los que han de llevar las actividades públicas y privadas futuras del país, y en los problemas con los que se cuenta hoy en día es donde se nota claramente el deterioro de la paz en todos los niveles, desde el internacional, hasta el municipal y en el que están presentes los ciudadanos en distintos niveles (García *et al.*, 2019).

La relación entre paz (y cultura de la paz) y calidad de vida, aparece desde la época prehispánica con los mayas que relacionaron la paz con el equilibrio y la visión integral del pleno bienestar, en donde la calidad de vida permite educar para la paz integral, la no violencia y los derechos humanos para todos. Por desgracia

la violencia está presente en las escuelas, sobre todo en las universidades, pues existen prácticas y políticas educativas que se encuentran institucionalizadas y que vulneran la dignidad del estudiante de manera psicológica, mental, cultural, económica, física o espiritual, por lo tanto, hace falta plantear y hacer frente al uso de la violencia (sobre todo si es por fascinación o por adicción) (Pascual y Yudkin, 2003), de modo que la UNESCO tiene como objetivo trabajar la erradicación de la xenofobia, el racismo y la intolerancia que han ido en aumento por lo que considera que la educación ayuda a fortalecer la tolerancia, pudiendo reducir la violencia y la discriminación (UNESCO, 2021).

De modo que hablar de paz es también hablar de violencia, y esto se puede ver en lo que estableció Galtung (2003) (y que se mencionaba anteriormente) con respecto a las 2 dimensiones con las que cuenta la paz que son la paz positiva y la negativa, existiendo en la negativa distintos tipos de violencia y en este sentido Domenach (1981) afirma que el hombre es el único capaz de ejercer fuerza contra sí mismo, debido a que la especie humana es la única que tiene la capacidad de destruirse, por su falta de capacidad de regularse, así mismo define la violencia como el “uso de una fuerza, abierta u oculta, con el fin de obtener de un individuo o de un grupo, algo que no quiere consentir libremente”, desde luego hacer uso de la violencia le da al individuo una ventaja, pues le ahorra palabras y trabajo (Domenach, 1981, p. 36). Por eso es fundamental una construcción de la paz y debido a eso Galtung (2003) prefiere concentrarse más en que causa la paz y cuál es su efecto, que en la violencia, por eso establece 6 tipologías que son naturaleza (seres humanos, animales, plantas, microorganismos y virus), personas (necesidades de supervivencia, bienestar, libertad e identidad), sociedad (naturaleza, género, generación, raza, clase, nación y país), mundo (noroeste, noreste, suroeste, sureste y sistema de Estado [territorial]), cultura (occidente I, occidente II, índica, budista, etc.) y tiempo (tiempo interior y tiempo exterior).

Debido a estas cuestiones, en México existen diferentes programas y acciones que promueven la paz; sin embargo, no se visualizan avances, a pesar de los esfuerzos que se ha realizado para defender el derecho a la paz a través de la

Declaración de Luarca sobre el Derecho Humano a la Paz, porque para que existan sociedades pacíficas e inclusivas es necesario un trabajo en conjunto con la sociedad civil (incluidas las comunidades indígenas), así como de instancias gubernamentales, pues estas últimas tienen la posibilidad de hacer valer que la justicia se convierta en una base para el logro de la paz gracias al respeto de los derechos humanos. Pero no basta solamente con tener un derecho a vivir en paz o que lo permitan, también hay que ser conscientes de que se debe cumplir con ciertas responsabilidades para no afectar los derechos y libertades de los demás (Vargas, 2018), pues así como lo menciona Benito Juárez (inspirado en Immanuel Kant) "...el respeto al derecho ajeno es la paz".

La Declaración de Luarca muestra la disposición que las asociaciones, universidades y sociedades civiles tienen de trabajar en pro de la paz, la seguridad internacional y la justicia para todos. Parte de sus Derechos tienen que ver con: el derecho a la educación en la paz y los derechos humanos, el derecho a la seguridad humana, el derecho a vivir en un entorno seguro, el derecho a la desobediencia y a la objeción de conciencia, el derecho a resistir y a oponerse a la barbarie, el derecho al refugio, el derecho al desarrollo (económico, social, cultural y político), el derecho a un medio sostenible, enfatiza que todos tienen derechos (no olvidando a los grupos vulnerables), el derecho a la exigencia de paz e información veraz, entre otros (Asociación Española para el Desarrollo y la Aplicación del Derecho Internacional de los Derechos Humanos [AEDIDH], 2008).

Existe un Programa de No-violencia, desde una perspectiva inclusiva transracional creado por *Parent* en el año 2004, en el que integró actividades de la práctica de la no violencia como una alternativa de cambio personal, comunitario y social, que iban enfocadas tanto a los universitarios como en la sociedad civil, de modo que deje huella tanto en la ética como en la calidad de vida integral de las personas, en la que intervengan la justicia social, el servicio al otro, bienes relacionales y el respeto a la naturaleza. Este programa, tiene como actividades principales:

1) La publicación del díptico mensual llamado “Ahimsa” (concepto filosófico que tiene relación con la no violencia y el respeto a la vida), con el propósito de promover la filosofía de la no violencia.

2) Conferencias y talleres, para que los asistentes tengan conocimiento acerca de la no violencia y todo lo que le rodea.

3) Acciones no violentas, con un programa con acciones no violentas como el ayuno, plantones, marchas, murales en apoyo a causas, con la intención de concientizar en el respeto a los derechos de los indígenas, el cuidado del agua, respeto e inclusión, etc. (Vargas, 2018).

Así que una cultura de la paz dirigida hacia la educación formal e informal que es reproducida y adoptada por los miembros de la sociedad permite establecer la calidad de vida entre sus miembros (Silva-Hernández, 2021).

4.4. Paz universitaria

Las escuelas son las principales afectadas cuando se presentan conflictos (y cualquier tipo de problema que tenga que ver con la ausencia de paz), afectando su funcionamiento pues depende de lo que le suceda a los civiles y sobre todo si se trata de guerras, debido al actuar de los que están en pugna, pues pueden llegar a afectar los derechos humanos de los niños y adolescentes (y el total de la población estudiantil) de la zona donde se suscita el problema, ya que llegan a experimentar el despojo, el desplazamiento, las amenazas, las desapariciones o incluso el asesinato de ellos o sus familiares, lo que les provoca desestabilización familiar y social, pérdida de arraigo cultural y pobreza, además de conductas como la depresión, el aislamiento, la agresividad, la intolerancia y las dificultades de aprendizaje (Osorio, 2018).

Pero la violencia afecta no solamente el ámbito académico, sino todos los aspectos de su vida, pues limita no solamente las capacidades, sino también los

derechos, que dejan heridas, trastornos y hasta la muerte, es ahí donde la escuela debe de ser un espacio de prevención de la violencia y de la promoción de la cultura de la paz, formando desde las aulas a personas que se reconozcan como personas que cuentan con derechos, brindando a docentes y estudiantes herramientas que les permitan reflexionar sobre los tipos de violencia que puede aparecer como insultos, burlas, descalificaciones y agresiones que pueden venir de los docentes, directivos o personal administrativos o hasta de los mismos compañeros del aula. Y es que la violencia llega a impedir el desarrollo, la democracia y la vigencia de los derechos humanos y en las instituciones educativas es donde se llega a recibir toda violencia social y estructural (CDHDF, 2011).

Por lo tanto, es fundamental que la cultura de la paz (y la paz) esté presente en las universidades, puesto que la educación superior es la encargada de la formación de los profesionales, que en algún momento serán parte de la toma de decisiones de las dependencias gubernamentales y empresariales. De tal modo que es importante que estos ciudadanos no sean violentos y que generen un ambiente distinto en la sociedad por medio de capacidades y habilidades dadas desde las aulas universitarias con prácticas desarrolladas para el tiempo de vida estudiantil del alumno (Paz y Díaz, 2018), trabajando en el trasfondo cultural y estructural que provoca los conflictos, en la que por un lado el profesor universitario cumpla el rol de mediador, evitando que en el aula se presenten situaciones tales como el maltrato y la discriminación entre compañeros y por otro que fomente espacios en los que los alumnos sean escuchados (Prieto *et al.*, 2015).

Para los profesores es de suma importancia que se desarrollen prácticas educativas con espacios de convivencia democrática, por lo tanto, es necesario darles participación abierta a todos los estudiantes, en la que estén integrados el razonamiento y las acciones comunitarias, donde aparecen conceptos como el diálogo, la reflexión crítica y la cooperación, esto con la finalidad de establecer redes de apoyo entre estudiantes, profesores y la comunidad universitaria (Merino, 2012).

Algo que no se debe dejar de lado es que la educación para la paz y los derechos humanos son importantes para que los estudiantes tengan conocimiento de los problemas en relación con la paz, el desarme y los derechos humanos, planteando soluciones por medio de su participación, lo que ayudará a que exista un entorno más justo, participativo y solidario (Cabezudo, 2013).

Así, han aparecido estudios con respecto a la paz de los estudiantes universitarios como es el caso del de la Universidad Autónoma del Estado de México (UAEM) en la que desde 2011 y 2016 se realizaron 16 prácticas anuales y las temáticas más relevantes, agrupadas en la cultura de la paz y no violencia, saberes ancestrales y comunitarios y conexión con la naturaleza, corporalidad, etc.; y en investigación y publicaciones, resultando como línea de investigación de estas actividades la calidad de vida desde una ética no violenta, social y solidaria, considerando la sostenibilidad y la no violencia con dimensiones como la bioética o lo espiritual para facilitar el trabajo académico universitario con el de la sociedad civil, posibilitando la creación de mayor conciencia en ambas partes para que exista una vida más justa para todos, fomentando desde la universidad un diálogo transdisciplinario constante con la comunidad. Estos estudios fueron hechos con el fin de que se consiga una calidad de vida no violenta en la que sean prácticamente nulos los abusos, injusticias, sometimiento o esclavitud y por el contrario se fomente la convivencia, artes, cultura, respeto a la naturaleza, entre muchos otros (Vargas, 2018).

4.5. Educación para la paz

Para hablar de paz, es sumamente importante eliminar abusos sociales, tales como la pobreza extrema, escasas oportunidades laborales, aumentos de índices de analfabetismo, discriminación de todo tipo y todo aquello que tenga que ver con abuso de autoridad de manera directa y estructural, con el objetivo de crear un ambiente en donde prevalezca la justicia, el desarrollo y la igualdad de garantías (Paz y Díaz, 2018).

La educación para la paz, aparece como una propuesta por medio de la cual se confiere el respeto por los derechos y la autonomía de las personas como un proceso transformador de sociedades justas y equitativas. La educación debe incluir un conocimiento apoyado en materia de derechos humanos, donde estén incluidos los derechos sociales, culturales y políticos, que sean respetados y acatados por los organismos gubernamentales (Paz y Díaz, 2018).

Si se desea que la educación para la paz funcione como una herramienta transformadora, se necesita de políticas públicas en donde apoyarse, para que verdaderamente sean válidos, promovidos y respetados los derechos humanos (Paz y Díaz, 2018). Por desgracia la educación para la paz y los derechos humanos no son considerados como parte esencial en los contenidos del sistema formal (Cabezudo, 2013).

La educación para la paz se perfila como auxiliar en los conflictos mundiales y al mismo tiempo se convierte en una vía positiva para la formación de un individuo (Castillo y Gamboa, 2017). La paz como derecho humano requiere de una pedagogía que se base en desarrollar cuestiones como el diálogo, la justicia, tolerancia, la democracia, lo que permitiría la convivencia pacífica que trata de cobijar y tender la mano al otro (Hernández, 2016).

Cuando se habla de la educación para la paz, es necesario hacer cambio de paradigmas y estimular al ciudadano para aprovechar todo su potencial y capacidades en la participación de la promoción y construcción de la paz, de manera autónoma, no violenta, decidida y activa. Cabe destacar que se requiere que el individuo sea capaz de reconocerse como alguien solidario, autónomo, que tiene derechos para hacerlos valer, esto le ayudará a lograr un impacto en una realidad distinta de la opresora y violenta. Pero esa educación para la paz, no solo tiene que ver con los derechos del ciudadano de manera independiente, incluye además las relaciones humanas, en donde se convive con los demás y se está para ellos en un ambiente de solidaridad y cordialidad (Cerdas, 2015).

Existen valores fundamentales bajo los cuales se puede educar para la paz: la esperanza, ya que esta motiva a las personas a dejar de lado la resignación e indiferencia y en cambio las vuelve decididas y generadoras de cambio; la autonomía que contribuye a la toma de decisiones, a ser capaz de emitir una opinión, ser crítico, sentirse digno y ser respetuoso de la dignidad de los otros; la solidaridad, pues se es capaz de reconocer los derechos propios y ajenos, además se crea una empatía en cuanto a las necesidades, sufrimientos y carencias del otro, ofreciendo a cambio aprecio, respeto, reconocimiento, compasión que deriven en la justicia y la paz social; entre otros (Cerdas, 2015).

En este capítulo se habla acerca de la calidad de vida y la paz, presentando la definición de la paz, la cultura de la paz y la educación para la paz, en donde la paz se convierte en una generadora de cambio en la persona, pues se permite ser crítica, solidaria y respetuosa de las necesidades y pensamientos de sí misma y de los otros. A continuación, en el capítulo 5 “Calidad de la educación y responsabilidad social universitaria”, se habla la calidad de la educación y la RSU.

Capítulo V

Calidad de la educación y responsabilidad social

5.1. Responsabilidad Social Universitaria

La Responsabilidad Social (RS) aparece después de la Segunda Guerra Mundial (SGM), a causa de la violencia en contra de la población que no solo provocó muertes, sino también pobreza, hambre, deterioro del medio ambiente, problemas de salud (que vienen arrastrando incluso las nuevas generaciones), etc. Luego entonces, se entiende que la responsabilidad es social porque no se da de manera individual, sino también en lo colectivo, pues todo acto del sujeto tiene un impacto de tipo social, sea negativo o positivo (Villanueva *et al.*, 2017).

La RS ha ido apareciendo en diferentes entes, uno de ellos son las empresas, a las que se les ha exigido resarcir los daños que por años han provocado debido al impacto negativo del crecimiento económico, tales como: aumento de la pobreza, alto índice de problemas de salud, problemas en el medio ambiente, etc. Pero esa responsabilidad no solo incumbe a las empresas, sino a todos y cada uno de los actores sociales públicos y privados de los países, pues realmente de lo que se trata es de contribuir en la edificación de una sociedad que pueda valerse por sí misma (Villanueva *et al.*, 2017).

Otro actor interesado en la RS es la universidad, quien de acuerdo con Ferrari (2006), citado por Villanueva *et al.*, (2017, p.12), “es la responsable socialmente desde la puesta en práctica de los principios generales de la vida universitaria que provienen de la calidad del entorno en que ella se desenvuelve y los valores específicos que deben orientarla, los cuales deben atravesar la gestión y las funciones tradicionales de docencia, investigación y extensión”. Cabe aclarar que

la universidad no funge como Organización No Gubernamental (ONG), ni como sustituta del Estado en cuanto a problemas sociales, por lo que se entiende que las instituciones educativas no funcionan como instancias gubernamentales, simplemente aparecen como colaboradoras en la solución de conflictos sociales y no como un ente que asegure su resolución.

Incluso como lo mencionan Beltrán *et al.* (2014) “el papel de la universidad no es el de sustituir al Estado o a las ONG de desarrollo, sino de asumir cada vez mejor su rol de formación superior integral con fines éticos y en pro del desarrollo sostenible de su comunidad, precisando no concebir las relaciones entre la universidad y el entorno social en términos de donación o ayuda unilateral”.

Así que, autores como Carrillo *et al.* (2012, p.25) hablan de la RS desde la universidad y consideran que ésta “tiene un compromiso con la sociedad en la formación de profesionistas capaces de incorporarse a un mercado laboral competitivo, con calidad y valores que incidan en la mejora de vida, bienestar y con un compromiso firme”. Es por eso que es necesaria una participación que cuente con RS y que incorpore además principios de equidad que contribuyan a la mejora de la calidad de la educación y a su vez que se fomente la igualdad de oportunidades aprovechando las nuevas TIC y los procesos de enseñanza-aprendizaje (Carrillo *et al.*, 2012).

En tanto que la Asociación de Universidades Confiadas a la Compañía de Jesús (AUSJAL) (2014), menciona que la RSU, puede ser vista como la habilidad con la que cuenta la universidad, así como la efectividad con la que responde a las necesidades de la sociedad que está en transformación, haciéndolo por medio del ejercicio de sus funciones fundamentales como son la docencia, investigación, extensión y gestión interna.

Por su parte, el Consejo Social de la Universidad de Huelva (2009, p. 7), dice que la universidad aplica el concepto de RSU porque se encuentra “en la necesidad de repensar su posición y su función en la sociedad”, debido a los grandes cambios actuales en cuanto a lo económico, social y cultural, también porque esta necesita

responsabilizarse en afrontar nuevos retos, porque debe de dar el mejor servicio al ciudadano, además porque la universidad se encuentra en un proceso de cambio, porque la relación sociedad-universidad no ha sido tan espontánea como se esperaba que fuera, porque convive con otras instancias y redes de información, porque es su obligación aparecer como una comunidad socialmente responsable y porque la aplicación de la RSU representa un factor de diferenciación y de éxito universitario en un entorno más competitivo.

Entonces, de acuerdo con Ayala (2011, p.33), la RSU requiere “articular las diversas partes de la institución en un proyecto de promoción social de principios éticos y de desarrollo social, para la producción y transmisión de saberes responsables y la formación de profesionales ciudadanos igualmente responsables”). Así establece 4 líneas de acción que son (Ayala, 2011, pp. 33-34) (Diagrama 3):

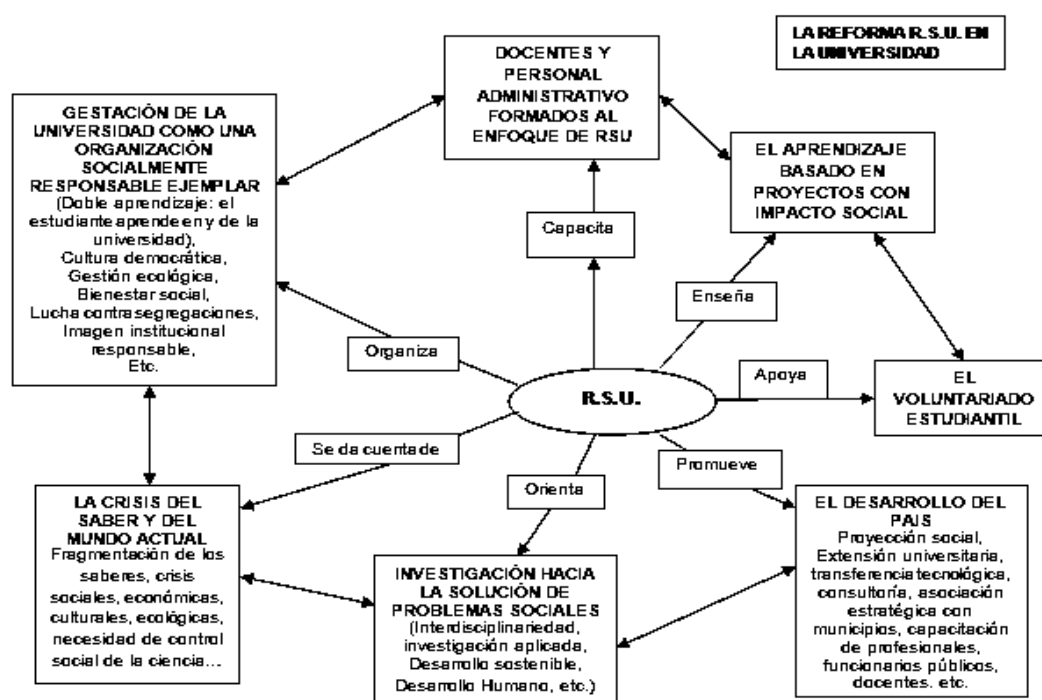
- 1) Gestión interna de la universidad: orientándola hacia la transformación de la universidad en una comunidad ejemplar de democracia, equidad, transparencia y hacer de ella un modelo de desarrollo sostenible.
- 2) Docencia: la meta es capacitar docentes con respecto al enfoque de RSU y promover en las especialidades el Aprendizaje Basado en Proyectos (ABP) de carácter social, abriendo el aula hacia la comunidad social como fuente de enseñanza significativa y práctica aplicada a la solución de problemas reales. Es necesario que el docente fomente la creatividad en donde el estudiante aprenda por medio de la práctica social útil y se forme como un ciudadano informado y responsable.
- 3) En cuanto a investigación: Se tiene como meta promover la investigación para el desarrollo, por medio de todas las formas posibles.
- 4) En cuanto a la proyección social: tiene como meta trabajar en enlace con los departamentos de investigación y los docentes de las diferentes facultades para poner en práctica y administrar proyectos de desarrollo que

sean de ayuda para la investigación aplicada y para los recursos didácticos de toda la comunidad universitaria.

Por su parte, Vallaeys (2008, pp.4-5) establece las características más relevantes de la RSU (Diagrama 4):

1. La gestión socialmente responsable la propia organización: clima laboral, la gestión de recursos humanos, los procesos democráticos internos y el cuidado del medio ambiente.

Diagrama 3. Carácter global y central de la reforma de la RS en la universidad



Fuente: Ayala (2011).

2. La gestión socialmente responsable la formación académica y la pedagogía. Esto es en cuanto a sus temáticas, organización curricular y en sus metodologías didácticas.

3. La gestión socialmente responsable de la producción y difusión del saber.
La investigación y los modelos epistemológicos promovidos desde el aula.
4. La gestión socialmente responsable en la participación social.
5. Desarrollo Humano Sostenible de la comunidad.

Diagrama 4. Carácter global y central de la reforma de la RS en la universidad



Fuente: Vallaeys (2008).

Pero –como lo establecen Beltrán *et al.*, (2014)- para que la RSU tenga una resonancia, es necesario que la universidad además de promover la mejora social, se sienta como parte de la sociedad, de manera que participe y promueva la creación de un proyecto social en conjunto, por lo tanto, sugieren que la RSU se puede lograr a través de distintas propuestas, por medio de:

Formación. Preparar a los estudiantes para que además de adquirir competencias profesionales, se incorporen a la sociedad como ciudadanos responsables.

Investigación. Las universidades deben de ser las encargadas de crear conocimiento, por medio del cual estimulen el pensamiento crítico.

Liderazgo social. En su función de ayudar a la sociedad a discernir si las instituciones con las que se cuenta son imprescindibles en materia de derechos y necesidades humanas.

Compromiso social. Establezcan estructuras solidarias y políticas de cooperación universitaria para el desarrollo presente en la educación superior, para los planes de estudios y la educación para el desarrollo.

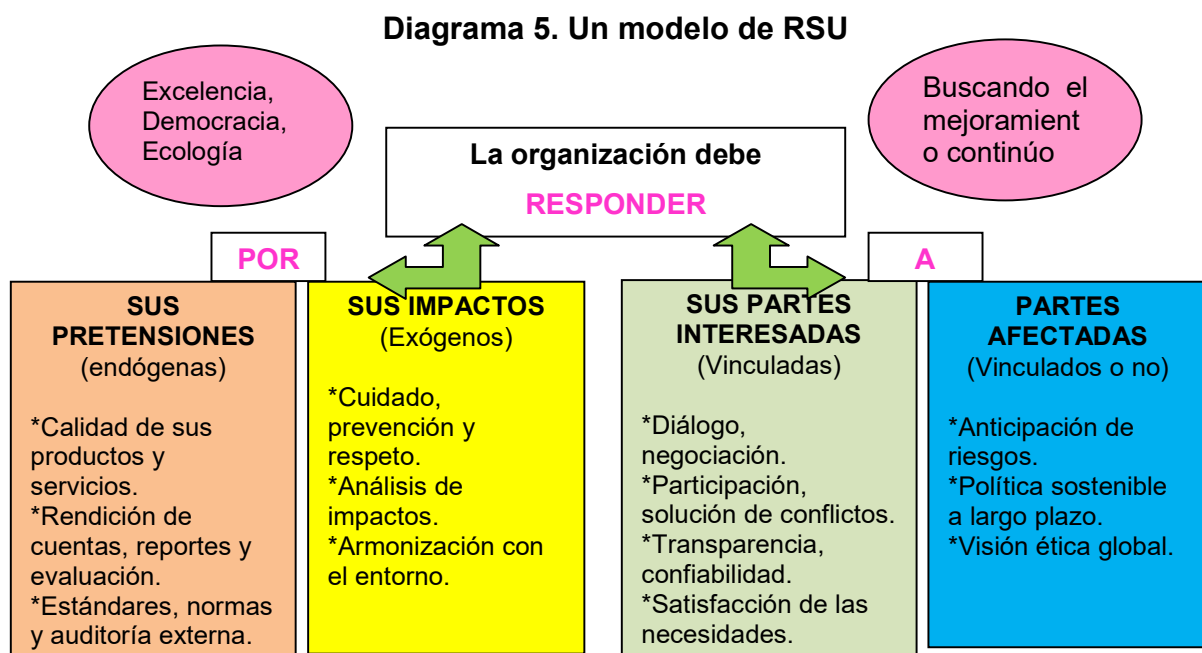
Así pues, Villar (2010) afirma que la finalidad de la universidad es considerar que la RSU debe contar con directrices dadas de acuerdo a las necesidades universitarias, las que se acordaran entre los participantes y que son: (p.29):

- Tener una conciencia clara de su misión: una opción ético política de contribución al desarrollo humano y sustentable, la equidad, la inclusión social, los derechos humanos y la cultura de la paz.
- Generar políticas y estrategias adecuadas: Con el fin de asegurar la congruencia de los procesos de docencia, investigación, extensión y gestión en relación con la misión y a la que se dirija su capital humano, relacional, intelectual, tecnológico y económico.
- Propiciar una concepción de autonomía: En donde se enfatice en la capacidad de tomar sus propias decisiones, cuidando los procesos e impactos y trabajar en cumplir las necesidades de todos.
- Creación de condiciones para una cultura de la observación y escucha: que se interna y externa, lo que permita que se suscite en un diagnóstico, evaluación de procesos, acciones e impactos cognitivos, educacionales, sociales y medioambientales.
- Generación de transparencia y rendición de cuentas: Con la comunidad universitaria y a la sociedad en general.

- Integración curricular de la RS: que se dé un modelo educativo, un programa específico de ética aplicada y una RS, procesos evaluativos, técnicas y metodologías pedagógicas.

Pero la labor universitaria no es solo la de ayudar o aportar algo a la sociedad, primero hay que comprenderla (Beltrán *et al.*, 2014), para de esta manera poder contribuir con ella. La universidad debe abrirse al conocimiento de las necesidades de la sociedad.

De manera que Vallaey (2018), establece un modelo de RSU, en donde considera lo que pretende la universidad, sus impactos, las partes interesadas y las partes afectadas (diagrama 5):



Fuente: Vallaey (2018).

La ética de la responsabilidad (antes llamada participación y proyección social) es parte indispensable de la RSU, pues si está presente en las necesidades sociales, la universidad ha de ser un modelo que contribuirá en la formación ciudadana. Ciencia y técnica deben de ser parte del compromiso social y ético dentro de las instituciones universitarias para la formación profesional. Ese compromiso social

debe estar orientado a valores que promuevan transformaciones necesarias en materia de igualdad (Beltrán *et al.*, 2014).

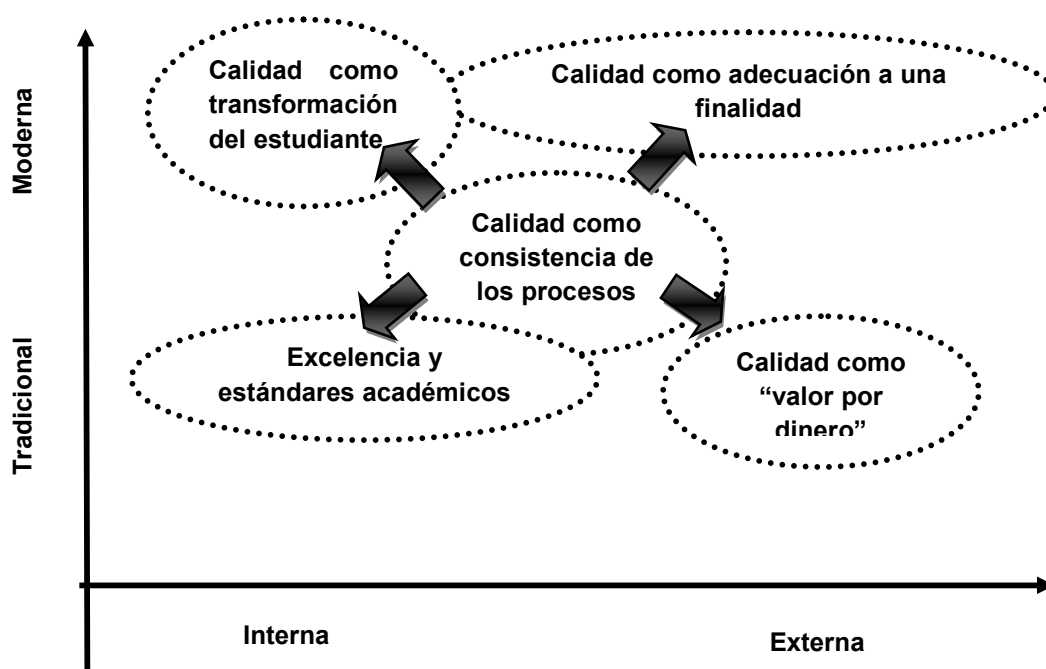
5.2. La calidad de la educación

De acuerdo con el INEE (2018), la educación está integrada por las dimensiones de relevancia, pertinencia, eficacia, equidad y eficiencia. La calidad de la educación es necesaria para el desarrollo de cualquier sociedad, y para ello, los profesores tienen que permanecer actualizándose, para una adecuada formación de los alumnos. Por eso es de suma importancia que los planes de desarrollo dentro de las instituciones de educación superior contemplen un programa que consolide la formación de los egresados, de manera que en el mundo laboral ellos cuenten con la capacidad de liderazgo profesional, y que dé paso a que sea fortalecida la RS dentro de la institución misma. La universidad en su labor de mecanismo del conocimiento, tiene la responsabilidad de generar opciones viables y novedosas, en las que se disponga de recursos de calidad que respondan a las demandas del colectivo, en cuestiones de tipo social, cultural, educativo, tecnológico y científico (Carrillo *et al.*, 2012).

“La capacidad para transformar a los estudiantes”, se deriva de la pedagogía moderna y tiene que ver con el aprendizaje y la capacidad del estudiante en la gestión del conocimiento propio y de resolver por sí mismo las actividades que se le presentan en sus labores y en la vida cotidiana. La intención de este enfoque es que los individuos se encarguen de su proceso de aprendizaje. Se considera de calidad debido a que provoca cambios en el estudiante a través del enriquecimiento en las cuestiones académicas, porque cuenta con una visión humanística, ya que toma parte en la formación de valores, ética y en el compromiso tanto social como ciudadano y porque los productos y servicios se ajustan a las necesidades del cliente, pues “la calidad que tiene que ver con el cumplimiento de estándares académicos” (López *et al.*, 2013, p. 2).

De manera que en la calidad de la educación, una función esencial de la universidad es la de la formar de ciudadanos que conformen una sociedad que sea más justa y abierta, que tenga como base la solidaridad y el respeto de los derechos humanos, además de que es indispensable para el desarrollo social, en cuestiones como la lucha contra la pobreza y la instrucción de la cultura y la paz, por lo cual, es necesario que al universitario se le enseñe a pensar y ser un creador de conocimiento y no solo un receptor del mismo (Carrillo *et al.*, 2012).

Diagrama 6. Los conceptos de calidad en la educación de Harvey y Green en un espacio bidimensional



Fuente: López *et al.* (2011).

En materia de la calidad en la educación superior aparece la propuesta de Harvey y Green (1993), citados por López *et al.* (2013), los cuales establecen cinco nociones que tienen una posible relación con este término (Diagrama 6).

Para González y Ayarza (1996, p. 1), la calidad de la educación universitaria tiene que ver con el desarrollo, así surgen cuatro aspectos asociados a la calidad de la educación:

- 1) Fomento al desarrollo de cada persona.
- 2) El fortalecimiento de una actitud crítica frente a lo dogmático y absoluto.
- 3) El rechazo al conocimiento memorístico y la valoración de la creatividad y de la capacidad para adecuarse a situaciones nuevas y para innovar utilizando la información disponible.
- 4) Una nueva actitud y conceptualización de los espacios y de los tiempos y por ende, de las formas de organización de la vida cotidiana.

Cabe mencionar que la educación a nivel superior no se limita solo a la formación de personas, además genera conocimientos, así como a su difusión y al intercambio cultural de la sociedad (González, 1996).

En este capítulo se habla acerca de la calidad de la educación y la RSU y su importancia en la transformación positiva de los estudiantes, pues ayuda a que se sientan más seguros, enriquecidos en las cuestiones académicas, formados desde la parte humanística y que dispongan de recursos de calidad que respondan a las demandas del colectivo, en cuestiones de tipo social, cultural, educativo, tecnológico y científico.

A continuación, en el capítulo 6 “Componentes de la calidad de vida en estudiantes universitarios”, se habla de la calidad de vida con cada uno de sus componentes que son estado de ánimo, salud y actividad física; satisfacción con las tareas; satisfacción con las interacciones libres y fundamentales; inteligencia emocional y competencias emocionales.

Capítulo VI

Componentes de la calidad de vida en estudiantes universitarios

6.1. Calidad de vida y estado de ánimo, salud y actividad física

De acuerdo con Salas y Garzón (2013), la calidad de vida en relación con la salud –conocido también como “estado de salud” o “estado funcional”- tiene que ver con las condiciones de salud de las personas y con las experiencias subjetivas de los pacientes.

6.1.1. Estado de ánimo

Se le han dado distintas definiciones al estado de ánimo, una de ellas es la de Robbin y Judge (2009:251), que afirman que “son sentimientos que suelen ser menos intensos que las emociones¹⁰ y que con frecuencia carecen de estímulo contextual”, luego entonces, al agrupar las emociones en positivas y negativas, se vuelven estados de ánimo, pues se pueden ver de manera más general y no se aíslan a una en particular, donde por ejemplo, nervioso es el indicador puro de un afecto¹¹ negativo y entusiasmado de uno positivo (Diagrama 7).

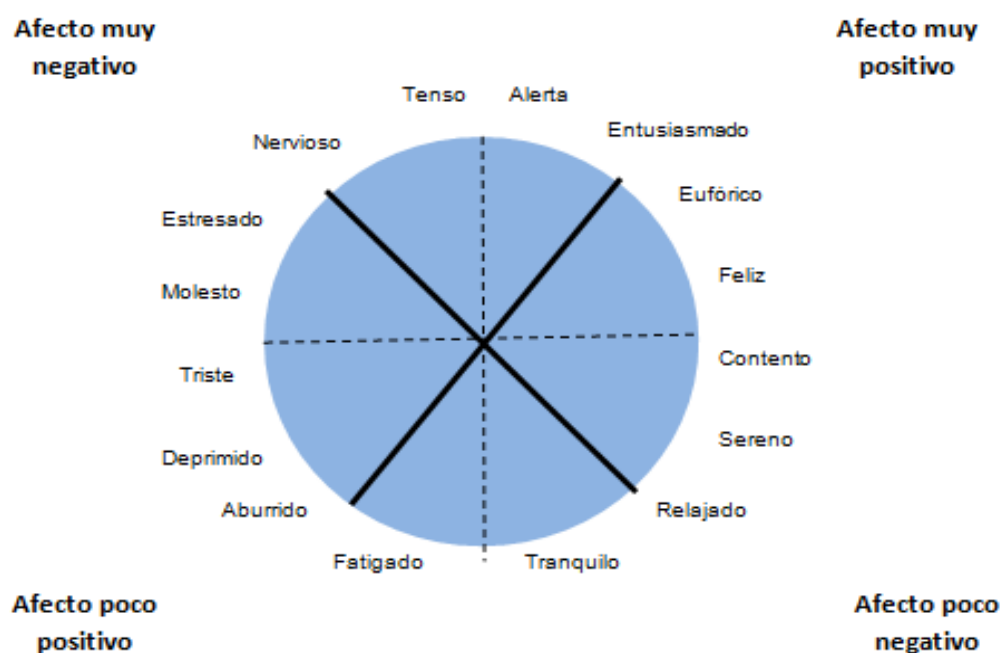
Así, se afirma lo que dice Thayer (1998), que los estados de ánimo no son lo mismo que las emociones, como a veces se llega a pensar, pero si comparten aspectos en común, además como lo menciona Ascorra (2009), el ser humano no solamente cuenta con estados de ánimo, sino que es en ellos, pues

¹⁰ De acuerdo con Robbin y Judge (2008: 251) las emociones, son aquellos “sentimientos intensos que dirigen a alguien o algo”.

¹¹ De acuerdo con Robbin y Judge (2008: 251) el afecto tiene que ver con un “rango amplio de sentimientos que experimentan las personas”.

constantemente está en un estado anímico y ese estado determina lo que es posible.

Diagrama 7. Estructura del estado de ánimo de Robin y Judge en un espacio bidimensional



Fuente: Robbin y Judge (2009).

Los estados de ánimo aparecen debido a las experiencias dadas en el entorno del individuo, como: la convivencia con las personas con las que tiene relación, las consecuencias de sus actos, malas o buenas relaciones interpersonales, baja autoestima, clima, época del año, alimentación, salud, calidad del sueño, etc., situación que deriva en manifestaciones físicas como mejora en la salud, alegría, calma, dolor de cabeza, estrés, enfermedades gastrointestinales, etc. (Vera, 2016). Estados de ánimo que han sido clasificados (no de manera exclusiva) por parte del *Health and Human Services* (HHS), -departamento encargado para el cuidado de la salud en los EE.UU.- de modo que cuenta con una larga lista de estados de ánimo, conductas, situaciones y pensamientos, y con respecto a los estados de ánimo aparecen (HHS, 2018):

Tabla 4. Lista de sentimiento y estados de ánimo

Temeroso	Desafiado	Envidioso	Inseguro	Pesimista
Irritado	Animado	Entusiasmado	Irritado	Preparado
Enojado	Valorado	Furioso	Solo	Orgullosa
Ansioso	Reconfortado	Culpable	Amado	Listo para cambiar
Avergonzado	Satisfecho	Malhumorado	Enfadado	Resentido
Resuelto	Creativo	Feliz	Optimista	Aliviado
Agobiado	Curioso	Esperanzado	Abrumado	Renovado
Valiente	Deprimido	Humillado	Asustado	Triste
Tranquilo	Apenado	Herido	Sereno	Seguro de sí mismo
Cauteloso	Enérgico	Indiferente	Positivo	Abochornado
Escéptico	Afligido	Suicida	Preocupado	Otros

Fuente: HHS (2018).

Otra clasificación es la de la clasificación de Thayer (1998):

1. Calma-cansancio: Que es la sensación previa al sueño en la que se alcanza un punto donde no existe ni energía, ni tensión.
2. Tensión-energía: Que es lo que siente el individuo al darse cuenta que se le ha terminado el tiempo para el cumplimiento de alguna actividad como entregar una tarea o trabajo, pagar algún adeudo o servicio, etc.
3. Tensión-cansancio: que es el que se da cuando se presenta agotamiento. En éste se llegan a experimentar pensamientos negativo, por la debilidad física en la que se le acompaña ansiedad nerviosa.
4. Humor depresivo o distimia: Se siente desde nostalgia, ideación suicida, desaliento, hasta una depresión profunda, estado de tristeza patológica y de dolor moral. Se acompaña de un sentimiento de desvalorización de sí mismo y cansancio.
5. Humor expansivo o hipertimia: Experimenta desde satisfacción, bienestar, felicidad, y euforia, hasta el éxtasis. Los estados de exaltación se dan de diversas maneras, pueden ser individuos hiperactivos o con alguna manía aguda.
6. Humor neutro o eutimia: Se caracteriza por la frialdad, neutralidad, sin acceso a los estímulos dentro de la normalidad.

Por otra parte, en el estudio comparativo de la calidad de vida de estudiantes universitarios de Cataluña, Coahuila y Nuevo México se consideraron diferentes ítems con respecto a la percepción que tienen ellos del estado de ánimo, estos son:

- Mente despejada.
- Sentirse a gusto con el aspecto físico.
- Interés en cuidar el aspecto físico y la higiene personal.
- Sentirse relajado.
- Capaz de cuidar de sí mismo.
- Satisfacción general con el estado de ánimo.

Aunque, cuando la tristeza o la euforia se presentan de una manera tan profunda que le impiden al individuo llevar una vida normal en los ámbitos físico, social y laboral, entonces ya se está hablando de un trastorno del estado de ánimo y en caso de sufrirlo, aumenta el riesgo de desarrollar problemas como la incapacidad para realizar actividades diarias, mantener relaciones, también puede provocar pérdida de apetito, ansiedad extrema o alcoholismo, y si se cae en una depresión hay casos de personas que llegan al suicidio (Coryell, 2021).

Por eso la importancia de contar con un sistema de salud mental abierto para los grupos vulnerables, entre los que aparecen los estudiantes, para que los expertos en salud puedan determinar si lo que están viviendo es una emoción, un estado de ánimo, o ya un trastorno en sí, porque se ha comprobado que al estar bajo niveles altos de estrés o presión los estudiantes llegan a presentar problemas de estado de ánimo como la ansiedad o la depresión, así como problemas personales, mentales, nerviosos o emocionales como el caso de los estudiantes de la Universidad de Coventry, en Inglaterra a los que se les realizó un estudio y se pudo determinar que una parte de ellos no buscaban apoyo o asesoramiento,

principalmente los de origen étnico y los varones. (Turner *et al.*, 2007), de modo que aunque la ansiedad puede llegar a facilitar el aprendizaje mecánico, también puede afectar el aprendizaje más complejo (Ayala *et al.*, 2010).

Heidegger por su parte, realizó una clasificación de los Trastornos del Estado de Ánimo, que son (Vera, 2016):

1. Depresión: Es un trastorno del estado de ánimo que se caracteriza por presentarse de manera más común la tristeza, o la melancolía, pérdida de interés o gusto en las actividades comunes. En la tristeza se llegan a presentar síntomas como insomnio, irritabilidad, indecisión y dudas, etc.
2. Trastorno distímico: Es un tipo de depresión que se presenta de manera crónica, la cual dura al menos dos años, con la característica de que la mayoría de los días y casi por todo el día se siente depresión y no se cuenta con motivación alguna para la realización de actividades.
3. Trastorno bipolar: A la persona se le presentan cambios de humor muy marcados, presentando problemas en las relaciones interpersonales.
4. Trastorno ciclotímico: Cuadro crónico y leve del estado de ánimo, el cual presenta muchos episodios depresivos e hipomaniacos, donde se puede pasar de la euforia, a la tristeza o a la melancolía de un momento a otro y su duración se puede presentar hasta los dos años.
5. Trastorno de ansiedad: Estado donde se activa el sistema nervioso que se produce por estímulos externos donde los síntomas son: náuseas, taquicardia, sensación de ahogo, sensación de presión gástrica, tensión muscular, sudoración, mareos, irritabilidad, etc.

De acuerdo con Campo-Arias *et al.* (2005), parte del desempeño académico no solamente tiene que ver con la capacidad intelectual del estudiante, pues también existe una relación de rendimiento y síntomas de ansiedad y depresión (Ayala, 2010). Para Vaez y Laflamme (2003), la demanda que se pide a los jóvenes que tengan de definir intereses profesionales, mostrar rendimiento escolar y demostrar que son altamente competitivos cuando terminen la universidad, los hace sentirse

presionados en su trabajo escolar, disponer de menos tiempo libre o sentirse relajados, y de acuerdo con Mora-Ríos *et al.* (2006), muchos incluso llegan a recurrir a el consumo de alcohol o tabaco para poder reducir la tensión psicológica y poder interactuar en el grupo (Ayala *et al.*, 2010).

6.1.2. Salud y actividad física

La OMS, en el año de 1946, definió la salud como “un estado físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades”, esta definición no se ha modificado desde el año 1948 que entró en vigor (OMS, 1948, p. 100).

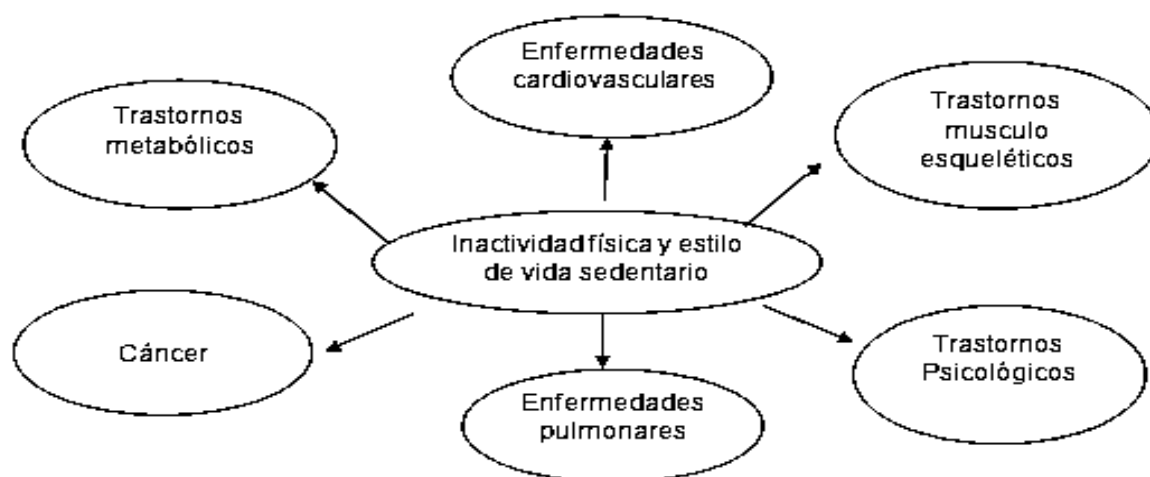
El término -que si bien es cierto no es nuevo, pero es importante considerarlo- “determinantes sociales de la salud” permite comprender la importancia de cómo las condiciones sociales en que se vive, tienen influencia en el estado de salud y en la calidad de vida. Situaciones como la pobreza, el abandono escolar, la inseguridad alimentaria, la exclusión social, entre otras, son factores que llevan a la desigualdad dentro y fuera de los países afectando el estado de bienestar, salud, las enfermedades e incluso llegan a provocar mortalidad en las comunidades. La salud se encuentra hoy en día amenazada y muchas veces sin que el ser humano se percate de ello del todo, provocándole esto problemas respiratorios, cardiovasculares, entre otros. La cultura de la prevención tiene mucha relevancia en estos casos, pues la cura o tratamiento generan un alto costo, no solo al enfermo o su familia, sino también al Estado, ya sea el caso de necesitar una operación quirúrgica, los días de hospitalización y por el tratamiento (Gentile, 2013).

Por eso la importancia de cuidar la alimentación y hacer caso a lo que indica la OMS (2020), con respecto a realizar entre 150 y 300 minutos semanales de actividad física moderada, o 75 a 150 minutos de actividad vigorosa, o una combinación de ambas en adultos, en los que están incluidos aquellos que cuentan con enfermedades crónicas o con alguna discapacidad, porque el hecho de realizar actividad física permite aumentar años de vida (de calidad) y bienestar.

Entonces, las principales características con las que debe de contar el ejercicio físico para traer beneficios y calidad de vida y la salud, son (Paramio *et al.*, 2017):

1. Realizar la actividad de manera adecuada y en forma regular.
2. La intensidad del ejercicio que sea por lo menos moderada, de forma diaria o por lo menos tres veces por semana.
3. Programar el ejercicio de manera progresiva y adaptarse a las características iniciales y posterior de cada persona, variando tanto el tipo de ejercicio, como la intensidad.

Imagen 3. Función de la actividad física y el ejercicio en la prevención y rehabilitación de las enfermedades.



Fuente: Gómez *et al.* (2010)

De acuerdo con Gómez *et al.* (2010), estudios epidemiológicos – del Departamento de Epidemiología y Salud Pública de la Universidad de Londres y el Centro de Investigación Biomédica de Pennigton del Instituto de Investigación de Salud Pública, entre otros- han mostrado la relación que existe entre la inactividad física y la presencia de enfermedades como hipertensión arterial, diabetes, obesidad, etc., por lo tanto, es importante la realización de actividad física para la prevención y tratamiento de dichas enfermedades (Imagen 3). Además para reducir los niveles de ansiedad de la población normal y de la que tiene trastornos psicopatológicos (Paramio *et al.*, 2017).

Es por eso que es importante entender que implica el sobrepeso y la obesidad y la OMS (2018), la define como aquella acumulación excesiva de grasa que puede llegar a ser perjudicial para la salud, lo que indica la relación peso-talla y que ayuda a conocer si una persona tiene sobrepeso y obesidad en adultos, es el Índice de Masa Corporal (IMC), se calcula dividiendo el peso de una persona en kilos entre el cuadrado de su talla en metros (kg/m^2), por lo que quien cuenta con un IMC mayor de 25 se considera con sobrepeso y mayor de 30, con obesidad.

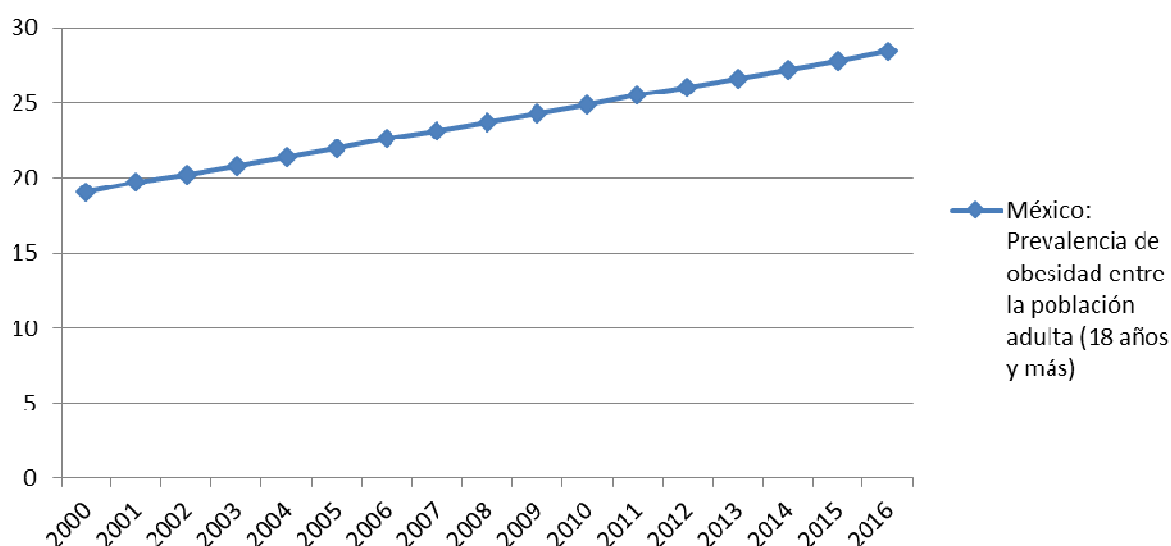
Entonces, lo que provoca el aumento de sobrepeso y obesidad a nivel mundial, es el consumo de alimentos altos en calorías y ricos en grasa y la falta de actividad física principalmente por el sedentarismo –por largas horas laborales, uso constante del transporte y la urbanización que ha ido en aumento-. Esto deriva en enfermedades cardiovasculares, diabetes, algunos cánceres, enfermedades respiratorias, fracturas, hipertensión y enfermedades lumbares –por nombrar algunas- (OMS, 2018).

Por desgracia, en nuestro país -de acuerdo con datos obtenidos de la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO, 2017)- la prevalencia de obesidad entre la población adulta ha ido en aumento, desde el año 2000 al 2016: iniciando en el año 2000 con un 20.8 %; continuando con el año 2001, 2002, 2003, 2004 y 2005 con un 21.3%, 21.8%, 22.3%, 22.8% y 23.3% respectivamente; luego con los años 2006, 2007, 2008, 2009 y 2010 con un 23.8%, 24.3%, 24.8%, 25.3% y 25.8% respectivamente; siguiendo con los años 2011, 2012, 2013, 2014 y 2015 con el 26.3%, 26.8%, 27.3%, 27.8% y 28.3% respectivamente, hasta llegar al año 2016 con un 28.9% (Gráfica 7).

La OCDE (2013), en su informe “Panorama de Salud 2013”, hace mención que México es el segundo país con mayor obesidad, tan solo el 32.4% de los mexicanos eran obesos en el 2012 y casi un tercio de los niños también la padecen. La diabetes que es una de las primeras enfermedades que se relacionan de manera directa con la obesidad es padecida por el 16% de la población de entre 20 y 79 años.

Desafortunadamente, las personas con obesidad severa fallecen 8 a 10 años antes que los que cuentan con peso normal, además que son más propensos a enfermedades cardiovasculares, diabetes o cáncer. Y el gasto es alto para los sistemas de salud, pues el gasto de personas con obesidad es 25% superior a los que están en un peso adecuado (OCDE, 2018). Por eso es importante la actividad física y práctica deportiva, además de las recreativas, pues generan hábitos saludables que ayudan a mejorar la calidad de vida y ayudan al desarrollo del ser humano (Alvarado *et al.*, 2014), además de que aminoran los gastos del estado en ese rubro, recursos que podrían ser aprovechados en otro, si existiera una cultura de la prevención.

Gráfica 7. México. Porcentaje de la prevalencia de obesidad entre la población adulta (18 años y más)



Fuente: Recuperado el 30 de mayo del 2023 de <http://www.fao.org/faostat/es/#country/138> -----

Además, de acuerdo con Cipolli (2015), si la actividad deportiva ésta comprendida como un bien social, va más allá de la ausencia de enfermedades, ya que ayuda a quien la práctica, a valorar el cuerpo propio y el de los demás en el plano psicológico, espiritual y comunitario. Nace un interés en el estar bien consigo mismo, con los demás y con el medio ambiente.

Pero, debido a que no existe un orden en el fomento de la actividad física y deportiva, esto ha ido traspasando a toda la población –desde niños a adultos mayores-, así es importante conocer los resultados que tiene la actividad física en el desarrollo físico –además del emocional, social y cognitivo- (Alvarado *et al.*, 2014).

Actividad física y procesos educativos

Varios autores coinciden en que los griegos son los precursores de las primeras actividades deportivas en el año 776 a.C. al aparecer las primeras olimpiadas. Desde ese momento comenzó la evolución de esas actividades. Por lo cual, el deporte es considerado como una parte de la cultura de una sociedad (Cipolli, 2015). Por lo tanto, es claro que el deporte se puede convertir en una escuela de vida si se realizan proyectos deportivos orientados a enseñar valores, interesándose en el desarrollo de la persona y no solamente en sus cualidades motrices.

Ciertamente, como lo mencionó Juan Pablo II, en el discurso para los campeonatos mundiales de atletismo el 2 de septiembre del 1987 (Librería Editrice Vaticana, 1987, p.12), “El deporte es una actividad que implica mucho más que un movimiento físico: exige el uso de la inteligencia y la disciplina de la voluntad”, pues revela “la maravillosa estructura de la personas humana...”, así mismo, el mismo Juan Pablo II, mencionó en la homilía en el Jubileo de los Deportistas en Roma 2000 (Librería Editrice Vaticana, 2000, p.11), que: es fundamental una iniciativa creativa y alentadora a fin de que “el deporte responda, sin desnaturalizarse, a las exigencias” del tiempo actual, que sea una actividad “que proteja a los débiles y no excluya a nadie, que libere a los jóvenes” de las insidias de la apatía y de la indiferencia, fomentando en ellos una sana competencia; “un deporte que sea factor de emancipación de los países más pobres” y que sea una herramienta que permita acabar con la intolerancia y construir “un mundo más fraterno y solidario”; “un deporte que contribuya a hacer amar la vida, que eduque

en el sacrificio, el respeto y la responsabilidad, llevando a la plena valorización de toda persona humana”.

De todo ello forma parte la educación, así, estudios realizados a adultos mayores y niños han demostrado que la actividad física ayuda al desarrollo de habilidades mentales, por eso la importancia de estimularla. La actividad física también ayuda al rendimiento escolar, pues el cerebro del individuo funciona mejor, hay mayor concentración, un alto estima y un comportamiento que ayuda a los procesos de aprendizaje y es que esta mejoría es debido al alto flujo de sangre que recibe el cerebro, los cambios hormonales, la asimilación de nutrientes y la mayor activación del mismo (Ramírez *et al*, 2004). Además, el deporte entendido como una actividad lúdica, motora y deportiva, desarrolla un muy importante papel en el campo educativo, ya que la comunicación no verbal que se da ayuda a dejar de lado barreras al momento de querer interactuar e integrarse con los demás (Crepaz, 2015).

De manera que, los beneficios psicopedagógicos con los que cuenta el deporte – de acuerdo con Capolli (2015) son diversos:

- a) **Como valor unitivo:** Ya desde la antigua Grecia, la competencia deportiva se comprendía como acto de unificación pues ya sea que ganaran o perdieran los contrincantes se abrazaban y tendían la mano. Además y de acuerdo con Capolli, se da un encuentro entre los pueblos, culturas y personas en la que están de por medio las actividades deportivas. Y bien lo afirmó el ex secretario de las Naciones Unidas Kofi Annan (citado por Capolli, 2015:30) “El deporte es el lenguaje universal. Cuando expresa lo mejor de sus capacidades tiene el poder federativo que une a los pueblos, independientemente de su origen, sus recursos sociales, sus convicciones religiosas o su condición económica”
- b) **Como válvula de desahogo y estímulo:** Ayuda a eliminar el estrés, controlar la agresividad o emociones como la rabia o ansiedad, sin la necesidad de recurrir a sustancias adictivas como el alcohol u otras drogas.

- c) **Como facilitador de socialización e integración:** Como un promotor y facilitador de la paz, enfocándose a temas de amistad, solidaridad y vínculos entre los pueblos. Además, acerca a las personas ya que elimina barreras lingüísticas, culturales y sociales, enseña el respeto a la diversidad, pues en la cancha todos son iguales. Se convierte en un instrumento que sirve para la socialización.
- d) **Como favorecedor del sentido de pertenencia:** En los deportes en equipo favorece un vínculo entre el equipo, por lo tanto tienen un sentido de pertenencia en ese grupo de atletas.
- e) **Como educador en varias formas de respeto:** El deporte ayuda a la comprensión de sí mismos y los que los rodean, sintiendo empatía por las necesidades de los demás. Educa en valores como: El respeto en las reglas, el respeto al adversario y el respeto de sí mismo.
- f) **Como educador en el esfuerzo, el sacrificio y la tenacidad:** El deporte motiva al individuo a esforzarse por medio del sacrificio y la tenacidad.

Enfocándose en la parte de la salud, el estudio comparativo de la calidad de vida de estudiantes universitarios de Cataluña, Coahuila y Nuevo México, cuenta con importantes ítems con respecto a la percepción que tienen los estudiantes respecto a su salud, estos son (Salgado *et al.*, 2017):

- Sentirse descansado.
- Sentir que durmieron lo suficiente.
- Buena coordinación de los movimientos.
- Buen funcionamiento de la memoria.
- Su satisfacción general con estado de salud física.

Sentirse descansado y que durmieron lo suficiente

Para los jóvenes universitarios (por las múltiples actividades académicas que realizan), es común tener que reducir parte de su tiempo de sueño, lo que les llega a provocar, estrés, ansiedad y depresión (Vílchez-Cornejo *et al.*, 2016). Lo que se traduce en problemas crónicos de sueño a larga, exponiéndolos a sufrir trastornos como lo son la depresión y la ansiedad (Tafoya *et al.*, 2013).

Esa mala calidad del sueño hace que el individuo este expuesto a situaciones graves que puede llegar al suicidio, lo cual se presume que sea por un trastorno de tipo depresivo, debido a que los trastornos del sueño están muy relacionados con distintos trastornos de salud mental, entre ellos la depresión. Por lo tanto, es relevante el buscar estrategias preventivas y de control para los comportamientos suicidas (Virú-Loza *et al.*, 2009).

Pero, no es lo mismo determinar que hay un trastorno del sueño donde es claro que deriva de problemas de salud, que hablar de calidad del sueño que tiene que ver más con la percepción del individuo, y que en este caso se hace una valoración de ella por medio de aspectos cuantitativos (difíciles de definir y de medir) en los que se incluyen la duración del sueño y los despertares nocturnos o de aspectos cualitativos en los que están incorporados la profundidad del sueño o su capacidad de reparación (Buysse *et al.*, 1988).

Para poder hacer esa distinción de cuando los problemas del sueño se han convertido en un problema el ICSD-2 (Clasificación Internacional de Trastornos del Sueño), cuenta con un catálogo que tiene que ver con la mala percepción del sueño (IMSS, S.f.:2):

1. Cuando hay dificultad para poder iniciar o mantener el sueño, despertar demasiado temprano, el sueño es crónicamente no restaurador o de calidad pobre por lo menos durante un mes. El problema del sueño ocurre a pesar de las circunstancias y condiciones adecuadas para dormir.
2. alguna de las siguientes formas de deterioro diurno relacionadas a la dificultad de sueño es reportada por el paciente:

- a. Fatiga o malestar.
- b. Deterioro de la memoria, concentración y atención.
- c. Pobre desempeño escolar, social y/o profesional.
- d. Cambios en el estado de ánimo.
- e. Somnolencia diurna.
- f. Disminución de la motivación, energía e iniciativa.
- g. Proclividad a los errores y accidentes.
- h. Tensión, dolor de cabeza, síntomas gastrointestinales en respuesta a la pérdida de sueño.
- i. Preocupación por el sueño.

Por eso es importante entender si es un problema de salud (o algo momentáneo) e identificarlo, para poder encontrar una solución, pues si no se identifican de dónde se derivan, no se podrá trabajar en ello (Cortés *et al.*, 2009).

Aunque, una de esas soluciones definitivamente es no renunciar a horas de sueño pues el tener mala calidad del mismo, deriva en agotamiento emocional, tensión laboral, alteración en el estado de ánimo (Miró *et al.*, 2007) y/o problemas con el metabolismo, debido a que en la privación total del sueño, los niveles de la hormona estimulante de la tiroides se duplican y después de 4 o 5 días de privación parcial del sueño se reducen, habiendo una alteración en cuanto a la resistencia de la insulina, que promueve el aumento de peso e incluso llega a ser un factor de riesgo para la diabetes tipo 2 y afectando también el funcionamiento hormonal, debido a que hay una asociación entre la corta duración del sueño y hábitos alimentarios irregulares (Knutson *et al.*, 2007).

Buen funcionamiento de la memoria

Las estimulaciones positivas ayudan a la producción de dopamina¹², que tiene que ver con la emotividad (Tacca *et al.*, 2019), y está comprobado que las emociones son una parte muy importante en el proceso de obtención de conocimiento (Elizondo *et al.*, 2018). Las emociones permiten interpretar el mundo, así que tienen una importante función al momento de determinar a qué se debe prestar atención y que hay que seleccionar para recordar, regulan el comportamiento y ayudan a asimilar lo que rodea al individuo, de manera que las emociones relacionan el aprendizaje con placer o dolor y si el estudiante experimenta emociones positivas, es posible que aumente su aprendizaje, en tanto que el estrés puede bloquearlo. (Palomera *et al.*, 2017).

Así pues, la satisfacción que experimenta el estudiante tiene relación con las vivencias tanto dentro como fuera de clase (Tacca *et al.*, 2019) y es que una persona satisfecha con su forma de estudiar y buen rendimiento organiza mejor sus labores y le permite obtener los resultados esperados, por eso es fundamental que las instituciones universitarias implementen programas que estén dirigidos a la mejora de aspectos con áreas de oportunidad en la optimización de conductas adecuadas, lo que ha de permitir al estudiante tener una formación adecuada que le ayudará a tener las competencias básicas para desempeñarse de manera oportuna en el mundo laboral (Domínguez-Lara y Campos-Uscanga, 2017).

Satisfacción general con estado de salud física

De acuerdo con Reig *et al.* (2003: 9): “Una universidad saludable y de calidad es aquella que de forma continua está mejorando su ambiente físico y social, potenciando aquellos recursos comunitarios que permiten a su población realizar todas las funciones de vida y auto desarrollarse hasta su máximo potencial...”.

¹² De acuerdo con Bahena-Trujillo *et al.* (2000), la dopamina ayuda en la regulación de diversas funciones como son: la conducta motora, la emotividad, la afectividad.

Además establece una serie de pasos que ayudan a contar con una universidad saludable y de calidad (Reig *et al.*, 2003:9):

- "1. La formulación de conceptos que conduzcan a la adopción de planes de salud activos para el colectivo de personas de la universidad.
2. El desarrollo de modelos adecuados de actuación en la práctica.
3. Monitorización e investigación sobre la efectividad de los modelos de actividades saludables y de calidad en la universidad.
4. Intercambio de ideas y experiencias entre otras universidades colaboradoras o interesadas."

De modo que, considerando que por lo general los universitarios cuentan con una edad de entre los 17 y 26 años edad, sus problemas de salud en general no son atendidas de una manera adecuada debido a la políticas públicas, sobre todo en países de América Latina y el Caribe (ALC) [Lara *et al.*, 2015], por lo cual hablando de cuestiones de la salud de adolescentes y jóvenes, en la que están incluidas la salud sexual y la reproductiva, son prioritarias en el desarrollo a nivel internacional, así que es imperativo formular políticas innovadoras y que además sean eficaces para que a nivel regional se promueva una mayor concientización y participación de jóvenes, familias y comunidad (OPS, 2010), sobre todo porque algunos estudios han demostrado que los estudiantes tienen un predominio de estilos de vida poco saludables, como son consumo de bebidas alcohólicas, tabaquismo, una dieta poco equilibrada (comida rápida o chatarra), falta de actividad física, etc. (Meda-Lara *et al.*, 2008), en los que su ambiente académico puede ser un auxiliar en cuestiones de protección en las que se dé impulso a la salud y a un ambiente ameno para el estudiante (Lara *et al.*, 2015).

Buena coordinación en los movimientos

Sin duda alguna la coordinación tiene que ver con factores como la genética, las experiencias, el aprendizaje y por supuesto con los estímulos. Es así que la coordinación tiene influencia en la velocidad y de la calidad de los procesos de estudio, por lo cual la coordinación está muy ligada al aprendizaje (Muñoz, 2009), de modo que para que los estudiantes cuenten con una calidad de vida, es necesario que tengan los espacios necesarios para poder estimular su motricidad. Como mencionan Solana y Muñoz, (2011 citando a Massafret y Segrét, 2010) estas capacidades coordinativas facilitarán la eficiencia y la adaptación en el movimiento en cuanto a las condiciones del entorno por medio del Sistema Nervioso Central (SNC) y el esqueleto, lo cual fomenta la individualidad y favorece el aprendizaje.

Por su parte, Ortiz y Ramírez (2020) mencionan que la actividad física permite la regulación de la neurogénesis¹³ y angiogénesis¹⁴ por medio de factores neutróficos¹⁵ en algunas partes determinadas del cerebro, lo que permite al estudiante conseguir mejor salud y rendimiento cognitivo, es por eso la importancia de contar con acceso y tiempo para realizar actividad física dentro y/o fuera de la escuela.

Así, como menciona Rodríguez (2015), la conciencia corporal permite modificar respuestas tanto emocionales como motoras, en tanto que autores como Le Boulch, Lapierre y Aucouturier mencionan que el movimiento se debe de incluir en las actividades escolares, pues tiene gran relación con la adquisición de aprendizaje (Cano, 2016).

¹³ De acuerdo con Ramírez-Rodríguez *et al.* (2008: 13), es “un proceso complejo que involucra diversas etapas, como la proliferación de las células pluripotenciales, la migración, la diferenciación, la sobrevivencia de las neuronas nuevas, así como la integración de éstas en los circuitos neuronales existentes”.

¹⁴ De acuerdo con Pinto *et al.* (2015: 61), es “la formación de vasos sanguíneos a partir de vasos pre existentes”.

¹⁵ Para Vega y Morís (2003), “son moléculas que regulan la supervivencia neuronal, la plasticidad del sistema nervioso y otras funciones de las neuronas y células gliales, así como de algunos tejidos no nerviosos”.

Autores como Planinsec y Pisot (2006) encontraron una relación entre la coordinación motora y la inteligencia, pues en un estudio realizado por ellos observaron que estudiantes de inteligencia promedio realizaron actividad motora más eficiente que los estaban por debajo del promedio, es decir los más coordinados son aquellos que se encuentran en un nivel promedio o mayor de inteligencia.

6.2. Calidad de vida y satisfacción en las tareas

La disciplina que más se refiere al término satisfacción es la psicología, porque es parte importante del comportamiento humano (Velandia, *et al.*, 2007) A la satisfacción se le llega a definir como la “acción o efecto de satisfacer” o como cumplimiento del deseo o del gusto” (RAE, 2023). Por otro lado Robbins y Judge, (2013) citado por Noborio, (2018), afirman que la satisfacción es un sentimiento de bienestar y este surge en el momento en el que una necesidad insatisfecha es cubierta, ésta puede ser física o psíquica y se presenta por deseos o motivaciones.

Molina (2015), por su parte, indica que la satisfacción es un estado mental de la persona que se produce por una sensación de plenitud que aparece en el momento en el que se realizan actividades que se consiguen con el éxito que se desea (Noborio, 2018). La satisfacción tiene una fuerte relación del bienestar que se siente con referencia a los estudios, por eso es necesaria una actitud positiva con respecto a la universidad y la carrera (Garbanzo, 2007). Un estudio realizado por Vélez (2005) a estudiantes de la Universidad de Rosario en Bogotá, Colombia, apuntan que los estudiantes que se encontraron satisfechos tanto con su carrera como con la universidad y sin presiones en el hogar (por parte de sus padres) obtuvieron resultados de rendimiento económico positivo (Garbanzo, 2007).

Por eso, hay que tener en cuenta que la parte esencial del bienestar subjetivo tiene que ver con la satisfacción en las que van incluidas evaluaciones

intelectuales y de otros aspectos que se presentan en la vida, o sentimientos como tristeza o alegrías (Alfaro *et al.*, 2016 citando a Diener, 2006) y este bienestar subjetivo se refiere a la evaluación que hace una persona acerca de su calidad de vida (Petito y Cummins, 2000 citado por Alfaro *et al.*, 2016). Así se espera contar con ciertas satisfacciones al realizar tareas.

Al referirse a tareas, es enfocarse a ciertas actividades, en este caso serían las de los estudiantes, que por un lado aparecen las del hogar y por otro lado las que se realizan en la universidad. Para esta investigación las primeras (las del hogar) van orientadas principalmente a la preparación de la comida, la limpieza de su habitación o la vivienda, la compra de comida, etc.; las segundas (las del curso) que van encaminadas respecto a los deseos de empezar el curso, la satisfacción con los logros obtenidos en clase y la comunicación e intercambio de opiniones con los compañeros (basada en la encuesta de Salgado *et al.*, 2017).

6.2.1. Satisfacción en las tareas del hogar

Las personas llegan a percibir y vivir la situación del hogar de diferente manera, de modo que afecta la satisfacción en ésta, en algunos se exige autonomía e independencia, en otros mayor interdependencia y subordinación ante las personas con las que se vive, además que cada uno cuenta con valores culturales individualistas o colectivistas (Salgado *et al.* citando a Carballeira *et al.*, 2015).

En el estudio comparativo realizado respecto a la calidad de vida de estudiantes universitarios de Cataluña, Coahuila y Nuevo México, se consideraron diferentes ítems con respecto a la percepción que tienen ellos en cuanto a la satisfacción de las tareas del hogar, éstos son (Salgado *et al.*, 2017):

- Manera en la que limpió su habitación/apartamento/casa.
- Con la compra de comida u otros artículos para la casa.

- Con la preparación de la comida.
- Satisfacción general con las tareas de la casa.
- Satisfacción general en cuanto a la situación de alojamiento y vivienda.

Satisfacción con la manera en la que limpió su habitación/apartamento/casa

Llega a ocurrir que muchos de los estudiantes universitarios, llegan no solamente a dedicarse a sus estudios, sino que contribuyen en el quehacer doméstico (Velázquez *et al.*, 2006). De tal manera que es importante que se den cuenta de la importancia que tiene el realizar labores domésticas, como parte de su formación personal.

Satisfacción con la compra de comida u otros artículos para la casa

La elección de alimentos como bien lo menciona (IES CHAPELA, 2017), es un asunto complejo, pues influyen los determinantes biológicos (hambre, apetito y sentido del gusto); determinante económicos (costo, ingreso o disponibilidad del producto); determinantes físicos (acceso, la educación, capacidades personales como el cocinar por ejemplo y el tiempo); determinantes sociales (cultura, familia, patrones de alimentación); determinantes psicológicos (estado de ánimo, estrés y culpa); actitudes, creencias y conocimientos con respecto a la elección de alimentos; y además en qué fase de la vida se encuentra el sujeto. Del mismo modo, se puede considerar la compra de otros artículos (Díaz, 2018).

Así que para saber si se está o no satisfecho con la compra es importante determinar la relación existente entre la expectativa que se tiene y el desempeño real de lo adquirido, pues entre menor brecha entre una y otro, mayor será la satisfacción del adquiriente. Por otro lado, aunque exista satisfacción en las

compras, siempre aparece una disonancia cognoscitiva¹⁶, pues se obtienen ciertas desventajas del producto elegido y se pierden los beneficios que pueden ofrecer otras opciones (Díaz, 2018).

Satisfacción con la preparación de la comida

Cocinar además de ser gratificante, puede llegar a ser relajante, sobre todo cuando se realiza para hacer un paréntesis a las rutinas diarias, por supuesto que no es necesario basarse en una receta complicada y extensa. Cocinar ayuda a motivar el probar cosas nuevas, ya sea experimentando con nuevos ingredientes o aprovechando el inmenso mundo de la gastronomía, que ofrece infinidad de recetas (Fuchs, 2014).

Hay sabores y olores que traen recuerdos, imágenes, sensaciones y emociones tales como la nostalgia (Fuchs, 2014) tan presente en los estudiantes que deciden estudiar tan lejos del hogar. Además de que el tener la capacidad de realizar un platillo por sí mismo, es emocionante pues reconforta dárselo a probar a alguien más, mostrarlo o contarle a alguien dicha actividad (Fuchs, 2014), además de que fortalece la seguridad en sí mismo.

Satisfacción general en cuanto a la situación de alojamiento y vivienda

Para que un individuo se sienta satisfecho en cuanto a alojamiento y vivienda, debe de contar un lugar digno y decoroso en el que no se ponga en riesgo la satisfacción de otras necesidades básicas; que cuente con seguridad y con un sentimiento de confianza con sus vecinos; con materiales adecuados; una conveniente ubicación y acceso a servicios básicos; un lugar seguro con áreas

¹⁶ Díaz, 2018: 31. Incomodidad del comprador por un conflicto posterior a la compra.

verdes; con un entorno natural, pero con acceso a la tecnología (Consejo Nacional de Evaluación de la Política de Desarrollo Social [CONEVAL], 2018)

De acuerdo con la ONU (1991) citado por el CONEVAL (2018), se pueden distinguir siete elementos básicos para que a una vivienda se le pueda considerar adecuada:

- Seguridad jurídica de la tenencia de la vivienda, en la que se garantice protección legal contra el despojo forzoso, el hostigamiento y otras amenazas. Los derechos relacionados con ésta son: el derecho a la integridad y seguridad personal, derecho a la inviolabilidad del domicilio y derecho a la propiedad.
- Disponibilidad de servicios para la satisfacción de necesidades básicas de salud, seguridad, comodidad y nutrición como lo son agua potable, instalaciones sanitarias en buenas condiciones, alumbrado, servicios de emergencia, entre otros. Derechos relacionados con ésta son: el derecho al agua y saneamiento y derecho a un medio ambiente sano.
- Asequibilidad, en la que los gastos generados por la vivienda no limiten otras necesidades básicas. Los derechos relacionados con ésta son: derecho al trabajo y derecho a la seguridad social.
- Habitabilidad de la vivienda, en la que al vivir en ese lugar se garantice la protección de los ocupantes ante problemas de medio ambiente, amenazas a la salud e insuficiencias de espacio. Los derechos relacionados con ésta son: el derecho a la alimentación, derecho a la salud y derecho a la privacidad.
- Accesibilidad de vivienda. Los derechos relacionados con ésta son: el derecho de acceso a la información, el derecho a la igualdad y prohibición de discriminación y derechos de las niñas, niño y adolescente.

- Una ubicación que garantice el acceso por cualquier vía, al empleo, servicios de salud y servicios educativos, que no se localice en zonas contaminadas o peligrosas que lleguen a poner en riesgo a sus habitantes. Los derechos relacionados con ésta son: el derecho a la educación y derecho a la movilidad.
- Adecuación cultural, en la que exista el respeto a la expresión de la identidad cultural y diversidad de los residentes, en cuanto a la construcción o modernización de la vivienda.

6.2.2. Satisfacción en las tareas del curso

Los estudiantes que encuentran satisfacción con la carrera que están cursando y que además sienten motivación académica, muestran actitudes positivas con respecto al aprendizaje. Si el estudiante está satisfecho con las actividades que realiza dentro del aula, ve el trabajo como algo natural, pues realiza sus tareas sin importar si los demás las realizan o no, les agrada colaborar con sus compañeros, terminan sus actividades de manera puntual y correcta aprovechando sus habilidades (Bernal, 2016).

En el estudio comparativo realizado en el que se compara la calidad de vida de estudiantes universitarios de Cataluña, Coahuila y Nuevo México, se consideraron diferentes ítems con respecto a la percepción que tienen ellos en la satisfacción en las tareas del curso/clase, éstos son: deseo por empezar las tareas del curso/clase, satisfacción con los logros conseguidos en el trabajo del curso/clase y comunicación e intercambio de opiniones con facilidad con los compañeros del curso/clase, siendo la media más alta la comunicación e intercambio de opiniones con facilidad con los compañeros de clase y la más baja el deseo por empezar las tareas del curso/clase, aquí los catalanes fueron los menos satisfechos y los norteamericanos tuvieron la media más alta en general (Salgado *et al.*, 2017).

Deseo por empezar las tareas del curso/clase

Para que el estudiante se sienta motivado y se fomente su aprendizaje, es importante la manera en la que se diseñan las tareas, pues deben de ser coherentes con el contenido temático; los objetivos de aprendizaje propuestos por el docente; analizar a quien va dirigido el material de acuerdo a su nivel de estudios; que se le dé la libertad al estudiante de opinar y de desarrollar la temática; y sobre todo que las tareas sean interesantes para el estudiante. Cabe destacar la importancia de la participación de padres – o asesores- en el proceso, motivándole a sentirse capaz de realizar la tarea (Ordoñez, 2015).

En ocasiones la televisión, los videojuegos, las redes sociales, entre otras actividades, no permiten que el alumno se sienta motivado a realizar sus tareas (Montuy, 2012), en los jóvenes universitarios se puede presentar como un problema, pues si estaban acostumbrados a realizar sus actividades escolares bajo la supervisión de sus padres y deciden estudiar en otra ciudad apartados de ellos, pueden llegar a desatender su obligaciones.

Si el alumno siente que la carga es demasiada, les crea conflictos hasta el punto de no desear realizar la tarea, aun sabiendo que eso le puede traer problemas escolares, por eso es importante diseñarlas de acuerdo a las capacidades y edad del estudiante (Montuy, 2012).

Satisfacción con los logros obtenidos en el trabajo del aula

Piaget, citado por Gómez y Sacristán (1992), hace mención que cuando no se le permite al alumno su espontaneidad y su capacidad de investigación personal y autónoma no se le posibilita potenciar su percepción, imaginación y reflexión, y que si por el contrario termina realizando solo lo que se instruye, su actividad se vuelve cerrada y sin sentido.

Por supuesto que como hacen mención Gómez y Sacristán (1992), el aprendizaje tiene que ver con el conocimiento en particular del estudiante, mientras que pensamiento e inteligencia tiene más relación con conocimientos más generalizados. De tal manera que para el aprendizaje es necesaria la motivación y al contrario, para sentirse motivado es necesario contar con el aprendizaje. Al pasar de ser un sujeto pasivo a uno activo en el proceso, se ayuda al aumento del grado de satisfacción del alumno, por un lado por la capacidad de reflexión que descubre, y por otro, porque al favorecer su proceso de aprendizaje, se tiene como resultado una mejora en las calificaciones (García y Begoña, 2007) situación que lo hace sentirse más motivado.

6.3. Satisfacción con las tareas de tiempo libre

Ganso (2014) considera que el tiempo libre y el ocio son “aquellas actividades voluntarias ajenas a un horario establecido” (p. 69) esto con el fin de satisfacer los propios intereses del individuo y disfrutar de ellos. Aunque, de acuerdo con Cuenca (2024), es común que tiempo libre y ocio se entiendan como conceptos semejantes, la realidad es que es necesario diferenciarlos. Por un lado, el tiempo libre tiene que ver con un espacio temporal contrario al de trabajo, un período en el que se da una ausencia de obligaciones y que posibilita realizar actividades de cualquier tipo, unas con relación al ocio y otras no, además el tiempo libre, en relación con tiempo social, es objetivo, medible y cuantificable que lo tienes o no.

Por otro lado, el ocio es más bien una vivencia humana que tiene que ver con un punto personal y subjetivo. Para Santos (2010), la utilización sana del tiempo libre es beneficiosa para el individuo, sobre todo cuando su empleo en actividades como la física o mental le permiten un desarrollo personal, por eso la importancia de no dejarlo a decisión únicamente del individuo, sino es importante apoyarle en la preparación y formación que le ayude a crecer en este sentido.

Cuenca (2024) dice que el ocio “es todo aquello que realizamos las personas de un modo libre y sin una finalidad utilitaria sino, fundamentalmente, porque

disfrutamos con ello...” también es “una acción personal y/o comunitaria que tiene su raíz en la motivación, algo que deseas y te gusta, y la voluntad, algo que decides hacer libremente” y “son vivencias complejas que se inician cuando las estamos proyectando o deseando y continúan cada vez que disfrutamos recordándolas” (p. 4).

La ociosidad por su parte, tiene por lo general un significado opuesto al ocio. Tiene que ver con la pereza y es considerada “la causante todos los vicios”, además la ociosidad carece de ausencia de acción tanto interior, como exterior a diferencia del ocio -que si cuenta con ella, al respecto Cuenca (2024) habla de tres tipos de ocio:

- Ocio autotélico: “es una experiencia vital y un ámbito de desarrollo humano que, partiendo de una determinada actitud ante el objeto de la acción, descansa en tres pilares esenciales: elección libre, fin en sí mismo (autotelismo) y sensación gratificante” (p.6). Ésta se realiza por medio de actividades lúdica, ambiental-ecológica, creativa, festiva y solidaria
- Ocio humanista: es aquel que “defiende la dignidad de la persona y su práctica como derecho humano” (p.8), éste “se sustenta en los tres valores fundamentales del ocio autotélico: libertad, satisfacción y gratuidad” (p.8) que a su vez tienen relación con la identidad, superación y justicia. Este tipo de ocio requiere formación.
- Ocio valioso: este tipo de ocio “está basado en el reconocimiento de la importancia de las experiencias satisfactorias y su potencial de desarrollo” (p. 9), la palabra valioso tiene que ver con “el valor social beneficioso que se reconoce en la práctica de determinados ocios, así como su capacidad de desarrollo humano” (p.9), esto no significa que “excluye que, quienes lo fomentan, puedan obtener otros tipos de beneficios” (p.9) como los económicos, por ejemplo.

En el estudio comparativo realizado con respecto a la calidad de vida de estudiantes universitarios de Cataluña, Coahuila y Nuevo México, se consideraron

diferentes ítems con respecto a la percepción que tienen ellos en la satisfacción con las actividades de tiempo libre, éstos son (Salgado *et al.*, 2017):

- Uso del tiempo para actividades de ocio.
- Concentración en las actividades de tiempo libre.
- Satisfacción general con actividades de tiempo libre.
- Satisfacción general con relaciones familiares.
- Satisfacción general con relaciones sociales.

Uso del tiempo para actividades de ocio

El ocio dentro del tiempo libre será el conformado por:

1. Actividades prácticas libremente elegidas según las preferencias del individuo.
2. Tiempo que tiene que ver con la libre elección y realización de actividades en la que el individuo se sienta satisfecho en sus necesidades personales.
3. Tiempo de descanso, diversión, creatividad o de desarrollo del individuo.

Cuenca (2024), habla de la educación del ocio como:

Una denominación unida a procesos de aprendizaje de actitudes, habilidades, conocimientos, conductas y valores relacionados con las experiencias de ocio. Es parte esencial, de la formación permanente y tiene una función importante en el desarrollo del potencial humano, el bienestar y la calidad de vida. (p.14).

Concentración en las actividades de tiempo libre.

De acuerdo con Ganso (2014), algunas dinámicas de trabajo en algunos jóvenes estudiantes universitarios generan una sobrecarga en sus rutinas diarias (que en

realidad pueden llegar a ser innecesarias), lo que impacta de manera directa en su salud, es entonces que lo que permitiría equilibrar esta situación sería el buen uso del tiempo libre de estos jóvenes. El tiempo libre cuenta con múltiples beneficios entre los que aparecen el aumento de habilidades motoras, sensoriales, cognitivas, así como la mejora de la salud mental; en lo referente a lo social ayuda en la autoestima, mejorar las habilidades sociales, etc. Así que la intención de educar con lo que respecta al tiempo libre permite la potenciación lo educativo del ocio convirtiéndolo en proceso creativo más que de consumo.

Las actividades físicas o mentales (como se mencionó con anterioridad) son beneficiosas para la salud del individuo, de estas últimas se tienen las actividades artísticas que ayudan a la formación general de niños, adolescentes (y adultos) contribuyendo el fortalecimiento de conocimientos, desarrollo académico y personal, estimulando capacidades de la imaginación, concentración, memoria, habilidades manuales, entre otros (Llor y Salgado, 2013). También actividades como la lectura permiten al estudiante descansar, concentrarse y tener tiempo ocupado (Hurtado y Ochoa, 2011).

Es así que como bien lo menciona Tirado (2016), también en aula el ambiente tiene mucho que ver con los procesos de atención y concentración de los estudiantes, por eso la importancia de generar algunas estrategias lúdicas para el mejoramiento de la atención y concentración.

Satisfacción general con actividades de tiempo libre.

Una actividad de tiempo libre u ocio que proporciona satisfacción -de acuerdo con Pascussi (2015)- es considerada como una actividad positiva que posibilita a los individuos el olvidarse de los problemas por un momento, y después de ese tiempo le será más fácil enfrentarlos. Estos momentos no solo ayudan a su satisfacción personal, sino a su calidad de vida, lo que repercute en el bienestar del estudiante. Por lo tanto, a mayor periodicidad del buen uso del ocio, mayor el

grado de satisfacción, ya que da a las personas estados satisfactorios, les mejora el ánimo, les permite adquirir herramientas para enfrentar etapas de vida, les proporciona una personalidad fuerte y equilibrada, les genera valores bien cimentados como la creatividad, la autonomía, capacidad de cooperación, responsabilidad, etc.

El que los estudiantes realicen actividades que les gustan y con las que se divierten, les permite sentirse satisfechos y aprovechan su tiempo haciendo lo que les interesa y con las persona que quieren (Nieves, 2010). Los estudiantes universitarios llegan a sentirse satisfechos con su tiempo libre por razones como: que aporta múltiples aprendizajes, genera autonomía, constituye las principales fuentes de desarrollo personal frente a los académico, además de que supone una muy importante oportunidad de acercamiento a la cultura y nuevas experiencias (Méndez, 2010). Es entonces que como bien lo afirma Rojo (2015, p. 56) el tiempo libre “es un tiempo... desde el punto de vista humano, donde no se producen bienes materiales, pero si satisfacción y crecimiento personal para quienes participan de estas actividades”.

Satisfacción general con relaciones familiares.

Las familias forman parte importante del desarrollo académico del estudiante universitario, pues permiten su desarrollo (desde los primero años) individual y colectivo, ya que en ellas se generan relaciones que permiten la consolidación de valores, bienestar, autoestima y sentido de la vida con los que ha de afrontar retos, al mismo tiempo que compromisos y aprovechamiento de recursos y oportunidades. Por lo tanto, la familia es una red de apoyo en cada etapa del estudiante, lo que le permite poder desarrollarse en un ambiente diferente. Así, familia y universidad se convierten en escenarios de socialización. La familia es el primer punto de aprendizaje y donde son transmitidos los valores, creencias y tradiciones en el individuo, convirtiéndose así también en agentes educativos. Es tan importante la familia para el estudiante que le enseñan distintas habilidades y

conocimientos a cada uno, por lo tanto, en las instituciones formativas se encontraran con estudiantes con distintas realidades familiares, así familia e institución educativa deben de comprender dicha realidad y por ende dar respuesta a sus diferentes circunstancias (Sánchez y Callejas, 2020).

Entonces, el apoyo familiar apunta a que los estudiantes contarán con un rendimiento académico mayor, ya que los que cuentan con ese apoyo se sienten con una gran motivación de preparación, lo que de pronto provoca ciertas dificultades emocionales para los que se encuentran en un lugar distinto al de su familia y que además se enfrentan a un escenario distinto. El hecho de que los estudiantes sientan que cuentan con seguridad y estabilidad emocional que viene de la familia, con mejores hábitos alimenticios, mayor salud emocional, una red de apoyo familiar, entre otras situaciones similares, les hace sentir una mayor satisfacción con la vida (Espinell *et al.*, 2018).

Por lo tanto, de acuerdo con Sobrino (2007) desde una perspectiva humanística está más satisfecho "aquel que satisface mayores necesidades psicológicas y sociales en su ambiente familiar y/o laboral" (p. 113), lo que le permite poner mayor empeño a las actividades que lleva a cabo.

Satisfacción general con relaciones sociales.

Algunos estudios han demostrado que las relaciones sociales que se establecen entre los jóvenes estudiantes, tienen influencia positiva en su satisfacción en general (Figueroa, 2019), esas satisfacciones no tienen que ver solamente con la vida escolar, sino también con su vida personal (Pérez, 2013).

De acuerdo con Chacón *et al.* (2020) citando a Burke *et al.* (2010), el bienestar tiene un vínculo con las relaciones sociales, parte de ello tiene que ver con lo que mencionan Diener *et al.* (2010) que consideran que los seres humanos requieren apoyar a otros, este apoyo es importante ya que como mencionan Abello *et al.* (2012) al tener momentos de angustia, soledad, pesimismo, tristeza, entre otros, el

estudiante podría percibir un descenso de ellos gracias al sostén que ofrecen las relaciones sociales de los jóvenes con sus pares, por lo tanto a las relaciones sociales se les puede considerar como un importante componente de familiaridad y cercanía a la institución y de apoyo en el momento que el estudiante lo requiere.

6.4. Calidad de vida y satisfacción con las interacciones libres y fundamentales

La parte subjetiva de la calidad de vida se entiende como bienestar psicológico, y está dividida en dos, una parte que se refiere a los aspectos afectivo-emocionales – que tienen que ver con el estado de ánimo del individuo- y la de aspectos cognitivos-valorativos –que tiene que ver con la evaluación de la satisfacción que hace el individuo de su propia vida- (Pascucci, s.f.). Si el sujeto cuenta con tiempo libre se sentirá satisfecho y eso tendrá que ver con la parte subjetiva de la calidad de vida que habla que cuenta con un bienestar psicológico.

Entonces, de acuerdo con la Declaración Universal sobre la diversidad cultural en su artículo 5 habla acerca de los deseos culturales a los que todo sujeto tiene derecho como parte del desarrollo de la diversidad creativa, así toda persona tiene derecho a expresarse y crear, a contar con una educación y capacitación de calidad, además de que puede participar en la vida cultural que decida y ejercer sus propias prácticas culturales, considerando el límite que impone el respeto a los derechos humanos y a las libertades fundamentales (Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Derechos Humanos [ACNUDH], 2022).

Entonces, el individuo tiene derecho a interactuar, esto es que se puede comunicar con otros influyéndose de manera mutua en un intercambio de acciones que pueden ser o no verbales (Jauregi, 2013). Aquellos con los que primero interactúa el individuo son los que forman parte de su familia, después con los que están en su entorno escolar y/o laboral y después con los de otros grupos sociales, como amigos, vecinos o compañeros de actividades diferentes al ámbito escolar o laboral. Estas actividades pueden ser realizadas en distintos

espacios de interacción y momentos, de manera formal (escuela o trabajo) o en su tiempo libre (juego, sueño, recreación, descanso, etc.) (Ortiz y Giraldo, 2009).

Es importante entonces que puedan realizar actividades que estén a su alcance con el fin de crear un ambiente positivo, pues éste está más dispuesto al reciclaje y el uso del transporte público que ayudan a la preservación del medio ambiente y la mejora de la calidad de vida, esto es, combatiendo la contaminación ambiental, los accidentes de tráfico y/o disminución de estrés, por lo tanto, esta calidad de vida es reconocida como un derecho individual que tiene que ver con una RS compartida.

También aparecen otras acciones positivas como el dedicar tiempo libre al voluntariado (las personas que cuentan con la posibilidad) en ONG, en ellas se fomentan valores tales como la aceptación y el respeto de las diversas culturas, idiomas y tradiciones y con sus actividades altruistas el voluntario puede llegar a sentirse feliz, satisfecho, etc. El tener la posibilidad de que el ser humano se mueva libremente de un lugar a otro, y contar la experiencia de vivir en un mundo multicultural, con gente de diferentes nacionalidades o en la que hay diversidad de piel, idioma o cultura, ayuda al enriquecimiento tanto personal como cultural (Gentile, 2013).

6.4.1 Satisfacción en general con la capacidad de participar en la vida diaria

Primero, es importante mencionar cuales son las actividades de la vida diaria, como bañarse, vestirse, alimentarse, asearse, dormir, etc., o sea son todas las tareas diarias que las personas realizan y las integran a la sociedad volviéndose importantes en el desarrollo de la identidad de los individuos, de modo que son parte de la vida diaria (MIT, 2019). En cuanto a la capacidad, esta tiene que ver con la cualidad de capaz, así se puede realizar la acción que se espera; y de participar, es que se toma parte en algo (RAE, 2023). Entonces esta satisfacción

con la que cuenta el estudiante tiene que ver con si es capaz de tomar parte en las actividades de la vida diaria.

Muchas situaciones alrededor del estudiante le pueden generar una satisfacción con esa capacidad de participar en la vida diaria como el desarrollar determinadas habilidades en la universidad entre las que destacan la facultad de conocer y resolver problemas y también el deseo de desarrollar la capacidad para en un futuro poder transformar determinado contexto aprovechando sus competencias de investigación, lo que le permitirá participar activamente en la vida social y comunitaria (Romero *et al.*, 2021).

Dicen Correa *et al.* (2019) que las creencias con las que llegan los estudiantes al aula influirán en su desarrollo negativo o positivo con respecto al aprendizaje, el negativo muchas veces es reflejado con la ansiedad de terminar una tarea o el miedo a equivocarse o fracasar afectando su proceso de aprendizaje al no desarrollar determinadas habilidades o destrezas. Dichas actitudes tienen que ver con la información que reciben en sus círculos escolares o familiares a través de experiencias que no fueron del todo agradables, entre las que destacan la intervención de docentes (afectando su participación en clases), poder realizar preguntas o elaborar adecuadamente las tareas, lo que reducirá su motivación por aprender.

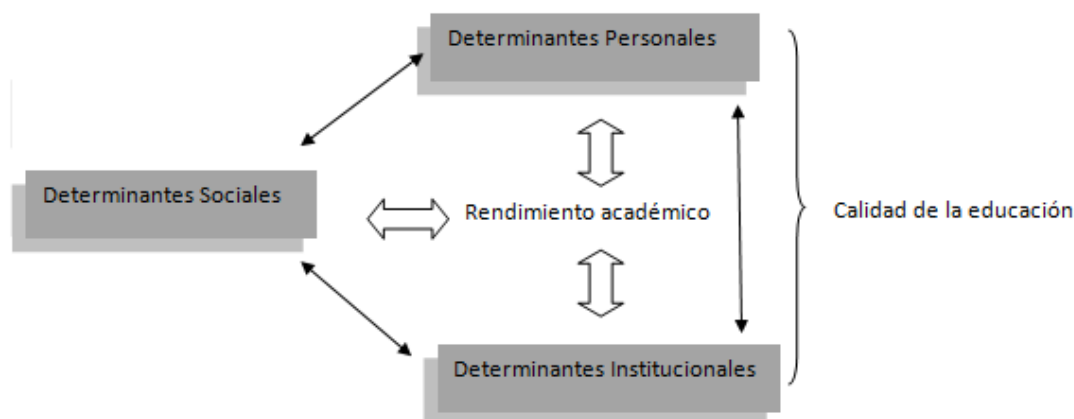
6.4.2. Satisfacción en general con el deseo sexual, interés, rendimiento o desempeño

En tema del deseo sexual, en la actualidad los jóvenes cuentan con mayor diversidad de opciones, en otra época para poder llevar a cabo una sexualidad de pareja debía de haber un matrimonio de por medio, ahora los jóvenes deciden acerca de su actividad sexual, si esta ha de ser solamente de una vez, en una relación abierta, con amistades, con una pareja, si en el noviazgo o hasta el matrimonio, etc., finalmente para muchos jóvenes el realizar actividad sexual les resulta una experiencia enriquecedora (Romo, 2008). Porque como bien lo afirma

Pérez (2013) la sexualidad es “una parte integral de las expresiones humanas” de ella forman parte el sexo, el erotismo, el placer, las orientaciones sexuales, etc. y se expresa por medio de pensamientos, fantasías, creencias, valores, roles entre otros, lo que deriva entonces en lo que se conoce como satisfacción sexual.

En cuanto al tema de rendimiento académico se refiere, de acuerdo con Garbanzo (2007), en él están presentes distintos aspectos, de los que forman parte determinantes personales (como la motivación, el auto-concepto académico, la inteligencia, las aptitudes, el sexo, etc.), determinantes sociales (diferencias sociales, entorno familiar, contexto socioeconómico, etc.) y determinantes institucionales (complejidad de los estudios, ambiente estudiantil, relación estudiante-profesor, etc.), que están integrados por distintos indicadores y subcategorías. Estos se representan en el siguiente diagrama:

Diagrama 8. Interacción entre factores asociados al rendimiento académico



Fuente: Garbanzo (2007).

En un estudio realizado por Caballero *et al.* (2007), se observó que los estudiantes que percibían mayor agotamiento, experimentaban menor auto-eficacia académica, lo que se asocia de manera negativa con la satisfacción en relación con los estudios; en el caso de los que mostraban mayor dedicación y contaban con un mayor sentimiento de auto-eficacia, presentaban altos niveles de energía,

resistencia mental y estados como compromiso y dedicación asociados a una gran satisfacción con respecto a los estudios.

Surdez *et al.* (2018) hablan de que la satisfacción del estudiante también tiene relación con el bienestar que presenta al sentir cubiertas sus expectativas educativas gracias a las actividades que realiza la universidad para tomar en cuenta sus necesidades.

De modo que, como menciona Garbanzo (2007), cada individuo tiene una concepción con respecto a sus estados físicos y emocionales, así si cuentan con una idea positiva de su desempeño (físico y emocional), se reflejará en un mayor éxito académico y personal.

6.4.3. Satisfacción en general con la situación económica

La economía influye en gran manera en la percepción que tiene una persona con respecto a su calidad de vida, además de su salud, sus emociones, tiempo, etc. (Nuñez, s.f.)

En México, existe la Encuesta Nacional sobre Confianza del Consumidor (ENCO), la cual recaba información estadística de manera mensual acerca de la percepción actual y las expectativas respecto a la situación económica de las personas con 18 años y más. De tal manera que refleja la percepción que tienen las personas acerca de sus posibilidades de ahorro, consumo de bienes, situación económica del país, etc. (Museo interactivo de Economía [MIDE], 2021).

La OCDE está interesada en medir la satisfacción ante la vida y dentro de esa satisfacción incluye la felicidad (Banco Bilbao Vizcaya Argentaria [BBVA], 2023). La ENCO ha demostrado que los factores económicos son importantes al momento de determinar la felicidad de las personas, aunque si se considera el concepto de la felicidad en sí, los factores económicos que influyen en el nivel de felicidad realmente son pocos, porque hay que tomar en cuenta lo que las

personas consideran que es la felicidad, y eso cambia en cada una, lo que la convierte en un concepto amplio (por lo tanto para delimitarlo se usan definiciones ya elaboradas de manera filosófica), asimismo es importante considerar el contexto de las personas a las que se les pregunta que es la felicidad (Aparicio, 2019).

De acuerdo con Rojas (2009), el ingreso (que es una parte de la economía del individuo) es importante para las personas que cuentan con valores externos, en cambio es poco relevante para los que cuentan con valores internos, pues estos últimos basan su felicidad en otros factores, así el ingreso es poco relevante para que se sientan felices y satisfechos. Es entonces que aunque al bienestar económico se le estudia de manera objetiva, no necesariamente tiene que ver con un mayor ingreso, en cambio es importante conocer y comprender la valoración hecha por las personas sobre su vida, dándole así un enfoque más bien subjetivo (Landeta, 2022).

Considerando ello, pueden existir lugares donde los estudiantes universitarios se encuentren satisfechos con su economía, pero otros tantos no pues más adelante el no contar con determinados ingresos o una posibilidad para asistir a la escuela, puede influir en una deserción escolar (Mancilla *et al.*, 2019) o bajas notas por no contar con los materiales requeridos dentro y fuera del aula. Esto debido a que es necesario determinado aporte económico que posibilite el cubrir materiales, estancia, alimentos, etc. y que hacen parte de la vida académica, por lo tanto, en este escenario si llega a tener un impacto en la satisfacción con la vida en general del estudiante universitario (Farinas y Cuevas, 2019).

6.5. Paz e inteligencia emocional

Con respecto a la IE Goleman (2002:4) dice que son aquellas “habilidades que destacan el autocontrol, el entusiasmo, la perseverancia y la capacidad para motivarse a sí mismo”, por eso la importancia de enseñar esas capacidades a los

individuos desde la infancia, sobre todo en estos tiempos en que está tan presente el egoísmo y la violencia, donde la IE ayuda a que exista un vínculo entre los sentimientos, el carácter y los impulsos morales. En ocasiones a las personas les cuesta manejar los sentimientos de soledad –que no significa aislamiento- y esto se suscita porque desde la infancia se les abandonó, descuidó o fueron violentados en el hogar de manera física y/o emocionalmente, lo que les provoca malestar emocional, el cual años después les genera depresión, se vuelven violentos (o se dejan violentar), abuso emocional, etc., entonces es necesario ayudar a las personas a que sepan dominar sus emociones, esto se ha de lograr reconociendo que las emociones son una parte importante en el individuo.

Pero no solamente existe entre la población una sensación de soledad, además llegan a sentir mal humor, falta de energía, insatisfacción, dependencia, ansiedad, nerviosismo, incapacidad para prestar atención, impulsividad, bajo rendimiento académico, relaciones con personas peligrosas, desconfianza, manipulación, desobediencia, etc., por eso la importancia de las medidas preventivas o correctivas para encauzar a las nuevas generaciones al conocimiento de sus emociones (Goleman, 2002), lo que les va a permitir sentirse adaptados y conectados con los demás y estar bien en el entorno en el que viven o se desarrollan.

Entonces, la IE tiene que ver con la habilidad de manejar emociones y situaciones de manera adaptativa (Extremera *et al.*, 2006), pues la IE permite al individuo el comprender sus emociones y las de los otros, a ser capaz de tolerar las presiones, aumentar la empatía y habilidades sociales y al aumento de las habilidades sociales (Calderón *et al.*, 2010).

Extremera y Fernández Berrocal (2004), han identificado aspectos que tienen relación con la falta de IE y por consecuencia los problemas que aparecen en los estudiantes debido a ello se presenta (Mikulic *et al.*, 2010):

1. Déficit en los niveles de bienestar y ajuste psicológico del alumnado.

2. Disminución en la cantidad y calidad de las relaciones interpersonales.
3. Descenso del rendimiento académico.
4. Aparición de conductas disruptivas e incremento de factores de riesgos personales y sociales.

6.5.1 Percepción de la conexión y adaptabilidad

Se han realizado algunos estudios como es el caso de García *et al.*, (2019), acerca del papel de la IE y las competencias emocionales en la construcción de la paz en estudiantes de licenciatura pública de la ciudad de Morelia, Michoacán, México, en el que se realizaron encuestas a los alumnos, de IE - (García *et al.*, 2019).

En los aspectos de IE, como el haber sido llamado de alguna forma que le han lastimado emocionalmente y el no confiar generalmente en la gente, tienen que ver con el desarrollo emocional para la prevalencia de la paz micro social y deben de ser atendidos pronto para conseguir resultados favorables. Asimismo, se pudo determinar qué aspectos como el hecho de si se ha tenido alguna discusión con alguien en el último mes y si a partir de ello ha aprendido algo, el no sentirse fuera de lugar en su escuela, el creer que se puede hacer algo para evitar la vulnerabilidad emocional, son fortalezas importantes para ellos. El universo de estudio (estudiantes de licenciatura de la UMSNH), pueden ser un gran aliado para la construcción de la paz pues están en constante relación con la sociedad (García *et al.*, 2019).

Las personas con IE tendrán la habilidad para comprender, percibir y manejar mejor sus emociones y con la capacidad de contar con percepción, comprensión y manejo de las emociones de los demás, esto debido a que las IE tiene un papel importante en el establecimiento, mantenimiento y además la calidad de las relaciones con los demás, así que un alumno con una fuerte IE llega a ser muy perceptivo y fácilmente comprende las emociones de otros, además de que cuenta con mejores habilidades de regulación (Pérez, 2012).

6.5.2 Percepción de la vulnerabilidad en la integridad física y emocional

Cuando se habla de integridad se señala de dos tipos: la física y la emocional. La primera, existe cuando se cuenta con todas las partes del cuerpo y que además están funcionando de manera adecuada, por lo tanto, cuando un individuo se enferma se dice que su integridad física está afectada. Algunas situaciones en las que puede vulnerarse la integridad física es cuando las personas consumen comida que no es sana; andar en bicicleta sin casco con riesgo a accidentarse y pegarse en la cabeza; correr en las escaleras, pues puede haber una caída; entre otras situaciones. En cuanto a la segunda, la integridad emocional tiene que ver con la concordancia entre lo que se piensa, se dice y se hace, pues si las situaciones negativas que influyen en las emociones llevasen a actuar al individuo en contra de sí mismo o los demás se afectaría su integridad emocional y una situación de este tipo sería cuando el individuo es amenazado y no lo dice a su familia o autoridades, por lo mismo es necesario -que el estudiante en este caso- reconozca la importancia que tiene como ser humano y asimismo se valore, de manera que pueda identificar situaciones que vulneren su integridad física y emocional (Comisión Nacional de Libros de Texto Gratuitos [CONALITEG], 2022).

Es entonces, que “toda conducta de riesgo es todo comportamiento contrario a mantener la integridad física, emocional o espiritual de la personas y que puede incluso atentar contra su vida” (Dirección General de Prevención del Delito y Participación Ciudadana [DGDAIE], p. 11, 2011). Así en los jóvenes afecta en su desarrollo psicosocial o de supervivencia, lo que aumenta la posibilidad de que puedan accidentarse, deprimirse, cometer actos ilícitos, consumir sustancias que afecten su salud, etc. (DGDAIE, 2011).

La salud física y mental de los estudiantes universitarios necesita una importante atención, ya que tiene una relación muy notable con las actividades académicas realizadas. Si cuentan con dificultades psicológicas están más expuestos a tomar malas decisiones, las cuales les pueden afectar más adelante en su vida adulta. Por lo que, el prestar atención en cómo hay una estrecha relación entre la salud y su funcionamiento en el aula, ha de repercutir en la mejora de sus condiciones

estudiantiles y laborales. Las emociones negativas (ansiedad, enojo, tristeza, etc.) afectan el desempeño del estudiante, ya que estimulan áreas del cerebro que tienen relación con la atención excesiva al malestar y por ende al recuerdo de situaciones en relación con ello, también se afectan las expectativas acerca de ellos mismos, lo que impacta en cómo se conciben como estudiantes en relación con su pares, de pareja y el apoyo social con el que cuentan y los estados prolongados en este respecto le generan incomodidad física, cansancio y una inclinación a determinadas enfermedades (y conductas) físicas y emocionales (Riveros, 2018).

Finalmente, se ha mostrado que los estudiantes que cuentan con mayor IE han presentado menos síntomas físicos, ansiedad, depresión y mayor autoestima, satisfacción interpersonal y un mejor uso de estrategia de resolución de problemas (Extremera y Fernández Berrocal, 2004 citado por Mikulic *et al.*, 2010), ya que cuando estos estudiantes tienen tareas que se podrían considerar estresantes, se sienten menos amenazados por dicho estrés y se recuperan de mejor manera de los estados de ánimo negativos (Pérez, 2012).

6.6. Paz y competencias emocionales fundamentales

El concepto de competencia hace unos años solía tener relación con el ámbito profesional, pero recientemente se le ha dado un enfoque más integral, así se puede determinar que la competencia es “la capacidad de movilizar adecuadamente el conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para realizar actividades con... calidad y eficacia” (Bisquerra y Pérez, 2007:63).

En las competencias emocionales el contar con buen amigo o amiga, tener buenos amigos o amigas, tener amigos en los que se confía y tener familiares en los que se confía son su fortaleza principal para ellos. Tanto la IE, como las

competencias emocionales, forman parte del desarrollo emocional que hace que prevalezca la paz micro social, de tal manera que deben de ser atendidos.

Para Goleman (1999), la competencia emocional tiene que ver con aptitudes que combinan el pensamiento y la emoción, pues en ella aparece cierto grado de dominio de los sentimientos, también menciona que dicha competencia es una capacidad adquirida que se basa en la IE, la cual permite un buen desempeño de las actividades, incluso la excelencia tiene que ver más con esta que con las capacidades cognitivas, porque la competencia emocional permite al individuo contar con la capacidad de escuchar, influir o motivar a los que le rodean.

De modo que favorecen a adaptarse a las personas de mejor manera a los retos que se les presentan en la vida, a tener un mejor desempeño en procesos de aprendizaje, en las relaciones interpersonales, etc. Por lo tanto, tratándose de la IE y las competencias emocionales como herramientas para la paz, se puede dar un “desarrollo emocional de la paz” (García *et al.*, 2019).

6.6.1. Competencias emocionales

Las competencias emocionales se pueden distinguir en dos bloques (Bisquerra, 2003):

- a) Capacidades de autorreflexión –inteligencia intrapersonal, que se refiere a identificar las propias emociones y regularlas de forma apropiada.
- b) Habilidad de reconocer lo que los demás están pensando y sintiendo – inteligencia interpersonal-, como son habilidades sociales, empatía, etc.

Salovey y Sluyter (1997), destacan cinco dimensiones en las competencias emocionales: cooperación, asertividad, responsabilidad, empatía y autocontrol (Bisquerra, 2003).

Bisquerra (2007), da una estructuración a las competencias emocionales:

1. Conciencia que es “la capacidad para tomar conciencia de las propias emociones de las emociones de los demás, incluyendo la habilidad para captar el clima emocional de un contexto determinado” (Bisquerra, 2007: 70), así que es importante considerar: la toma de conciencia de las propias emociones, dar nombre a las propias emociones, comprensión de la emociones de los demás.
2. Regulación emocional, que es “la Capacidad para manejar las emociones de forma apropiada. Supone tomar conciencia de la relación entre emoción, cognición y comportamiento; tener buenas estrategias de afrontamiento; capacidad para autogenerarse emociones positivas, etc.” (Bisquerra, 2007: 71), así es importante considerar: tomar conciencia de la interacción entre emoción, cognición y comportamiento, la expresión emocional, la capacidad para la regulación emocional, contar con habilidades de afrontamiento de emociones negativas y competencia para auto-generar emociones positivas.
3. Autonomía personal en la que “se incluyen un conjunto de características relacionadas con la autogestión personal, entre las que se encuentran la autoestima, actitud positiva ante la vida, responsabilidad, capacidad para analizar críticamente las normas sociales, la capacidad para buscar ayuda y recursos, así como la auto-eficacia emocional” (Bisquerra, 2007: 71), como lo son: autoestima, auto-motivación, actitud positiva, responsabilidad, análisis crítico, buscar ayuda y recursos y auto-eficacia emocional.
4. Inteligencia interpersonal que es “la capacidad para mantener buenas relaciones con otras personas. Esto implica dominar las habilidades sociales, capacidad para la comunicación efectiva, respeto, actitudes pro-sociales, asertividad, etc.” (Bisquerra, 2007: 71), como son: dominar las habilidades sociales básicas (escuchar, saludar, despedirse, etc.), respeto por los demás, comunicación receptiva (capacidad para atender a los demás tanto en la comunicación verbal, como en la no verbal), comunicación expresiva (capacidad para iniciar y mantener conversaciones expresar los propios pensamientos y sentimientos con claridad, etc.),

compartir emociones, comportamiento pro-social y cooperación (capacidad para aguantar turno, mantener actitudes de respeto, etc.) y asertividad (mantener comportamiento equilibrado entre agresividad y pasividad).

5. Habilidades de vida y bienestar que es “la capacidad para adoptar comportamientos apropiados y responsables de solución de problemas personales, familiares, profesionales y sociales. Todo ello de cara a potenciar el bienestar personal y social” (Bisquerra, 2007: 73), como son: identificación de problemas, fijar objetivos adaptativos, solución de conflictos, negociación, bienestar subjetivo y fluir.

6.6.2. Conexión en las competencias emocionales

Para los jóvenes universitarios contar con una familia en la que confían es importante, ya que el estudiante que tiene el apoyo emocional y económico de su familia, sentirá un gran deseo de querer sobresalir en su formación profesional, pues se encontrará mayormente motivado a permanecer en la universidad y a afrontar las dificultades que se le presenten, aquellos que no cuentan con ello pueden sentirse afectados en su concentración y salud emocional (UPN, 2018).

Por otro lado, para toda persona es de suma importancia la presencia de un buen amigo, pues le genera ilusión y energía y por supuesto, la amistad se convierte en un factor importante para la comunicación (Gallego, 2018). Es por eso que se debe de trabajar en que exista el diálogo entre los pares con el fin de no romper relaciones amistosas, la educación para la paz es una gran aliada ya que ve el diálogo como una herramienta, pues permite que las personas se muestren y al ser cada persona distinta se posibilita el crear vías para que se mejore el pensamiento, lo que implica contar con la capacidad de escuchar al otro con atención, ser tolerantes, libertad de expresión de ideas, reconocimiento de que a veces (o en muchas ocasiones) no se cuenta con la razón y entonces poder reconocer la razón de los otros, etc. El fomentar en las instituciones la amistad entre los estudiantes les permite ejercitar sus habilidades de comunicación y

confianza; el poder desarrollar la empatía y resolución de problemas; apoyo entre compañeros cuando estos se encuentran en total indefensión, con dificultades personales o académicas o con dificultad para relacionarse ya sea con docentes o sus pares; entre otros (CDHDF, 2011).

Lo que es importante tener presente, es que hay valores que fomentan el respeto y la amistad, como la empatía, pues si un estudiante toma en cuenta lo que siente un compañero cuando se le agrede física, verbal o psicológicamente, no caerá en el acoso de otro compañero para poder relacionarse bien con él, por el contrario generará un ambiente de tranquilidad y de respeto entre quien está afectando y el afectado. Es importante el juego en el aula (no importando la edad del estudiante) pues con él se fomentan relaciones personales así como amistades, ya que si los docentes promueven el lazo entre pares, se enseñará a los estudiantes que el respeto es la base de cualquier relación no importando que tan diferentes sean los unos de los otros y que no es un impedimento para crear lazos de amistad, asimismo mejorará el ambiente en el aula, las ganas de trabajar y se reducirán las situaciones de bullying¹⁷ (UNICEF, 2019).

6.6.3 Conflicto en las competencias emocionales

En la universidad el hablar de la paz permite que se den alternativas de pacificación de manera crítica y reflexiva, pues es en ese lugar donde se desarrollan tanto capacidades de liderazgo, como competencias científicas, las cuales en conjunto generan una transformación en la sociedad, la que desea se den espacios de diálogo y se cuente con paz. Por eso la importancia de que se desarrollen las habilidades en los estudiantes para la resolución de conflictos (Parra y Jiménez, 2016).

¹⁷ De acuerdo con el *flyer* realizado por el Instituto Nacional de Psiquiatría Ramón de la Fuente (2012:2), el *bullying* (también conocido como acoso escolar), es utilizado para referirse a “la violencia en las escuelas ejercida de diferentes formas por uno/a o varios/as escolares hacia otro/a y otros/as escolares”.

Por desgracia, en el aula escolar en ocasiones se llegan a suscitar conflictos lo que no es muy agradable para los jóvenes universitarios, esto se da debido a las interacciones sociales (Di Napoli, 2020), pues el conflicto es parte de la condición humana (López y Chacón, S.f.). Lo importante es entonces, el abordar de manera adecuada cada situación, además una sociedad en la que no existen conflictos puede estar presente en ideales de sociedades frías y lejanas al dinamismo. Los conflictos pueden aparecer por situaciones a las que (aparentemente) no se les debería de dar tanta importancia. A veces, el hablar mal de otro compañero sin que él se percate de ello (conocido como “hablar a sus espaldas”), genera un momento de conflicto, sobre todo si lo que se dijo fue distorsionado (a veces de manera intencional) a lo largo de la circulación de esa información y en la actualidad no solamente se circula la información dentro de la institución escolar, sino a través de espacios como las redes sociales. Los conflictos también se pueden dar por cuestiones sentimentales como la traición o la infidelidad (Di Napoli, 2020).

Por eso es importante, una educación en materia de derechos humanos que ayude a que se den cambios en la actitud y conductas de los individuos, además de que permiten que se cuente con conocimientos y competencias que ayuden a prevenir y solucionar conflictos en las instituciones (y también fuera de ellas), porque la educación y la formación en este sentido aportan en la consolidación para la paz (Oficina del Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Derechos Humanos [OHCHR], 2021). En México y a nivel mundial desde el enfoque en derechos humanos, se ha trabajado en que las personas cuenten con herramientas para que el adecuado manejo del conflicto se convierta en un método de aprendizaje y que se puedan desarrollar habilidades sociales, para ello es fundamental saber que conflictos interpersonales son los que se presentan entre los estudiantes (López y Chacón, S.f.).

Es preciso entonces, tener un comportamiento cooperativo que ayude que en situaciones en las que si se presenta un conflicto se pueda tomar conciencia de que en momentos se depende de la conducta del otro para conseguir algo, por lo

cual, es esencial buscar opciones que le permitan conectar con él, porque el hecho de ver al otro como adversario todo el tiempo, genera enfrentamientos y desgaste de la relación, además de que los aleja del objetivo de que se dé un ambiente de paz. Para que exista esta cooperación es necesario que se dé continuidad y cuidado a lo largo del tiempo de los vínculos, no importando si las relaciones se generaron por elección (amistas, pareja, etc.) o todo lo contrario (parientes, vecinos, jefes, compañeros de trabajo o clase, etc.) (Brandoni, 2017).

Definitivamente el conflicto tiene factores positivos y negativos, en el sentido positivo permite que se presente innovación personal y social, incita a la curiosidad, mejora la calidad en la toma de decisiones y en la solución de problemas, facilita la comunicación abierta, entre otros; pero, si no se le encamina adecuadamente, puede presentarse en el sentido negativo lo que generaría una comunicación más insegura y cerrada, se presente una actitud más hostil entre las partes, se den juicios erróneos que se basen en percepciones equivocadas, aparezcan respuestas estereotipadas, exista una actitud ofensiva, etc.(Universidad San Buenaventura, 2020).

Es necesario tener en consideración esto, ya que con la violencia presente, la percepción de inseguridad, entre otros hay para quienes es importante trabajar y hacer consciencia acerca de la construcción de la paz y la prevención de conflicto en la escuela y fuera de ella, esto se logra fortaleciendo la capacidad asertiva de cada integrante de la comunidad como son los estudiantes, los docentes, los familiares, los líderes comunitarios y los vecinos. Porque además de la escuela, los estudiantes son parte de otros grupos, dentro de los que forman parte los amigos, los vecinos o con los que realizan actividades en común como las culturales o el deporte, en los cuales (como en el vecindario, por ejemplo) se deben de generar proyectos que mejoren la relación entre todos ellos (UNESCO, 2015).

6.6.4. Organización en las competencias emocionales

Existen diferentes sitios en los que es fundamental llevar a cabo acciones de prevención, entre ellos se encuentra la familia, la escuela y el vecindario, pues asimismo hay espacios en los que puede estar presente la violencia como son las instituciones educativas, el trayecto a casa o escuela, centros comerciales, centros recreativos, etc., lugares que aprovechan los delincuentes para robar, vender droga, etc. Por eso es importante que el Estado se apoye de esos grandes pilares de la sociedad como son los grupos vecinales, la familia, las instituciones, etc., para crear cambios en la sociedad (Fuentes, 2003).

Organización familiar

Es importante que la familia sea la encargada de cuidar y proteger a sus miembros, y es la sociedad quien debe apoyarles para que eso sea posible. Es fundamental que los niños y jóvenes crezcan en un ambiente de estabilidad familiar, en caso de que no suceda el Estado debe de ofrecerles los servicios de asistencia en caso de inestabilidad y conflicto (OHCHR, 1990).

Es entonces que hay una relación directa entre el adecuado funcionamiento familiar y el buen desarrollo de la sociedad, considerando que valores como el respeto, la tolerancia y la solidaridad son parte esencial en la convivencia humana. Si hay una adecuada enseñanza en la familia en la que se ven bien fortalecidos estos valores y se cuentan con competencias para un adecuado desenvolvimiento y comportamiento, el individuo será un mejor ciudadano (Cuentas, 2016).

Realmente no hay mucha información donde exista la organización familiar en caso de violencia, incluso hay hogares en los que dentro existe dicha violencia, donde la familia se convierte en reproductora de la misma, siendo ahí donde se aprenden conductas y normas de convivencia (Mayor y Salazar, 2019), es por eso la importancia de que desde la familia se lleven adecuadas prácticas, como el

caso de organizarse para contar con seguridad e integridad física dentro y fuera del hogar.

Organización ciudadana

Existe una gran preocupación por parte de la sociedad (mundial, latinoamericana y mexicana) con respecto a la violencia y la criminalidad, hecho que se ha convertido en parte fundamental a tratar en las agendas políticas mundiales para mejorar la calidad de vida de la población. El delito y la violencia son considerados obstáculos en el desarrollo humano, principalmente en Latinoamérica, lo cual está demostrado en encuestas de opinión pública y en las demandas de seguridad a los poderes públicos, identificándolos como situaciones que afectan de manera negativa a su cotidianidad, comunidades e instituciones (Cervantes, 2019).

Por lo cual, se determina que: primero, a falta de seguridad ciudadana es difícil que las personas desarrollen de manera plena sus capacidades o que puedan contribuir con todo el potencial con el que cuentan para mejorar a sus familias, comunidades e instituciones; segundo, la delincuencia al generar temor en las personas, provoca que no puedan desarrollarse de manera normal, ni tampoco su cotidianidad; y tercero, la seguridad ciudadana tiene que ver con la protección del derecho a la vida, el respeto a la integridad física y material del individuo, y su derecho a una vida digna, lo que implica que el ciudadano se convierta en un agente activo de cambio (que no solamente espera la ayuda del Estado) (Cervantes, 2019, citando el Informe Caribe PNUD 2013).

Pero aun cuando la ciudadanía espera una mejora de la protección, con el aumento de la violencia se ha generado un cambio en el tejido social, creando un ambiente de desconfianza e inseguridad, dividiendo la reciprocidad y cooperación entre sus ciudadanos, es entonces que en las relaciones interpersonales se ha observado un entorno de desconfianza, falta de respeto e intolerancia presentes en los espacios familiares, vecinales y comunitarios, lo que podría provocar que

los conflictos se conviertan en riñas (Cervantes, 2019, citando al PNUD 2010). A pesar de ello, se han creado organizaciones de la sociedad civil (OSC), las cuales como agentes activos de cambio han sido parte esencial tanto en el diseño, como en la implementación y evaluación de las políticas de seguridad ciudadana en el país (Jasso, 2018).

Pero es importante no reducir la violencia únicamente a delitos violentos (asalto a casa habitación, secuestro, homicidio, etc.) o al crimen organizado (como el tráfico de personas, entre otros), también existen los llamados “delitos de cuello blanco” de los que son parte el desvío de recursos, operaciones de procedencia ilícita, defraudación, lavado de dinero, abuso de autoridad y aquellos que tienen que ver con la vulneración a los derechos humanos, entre otros. Por ello, se han creado programas como el de la Estrategia Nacional de Seguridad con el fin de que exista una mejora en las condiciones que posibiliten el bienestar, la paz y la justicia (SEGOB, 2019). También existen organizaciones sin fines de lucro como la de “México Unido Contra la Delincuencia” (MUCD), que trabaja a favor de la seguridad, la justicia y la paz en México, creando políticas en ese sentido e implementado proyectos de prevención social de la violencia, cultura de la legalidad y empoderamiento comunitario (MUCD, 2023).

Organizaciones en las instituciones educativas

En algunas instituciones educativas de este país están presentes la criminalidad y la violencia y en pocas ocasiones es que son reconocidas sus consecuencias, lo que no se dice es que también algunas de ellas están atadas ante grupos criminales, han recibido amenazas, extorsiones o presenciado hechos violentos en sus instalaciones, además de que hay jóvenes que dentro de ellas cargan con “la cultura de la calle”, donde lo menos que importa es el aprendizaje, ciencia o la cultura y en cambio es más importante desafiar a la autoridad y sus normas. Es entonces que cuando en una institución, tanto docentes como directores se sienten aprisionados por el miedo o la inseguridad, desean contar con algún tipo

de ayuda psicológica y de protección de las autoridades correspondientes. Si los jóvenes observan a la autoridades de la institución en esas circunstancias, les llega a provocar la sensación de un futuro incierto y con pocas oportunidades de desarrollo y supervivencia, por lo que ante el desánimo muchos deciden unirse a las filas de la delincuencia, no importando del tipo que esta sea (Conde, 2014).

Ante esta preocupación y con la intención de que se prevengan (y en algunos casos erradiquen) situaciones de violencia en la escuela, organizaciones como la OMS, la UNICEF y la UNESCO se han unido con este fin, creando programas al respecto en distintos países, aunque en muchos casos están enfocados en niños y jóvenes menores de 18 años (OMS, 2020), pero no importando la edad, es preciso hacer valer los derechos de seguridad ciudadana y derechos humanos como lo establece la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos (CPEUM) en sus artículos 4, 18, 21, y la fracción XIII del Artículo 123, en los principios de protección y promoción de la seguridad pública (Dirección General de Derechos Humanos y Democracia [DGDH], 2008).

Así que, no importando el nivel educativo, es fundamental que los docentes reciban capacitación en técnicas de disciplina y de gestión en el aula de manera constante a lo largo de su carrera como profesionales de la educación, lo que implica definir de manera clara que es lo que se espera en el comportamiento del aula y cooperar con los estudiantes para que cumplan con lo esperado. Lo que significa que se han de usar estrategias no violentas ante un comportamiento no adecuado, en lugar de ridiculizar, humillar o denigrar, pues este tipo de alternativas no generan un aprendizaje y llegan a vulnerar los derechos humanos de los estudiantes (OMS, 2020).

Es así, que ante tanta inseguridad en el país, en instituciones como la UMSNH en el año 2011, se planteó el Programa Integral de Seguridad Universitaria (PISU) con el fin de generar condiciones de seguridad para el buen desarrollo de las actividades de la universidad, para ello se contó con el apoyo del ANUIES por medio del Manual de Seguridad para Instituciones de Nivel Superior, así el objetivo principal del PISU es “garantizar la integridad física psicológica o material

de los miembros de la comunidad dentro de los recintos universitarios” (Comisión de Planeación Universitaria, 2011, p.2).

La organización en la seguridad pública es importante, ya que protege a los individuos y a la sociedad en la lucha contra la violencia y ayuda en el fortalecimiento del orden público (Cámara de Diputados, 2005), asimismo el contar con seguridad pública, permite que se dé un desarrollo humano (Tudela, 2010). Así ante la falta de fuerza en algunas instituciones de seguridad, los ciudadanos han decidido hacer frente ante la violencia e inseguridad y unirse para debilitarla, por medio de agrupaciones, cerrando calles, creando grupos en redes sociales o de comunicación virtual, cámaras de seguridad en sus barrios, etc., pero como se mencionaba anteriormente aún existe una sensación de desconfianza incluso entre los mismos ciudadanos.

En este capítulo se ha hablado acerca de la calidad de vida y la paz con cada uno de sus componentes que son estado de ánimo, salud y actividad física; satisfacción con las tareas; satisfacción con las interacciones libres y fundamentales; IE y competencias emocionales.

A continuación, en el capítulo 7 “Paz y calidad de vida y desarrollo local”, se presenta la importancia y la relación que tienen la paz y calidad de vida con el desarrollo local.

Capítulo VII

Paz, calidad de vida y desarrollo local

7.1. Desarrollo local

Hablar de lo local es referirse a los factores que unen a las personas en determinado espacio, estos tienen que ver con la familia, la escuela, historia, territorio, etc. En el desarrollo de lo local existe un trabajo comunitario organizado direccionado a elevar la calidad de vida de la población de un territorio (Wong, 2015). Lo local para muchos es considerado como un consuelo (o más bien un remedio) a los errores del pasado, entre los que aparecen, las fallas del centralismo o el atraso tecnológico, entre otros (Cárdenas, 2002). El desarrollo local tiene su origen a mediados del siglo XX, con la intención de reconstruir Europa la cual había quedado afectada después de la II Guerra Mundial. Al ser utilizada por diversos países ha adquirido diversas definiciones que caracterizan el contexto en el que ha sido utilizada (Selva, 2021). Su objetivo es ayudar en la construcción de las capacidades institucionales, así como productivas de un territorio específico, esto con la finalidad de mejorar tanto el futuro económico, como la calidad de vida de los que forman parte de ese territorio (Clark *et al*, 2011).

El desarrollo local de acuerdo con Alcañiz (2008, p. 304) es “un proceso en el que una sociedad local manteniendo su propia identidad y su territorio, genera y fortalece sus dinámicas económicas, sociales y culturales, facilitando la articulación de cada uno de estos subsistemas, logrando mayor intervención y control entre ellos”, es así que su objetivo es el de mejorar la calidad de vida y bienestar de la población local, de la que forman parte el crecimiento económico, el fomento del empleo, la equidad y la sostenibilidad ecológica. Alcañiz, 2008).

Esto significa entonces que con el desarrollo local, se toma en cuenta a todos los actores que forman parte de un territorio, fomentando procesos de participación, ya que gracias a ella es posible lograr los objetivos deseados en la diligencia de los planes con respecto al desarrollo local, porque es una mejor manera de localizar y sensibilizarse ante los problemas y dar soluciones, además de que genera transparencia en la gestión pública presente (Arrayán, 2010).

En el desarrollo local, es necesario que en el grupo poblacional de un territorio, esté presente la reflexión, la decisión y la iniciativa, de esta manera es posible que consigan un crecimiento de manera organizada, lo que los fortalece delante de las autoridades de poder, generando un proceso “abajo hacia arriba”, para conseguir una mayor calidad de vida, es decir, vivir de manera digna, libre, segura, sana, sin discriminación, etc. Es entonces que el desarrollo local es indispensable para el mejoramiento de la calidad de vida de una comunidad, pues de esta manera es que se atienden necesidades reales de un grupo poblacional (AMYCOS, 2012).

En el desarrollo local, es fundamental contar tanto con actores, como con agentes de desarrollo, entre los cuales debe de existir cooperación y apoyo (Suárez, 2006). Di Pietro (2001) coincide con Arrocena en que el desarrollo local depende de ciertas condiciones que son expresadas en dos niveles: el socioeconómico, pues toda sociedad forma parte de un sistema en la que aparecen grupos interdependientes en los que están presentes elementos como la riqueza y el poder; y el nivel cultural, pues toda sociedad cuenta con una historia común, además de un sistema de valores integrado, lo que genera una identidad colectiva.

El desarrollo local cuenta con una instancia jurídico-política, en la cual se intenta incentivar autonomías locales por medio de procesos de Descentralización. En ella se promueve tanto la democratización como la participación social. Las sociedades regionales y locales llevan a cabo una función más activa en lo que a la toma de decisiones respecta, además de un control de forma más directa por parte de sus representantes. En este sentido, el gobierno local, se convierte en un facilitador eficaz y efectivo en el desarrollo local y otros se obtienen de acuerdo a

la perspectiva propia de acuerdo al análisis sistémico acerca del proceso de estudio que puede mejorar los canales de construcción del desarrollo local unido con el desarrollo regional y nacional. Este desarrollo se convierte en un proceso que se forma de manera diferente en cada país, de acuerdo a las estructuras que se van generando debido a la historia, dimensiones territoriales y cómo es que accionan los diferentes actores, es entonces, que no se puede decir propiamente que existen modelos ideales que hay que seguir, pero se pueden tomar en cuenta algunos rasgos tendencias presentes en el desarrollo local (Cárdenas, 2002).

Se han establecido diferentes conceptualizaciones acerca del desarrollo local, Di Pietro (2001, p. 22), engloba las siguientes:

- Humano. Se centra en el progreso material y espiritual de la persona y la comunidad.
- Territorial. Se despliega en un espacio que opera como unidad de intervención. Generalmente coincide con alguna división política administrativa (municipio o grupo de municipios).
- Multidimensional. Abarca las distintas esferas de la vida de una comunidad, municipio o región.
- Integrado. Articula las políticas y programas verticales y sectoriales desde una visión territorial.
- Sistémico. Supone la cooperación de distintos actores y la conciliación de diversos intereses sectoriales.
- Sustentable. Se prolonga en el tiempo a partir de la movilización de los recursos locales.
- Institucionalizado. Establece reglas de juego, normatividad, políticas, organizaciones y patrones de conducta locales.
- Participativo. Intervienen activamente agentes públicos, organizaciones intermedias y de base y empresas.
- Planificado. Es fruto de una “mirada estratégica” por parte de una concertación de actores que definen procedimientos, metas y objetivos.

- Identitario. Se estructura contemplando la identidad colectiva de la comunidad.
- Innovador. En cuanto al modelo de gestión, de fomento productivo, de participación social.

Algunos procesos sociales que presentan una alternativa del desarrollo son (Cárdenas, 2002).

- Procesos en la dimensión psico-socio-cultural. Parte de la construcción del sentido de identidad local en la que hay un reconocimiento por parte de los integrantes en la historia colectiva de esa localidad, considerando rasgos que han influido en los procesos de desarrollo. Para que esa identidad funcione, es preciso que sus procesos ensamblen el pasado y el presente junto con el proyecto en una realidad única asimilada por los miembros de la sociedad. En el desarrollo local es importante que esté presente un autoestima alta que les permita determinar qué es lo que quieren, tomar iniciativa, asumir riesgos, ser creativos, etc., o sea contar con una actitud proactiva que los lleve a convertirse en sujetos activos de cambio.
- Procesos en la dimensión económica. Es fundamental una estrategia de desarrollo local, estableciendo un Plan de Desarrollo Local que una las acciones importantes en las cuestiones económicas y productivas que lleven a logros sociales o culturales, existiendo una unión entre Estado, mercado y sociedad y apareciendo un aparato técnico-productivo y de comercialización en constante movimiento por parte de actores empresariales locales que produzcan riqueza. Esta estrategia de desarrollo local ha de estar sustentado en su historia, en categorías de funcionamiento de las instituciones, etc.
- Procesos en la dimensión social. El proceso de desarrollo local, tiene como función el poder generar servicio e infraestructura que ayuden a la mejora de la calidad de vida de los ciudadanos o que se satisfagan las necesidades humanas fundamentales. De tal manera, que es fundamental que esté presente una integración social en la que se dejen de lado

diferentes formas de exclusión social o pobreza y que se garantice y se promueva el desarrollo social integral a todos los miembros de la población, pues los procesos de desarrollo no tienen que ver únicamente con el crecimiento económico, sino que se forma una estructura colaborativa acerca de la eficiencia productiva y la equidad.

De acuerdo con Boisier (2001), lo local tiene que ver con un concepto más amplio, pues no puede ser analizado como local sin considerar el espacio en el que se inserta, como puede ser un municipio, un departamento, una provincia, un región o una nación. Además, hay que destacar que lo local tiene que ver con un concepto dinámico que se ha convertido en una alternativa única de desarrollo (Cárdenas, 2002). En ocasiones el desarrollo local es visto como algo distante de lo regional, global o nacional, cuando en realidad los tres son establecidos partiendo de las corrientes fundamentales de interpretación del desarrollo (Di Pietro, 2001).

El objetivo del desarrollo local es el fomento del desarrollo participativo que refuerce a las instituciones locales con la finalidad de que se lleven a cabo mediaciones incluyentes (Oficina Internacional del Trabajo [OIT], S.f.). Por otro lado, el desarrollo local sostenible, se convierte en un proceso en el que actores locales establecen estrategias de acción para generar beneficios en el territorio, como son proteger el medio ambiente, que se incentive prosperidad económica y que esté presente un bienestar social, aprovechando los recursos y ventajas competitivas de dicha localidad, eso se hace desde luego de una manera participativa e incluyente, pues el desarrollo local no solamente tiene un enfoque económico, sino además un enfoque social y cultural, donde están presentes las mejoras en cuanto a salud, educación, identidad, bienestar, etc. (Monterroso, 2014).

En el desarrollo local es fundamental la participación de organizaciones de la sociedad civil, es por eso que es importante integrar organizaciones intermedias y de base, las primeras serían las ONG, fundaciones, institutos, etc., y las segundas serían las juntas vecinales, los centros comunitarios, etc., y esta participación ha

de ser desde que formulan y planifican los programas, hasta la evaluación de los resultados obtenidos. Con todo lo que ha conllevado el modelo tradicional en el que ha participado mayoritariamente el Estado, en la búsqueda de efficientar los servicios sociales, es que se opta por una mayor participación ciudadana, la cual con el tiempo debe irse poco a poco intensificando, comenzando con un acompañamiento hasta una presencia activa, en la que se generan y formula objetivos, se definen proyectos y aparece un control en la acción gubernamental, teniendo como: beneficio al aumento de la responsabilidad social e involucramiento en los problemas comunes de los que forman parte de localidad; que se procure un mayor impacto, eficiencia y transparencia con respecto a las acciones; y se formen espacios que generen intercambio e interrelación social que incentiven a la creación de sujetos socialmente autónomos (Di Pietro, 2001).

El plan de desarrollo se convierte en una herramienta fundamental en el proceso de planeación y gestión territorial en un momento en específico y bajo determinadas dimensiones como son la económica, la social, la política, la institucional y la ambiental, considerando las necesidades de la sociedad de un determinado territorio, en estas se busca la paz y/o dejar de lado la exclusión o mayores oportunidades. Este plan si es bien utilizado, se puede convertir en una agenda que desarrolle un compromiso social que permita la mejora de las condiciones de vida de la población, encontrar la paz, llevar a cabo una promoción de la convivencia, la justicia, la reparación y la verdad, promover además la participación ciudadana, proteger y defender los derechos humanos, etc. (Carvajal, 2011).

7.2. Paz y desarrollo local

En los Objetivos de Desarrollo del Milenio (ODM) número 16 está presente la paz, la justicia y las instituciones sólidas y su finalidad es la de una promoción del estado de derecho tanto a nivel nacional como internacional, que además sea posible una igualdad en cuanto al acceso de la justicia para todos, de modo que

se vaya reduciendo la corrupción y el soborno y así construir instituciones transparentes; de igual manera, se espera terminar con todas las formas de violencia e incentivar el respeto por los derechos humanos e impulsar leyes y políticas para la generación de un desarrollo sostenible (pacto mundial, 2023).

A fin de sentar las bases para el ordenamiento, integración y desarrollo de las necesidades locales en distintos lugares del mundo se han consolidado diversas iniciativas, algunas se han ido realizando de manera continua y otras simplemente se han dado de manera temporal, esto dependiendo del empeño y liderazgo por parte de los participantes de los proyectos. Estas iniciativas han suscitado propuestas de política, planes, proyectos y visiones de desarrollo a largo plazo, que son de gran ayuda para diseñar políticas públicas (Departamento Nacional de Planeación [DNP], S.f.). Así, ante los problemas que enfrenta la sociedad se han de elaborar propuestas desde el marco legal, políticas públicas y las relaciones socioculturales, logrando contar con condiciones de atención integral desde un enfoque de derechos, teniendo como objetivo principal afianzar las capacidades locales que ayuden en la mejora de condiciones de vida (ACNUR, 2011).

Entonces, debido a la crisis y la violencia actual se ha mostrado la capacidad de vincular la paz, la democracia y el desarrollo como parte de una misma base de preocupación con el fin de dar respuesta a esos problemas, y que mejor que crear una unidad local que permita lograr objetivos comunes (Blondet y Yon 1993), como es el caso de la comunidad universitaria. La construcción para la paz de cualquier grupo social no tiene que ver únicamente con la resolución de conflictos o violencia, pues la violencia puede ser estructural al no darle acceso a la población a servicios de infraestructura, acceso a la justicia y exclusión originada por condiciones de género, etnia, lengua, etc., por eso para mejorar el ambiente así como las relaciones económicas, sociales y culturales, se contribuye al buen vivir, lo que permite aspirar a la participación social, la equidad de género, el respeto a la cultura y a cimentar una cultura de la paz (García y Bastida, 2012).

Algunas iniciativas son los laboratorios de paz que hacen parte de Redepaz la Corporación Programa Desarrollo para la Paz- PRODEPAZ; Asociación Supra

Departamental de Municipios del Alto Patía-ASOPATIA; Corporación Desarrollo y Paz Magdalena Medio; Corporación Desarrollo y Paz VALLENPAZ; Corporación Nueva Sociedad Región Nororiental Colombiana-CONSORNOC; Corporación Programa Desarrollo Para la Paz- Magdalena Centro- PDPMC; Fundación El Alcaraván; Fundación Red Desarrollo y Paz de Los Montes de María; Universidad Autónoma de Manizales- Paz y Competitividad; Corporación de Desarrollo y Paz del Bajo Magdalena; Consejo Regional Indígena del Cauca- CRIC; entre otros, los cuales tienen la finalidad de promover procesos que incluyan la participación ciudadana, esto con la finalidad de generar condiciones de desarrollo y paz (DNP, S.f.).

Por otro lado, están los laboratorios de paz II: Proyecto y paz de desarrollo. Que tienen como fin generar condiciones sociales y económicas para mejorar la calidad de vida de comunidades en situación de abandono y de estabilización social y económica sostenible; y laboratorios paz III, a fin de fortalecer y apoyar iniciativas de paz y acciones de desarrollo que están lideradas por grupos étnicos, organizaciones de mujeres y jóvenes del nivel local y regional (DNP, S.f.).

De modo que el desarrollo tiene que ver con el bien común que se ha de manifestar en bienes y valores de la sociedad que han de asegurar el beneficio de los demás entre los que están la paz, el trato igualitario, la seguridad, el orden y el bienestar (Acosta, 2008). Además la sustentabilidad está en el desarrollo y es una vía que permite que se construya la paz, porque considera los aspectos sociales, culturales, económicos y ambientales con el fin de que se desarrollen las comunidades, no siempre tiene que ver con la resolución de los conflictos de violencia (García y Bastida, 2012), como se ha abordado con anterioridad, la violencia existe de diferentes maneras.

Una herramienta que ayuda a que se pueda cambiar la actitud del individuo es sin duda la educación para la paz, pues ayuda en la educación de los valores, y si los estudiantes (en este caso universitarios) comprenden la importancia de la sustentabilidad se puede afectar de manera positiva a la comunidad, no se ha de lograr una paz integral, pero el apoyo de los proyectos educativos y la

participación organizacional consolidan las bases para la convivencia en armonía, de modo que al mejorar el ambiente y las relaciones tanto económicas, como sociales y culturales se ha de contribuir entre otras cosas en el establecimiento fuerte en la cultura de la paz (García y Bastida, 2012).

Como bien menciona Rengifo (2016), la paz ha de construirse en el territorio, pues si no es considerada en los planes de desarrollo locales, es ir contra de los derechos de los ciudadanos, (sobre todo si hablando de un territorio que se encuentra amenazado por la violencia), por lo tanto deben de ser tomados en cuenta para una construcción de la paz democrática y plural. Por otro lado, en los planes de desarrollo para la paz no deben de faltar la transparencia, ni la educación, así que en esta última el docente debe de trabajar con la población escolar desde su contexto, para que puedan comprender que está sucediendo en su localidad.

Entonces, el desarrollo local es una buena perspectiva para mantener la paz, pues ayuda en la reducción de desigualdades entre grupos, su poca participación, etc., y es que la construcción de la paz debe de iniciar en el lugar en el que se presentó el problema y sus integrantes deben de participar activamente, ya que cada lugar presenta problemas específicos y quienes conocen mejor su contexto son los que viven en esa comunidad (Riascos, 2016). La universidad debe ser de ayuda para que los ciudadanos (y sus mismos estudiantes) hagan valer sus garantías contra arbitrariedades políticas o de coacción organizada con valores como la justicia, la equidad, la verdad y la paz (Chauca, 2008).

En los últimos años, si no se cuenta con una formación e investigación a nivel superior no es posible asegurar un progreso que coadyuve a las necesidades y expectativas de la sociedad donde el desarrollo económico tenga un respeto por el medio ambiente y la construcción de una cultura de la paz que esté integrada por la democracia, la tolerancia y el respeto mutuo, porque incluso con los aparentes progresos actuales en algunos ámbitos, existen conflictos, hambre, enfermedades, pobreza, desempleo, falta de empleo y de recursos,

problemas en el medio ambiente, el respeto por los derechos humanos y en el mantenimiento de la paz (UNESCO, 1995).

Una universidad que cuenta con pertinencia e innovación social, muestra una institución activa y dinámica encargada de una sociedad del conocimiento justo y de bienestar común, asume el compromiso y responsabilidad de generar el cambio social y económico, democracia, paz y sustentabilidad para un desarrollo equitativo (Takayanagui, 2014).

7.3. Calidad de vida y desarrollo local

La medición de la calidad de vida a nivel local puede ayudar a formular y evaluar políticas públicas territoriales y a poder enfocarse a las necesidades de determinada población. Además, el enfoque territorial de la calidad de vida ayuda a que se genere un mayor interés en el bienestar. Así pues, el bienestar puede incluir (dependiendo del contexto) la satisfacción con la vida personal, con la felicidad, con la capacidad de pago, con el trabajo, con la vida familiar, con la vivienda, con la educación, con los servicios, con la confianza en las personas o en las instituciones, con las emociones, con el estado de salud, etc., o aparecen otros más específicos que cuentan con características locales como tasa de empleo local, calidad del aire local, instalaciones deportivas, culturales o educativas locales, etc. (Martínez *et al.*, 2017).

El desarrollo con acciones con enfoque territorial de cambio social están encaminadas al mejoramiento de la calidad de vida de sus habitantes (Aguirre *et al.*, 2007). Así, para que el proceso de desarrollo local sea más efectivo debe ser inclusivo y participativo, lo que implica incluir a todos los sectores de la comunidad, permitiéndoles participar en todas sus fases trabajando en la resolución y una mejor calidad de vida para todos (Rabinowitz, 2022). De acuerdo con Cota (2016), aunque se ha visto un avance en los acuerdos internacionales en cuanto a las sostenibilidad no significa que lo haya a nivel local, pues los tratados internacionales benefician en algunas cuestiones, pero no necesariamente a las

realidades locales y éstas son necesarias para poder determinar políticas regionales que ayuden a mejorar la calidad de vida de sus ciudadanos, y quienes más pueden apoyar en las necesidades de ellos, son precisamente las autoridades locales, pues esas necesidades son una guía para la mejora en su calidad de vida en la que están incluidos la educación, la restauración, los programas sociales, la vivienda, el transporte y la gestión ambiental.

Se han realizado estudios que relacionan del desarrollo local con la calidad de vida, entre los que está uno realizado en la Paz, Baja California, Sur, México, que ayuda a comprender la percepción que tiene la ciudadanía con respecto a la sostenibilidad ambiental y el desempeño de la autoridad local en cuanto a: saneamiento (drenaje, desbordamiento, inundaciones, derrame de aguas negras), presión del agua, energía (como precio), seguridad ciudadana, gestión municipal, uso de suelo, espacio público (iluminación, pavimentación, pabellones, etc.) transporte (bicicleta y tener fácil acceso con ella, costo, servicio, limpieza y cuidado de la unidad de transporte público, etc.), condiciones ambientales, salud, etc. (Cota, 2016).

Entonces, el desarrollo local ayuda al mejoramiento de la calidad de vida de las personas, aspirando al crecimiento económico social que a su vez se vincula de manera armónica con la protección del medio ambiente, para satisfacer sus necesidades presentes y futuras, y la universidad tiene como responsabilidad actuar en ese mejoramiento económico, social, y cultural, involucrándose en la comunidad para asegurar el desarrollo humano sostenible. Y que mejor desarrollo que desde el aula el docente estimule el pensamiento creativo, fomente a la iniciativa y a la construcción de conocimiento y promueva el debate para mejores soluciones, por eso es fundamental educar a las nuevas generaciones en temas de desarrollo local para que trabajen en pro del ambiente en el que desean vivir. La educación ayuda a desarrollar la consciencia para que todos en comunidad trabajen en función del desarrollo local, haciendo cambio de valores, conductas y estilos de vida con respecto al consumo y la producción. La educación entonces, ha de encausar a los jóvenes a que sean partícipes del progreso económico y

cultural de su país y que al mismo tiempo se fortalezca el desarrollo de manera sustentable (Yanes et al., 2020).

7.4. Paz y calidad de vida en el ámbito local universitario

En la actualidad existen iniciativas de desarrollo local que tienen que ver con un conjunto de programas que están dirigidos hacia el mejoramiento del bienestar y la calidad de vida de los ciudadanos, las universidades forman parte de ello por medio de actividades docentes, investigativas y de vinculación con ese escenario, considerando la formación profesional y la generación de conocimiento que la sociedad requiere para contar con un bienestar social (Bermúdez et al., 2018).

Para Juárez (2013:22) el desarrollo local es “uno de los elementos más significativos en la creación de redes que favorecen la calidad de los habitantes...” donde el eje de transformación del individuo es en el que se siente en comunidad, entonces un desarrollo local tiene lo necesario para mejorar el espacio y sociedad en la que está presente. En el desarrollo local es importante que estén presentes los gobiernos, organizaciones políticas y sociales y la población, la intención es mejorar la calidad de vida y crecimiento personal y colectivo de una localidad, por medio de acciones económicas, sociales, políticas y culturales donde la participación de la comunidad es fundamental en la formación y toma de decisiones (Limia, 2007).

La finalidad del desarrollo local “es lograr el bienestar social de la población sobre la que interviene”, es por eso que quienes participan en el desarrollo generen un instrumento que mejore la calidad de vida donde se cuente con los agentes sociales, siempre que los agentes del desarrollo local actúen desde un compromiso social y no solamente mercantil (Pérez, 2009). El desarrollo local debe integrar el desarrollo humano, pues si no es así se habla de un desarrollo que está más dirigido hacia el crecimiento económico, sin importar la pobreza y el desempleo, la intención es entonces un desarrollo económico que garantice

también el bienestar social, para eso es necesario involucrar distintos entes como son el gobierno, las ONG, las universidades, los dirigentes, la sociedad civil, los estudiantes, entre otros, abrir varios espacios de opinión (Hernández *et al.*, 2016) sobre todo a los actores que forman parte de esas comunidades.

Desde la universidad es necesario que sus programas se vinculen con los problemas locales, en este caso de la misma universidad concomitando planes, proyectos y acciones de lo que necesita el entorno (Contreras, 2011). Los procesos de desarrollo local tienen un carácter endógeno en donde la sociedad los percibe como propios, pero es necesario que se cuente con el compromiso de los entes públicos y privados sean locales o no para poder disponer de una capacidad financiera que permita llevar a cabo las acciones determinadas en el plan de desarrollo en pro de la mejora de la calidad de vida de esa población (Noguera, 2009).

Del mismo modo, para Albuquerque (2005), el desarrollo local no tiene que ver exclusivamente con el desarrollo municipal, ni ser solamente endógeno, pues es necesario aprovechar lo que ofrece el dinamismo exógeno. El desarrollo local tiene entonces un enfoque territorial ascendente (de abajo-arriba) donde participan los agentes y actores que componen el territorio con recursos, empresas, instituciones, organizaciones y redes, aunque requiere de intervenciones de los demás niveles (región, estado, país) para lograr estrategias territoriales, es necesario además, una coordinación entre las diferentes administraciones públicas territoriales, pero hay que considerar las decisiones de arriba-abajo que también son importantes en el desarrollo local. El desarrollo local tiene que contar con un enfoque integrado donde deben de estar presentes aspectos ambientales, culturales, sociales, institucionales, laborales y de desarrollo humano.

En países como México, donde existe la inequidad, la pobreza, inseguridad y la violencia es necesario promover acciones que ayuden a la construcción de la paz desde el territorio, siendo parte de las acciones gubernamentales y de la población que trabajan en la obtención de condiciones de vida digna para sus

comunidades, porque la construcción de la paz es la mejor manera de permanecer en el mundo. Para la construcción de capacidades locales para la paz y el desarrollo es necesario la intervención de diferentes agentes de la comunidad académica como son docentes, estudiantes, padres de familia, directivos y demás que forman parte del territorio (Universidad Mariana, 2017).

La universidad puede trabajar en la proyección del conocimiento y la innovación, fomentando a la vez el bienestar humano, porque la calidad de vida tiene que ver con no solamente con el desarrollo económico, sino con la cobertura y calidad de la educación, salud, empleo, vivienda, cultura, servicios y más necesidades, además de la participación de la sociedad en las actividades del gobierno como agentes activos (Nuñez y Alcanzar, 2016).

Para poder llevar a cabo estrategias (consideradas eficientes cuantos menos recursos utilice para alcanzar sus objetivos), hace falta un diagnóstico que permita a los involucrados conocer (Gallegos, 2009:93-94):

1. Como se ha formado la realidad en la que se van a operar.
2. Conocer sus puntos fuertes y débiles.
3. Cuáles son las necesidades sentidas por la población (económicas, sociales, culturales, etc.).
4. Principales amenazas y oportunidades que se presentan en esa realidad.
5. Que actores tienen que ver con los puntos fuertes, flaqueza y aspiraciones.
6. Que quien realice el estudio tenga contacto directo con quienes son parte del territorio y que la realización del diagnóstico se haga en forma conjunta, incluyendo actores económicos, sociales, movimientos cívico-políticos y responsables políticos.
7. Se puede contar con información estadística, estudios y monografías locales, reconocimiento del terreno (realidad) y recurrir a la información directa de los actores.

La universidad es un actor importante en el desarrollo local pues cumple con una doble función, por un lado, genera conocimiento a través de la investigación y por otro, forma a las personas por medio de la docencia. Para que se produzca dinamismo territorial es necesario combinar relaciones de cooperación entre ellos para afianzar sus acciones en las que han de estar presentes el compromiso, creencias y valores permitiendo alcanzar el desarrollo local. Así, la universidad ha construido un nuevo modelo que además de generar conocimiento y formación en la docencia, interactúa y da un servicio a la sociedad, traducidas en realizar actividades aplicadas a las necesidades de bienestar social a partir de la transferencia del conocimiento producido dentro de las universidades, como una universidad socialmente responsable (Arcos, 2019).

Para que la universidad contribuya con el desarrollo local debe transformarse y comprometerse con los actores locales, generando apropiaciones y sus propios saberes donde lo local sea lo principal (Salas, 2010). Entonces, la universidad como un entorno local hace partícipes a sus miembros de la comunidad universitaria, considerando sus necesidades, opiniones, inquietudes, etc., con un enfoque de “abajo hacia arriba” donde como ya se mencionaba permite contar con una mayor calidad de vida, que deriva en vivir de manera digna, libre, segura, sana, sin discriminación, entre otros. Es así que la universidad vea el desarrollo local como una de sus responsabilidades reorganizándose de manera académica y administrativa y haciéndose reformulaciones políticas y económicas. Por eso es preciso mirar a la universidad como un proyecto de interés común, considerando a los diferentes “públicos” que en conjunto con la universidad se desarrollan y consideran actores de desarrollo local, por lo que universidad-localidad sitúa a la universidad dentro del centro de la estrategia y al desarrollo local en núcleo de la institución (Suarez, 2006).

7.5. Desarrollo local y calidad de vida en universitarios

El desarrollo local, como lo afirma Coraggio (2002), tiene que ver con el desarrollo de una economía, un sistema político local, pero también con una sociedad y las condiciones esenciales para que exista una mejora duradera en la calidad de vida de los ciudadanos que habitan en esa localidad. En el desarrollo económico de un lugar no es posible sin las competencias y destrezas de tipo productivo, comunicacional, creativo, entre otros presentes en una sociedad local, que aunque cuenten con conflictos de todo tipo (políticos, ideológicos, etc.) cuentan con un proyecto en común, que ha de ser democrático, igualitario e integrador. Si dicho desarrollo, se basa en el conocimiento, la sociedad se convierte en una red comunitaria de aprendizaje basado no solo a través del estudio, sino con la aplicación de prácticas colectivas. La universidad tiene una responsabilidad al respecto, entre sus funciones está el garantizar el derecho al conocimiento y a la posibilidad de obtener y de interpretar la información, para que aquellos que deseen hacerlo ejerzan su derecho, para ello es preciso que la universidad sea abierta sin limitantes en las que estén presentes situaciones injustas con respecto a la mala distribución de recursos y de poder.

Como el desarrollo local crece de manera endógena, es así que se obtienen recursos desde afuera, para la universidad el reto es el de construir tanto información como conocimiento oportuno, el formar agentes que generen dicha información y conocimiento para el desarrollo endógeno y el crear redes que garanticen tal información sea accesible para todos (Suárez, 2006).

Hace falta que la universidad investigue y reflexione acerca de sus estrategias de formación, entre los que aparecen los métodos de investigación y la responsabilidad que tiene acerca de que el conocimiento sea el adecuado en beneficio de la sociedad, no se trata únicamente de crear discursos acerca de la enseñanza, es preciso reflexionar acerca de que los docentes no se sientan por encima de los estudiantes, sino que los apoyen y acompañen en la construcción del conocimiento o preguntarse qué es en realidad que es la calidad de la educación y no dejarlo en meros indicadores. Hay entonces una interrelación entre

el que la universidad investigue, forme y preste servicios a la sociedad, así es necesario verlas de manera holística (Coraggio, 2002).

7.5.1. Calidad de vida y la salud en los estudiantes universitarios

Los estudiantes universitarios son una población de valor con respecto a estudios relacionados con el bienestar y la salud (Reig, 2003), de acuerdo con la OMS, una universidad que es promotora de la salud es la que fomenta la salud en su programa, esto con la finalidad de promover el desarrollo humano y optimizar la calidad de vida de aquellos que pertenecen a la comunidad universitaria, lo que impacta en el contexto laboral y social (Lara *et al.*, 2015). El enfoque de promoción de la salud que tiene una base en los entornos favorece que la universidades contribuyan en la mejora de la salud de las poblaciones y protege la salud y promueve el bienestar tanto de los estudiantes como del personal y de la comunidad en general por medio de determinadas políticas y prácticas establecidas por ella (Tsouros *et al.*, 1998). Los estudiantes valoran con agrado una oferta educativa, deportiva y cultural universitaria, una buena relación con profesores y compañeros y la calidad académica de la carrera que cursa, lo que perciben y a su vez relacionan con mejor salud y calidad de vida (Lara *et al.*, 2015).

En la cuestiones de salud de los estudiantes aparecen en muchas ocasiones trastornos de sueño, los cuales llegan a ser considerados una epidemia, pues aunque una gran parte de la población llega a padecer de estos problemas, no son conscientes de esa situación, de esta forma sería importante implementar programas que concienticen a los jóvenes en el cuidado de su propia salud, para que de esa manera mejoren su calidad de vida, con respecto a una adecuada calidad del sueño que tiene que ver con dormir horas necesarias de modo que la que la persona se sienta descansada y con la capacidad de realizar sus actividades sin problema, además de que se previene afectar de manera negativa el organismo, como el hecho de contar con problemas de la vista (por cuestiones

como largas horas tras el monitor), baja concentración, sentirse cansado, falta de energía, etc.(Pajares, 2019).

De acuerdo con Bueno (2021), cuando no se duerme bien la mala regeneración del sistema muscular y esquelético propician la aparición de dolor en diferentes partes del cuerpo, de las que forman parte la zona lumbar (por estar muchas horas sentados) o las articulaciones, por lo que existe una relación entre la calidad del sueño y problemas físicos (Bueno, 2021) que pueden llegar a afectar el movimiento y la coordinación. El no dormir, ni descansar bien puede presentar problemas en el tiempo de reacción, alteración en la percepción, lentitud y la falta de coordinación, así como dificultad al momento de tomar decisiones (Caminos y Puentes Federales [CAPUFE]), por eso la importancia del sueño en los estudiantes universitarios. Asimismo, algunos estudios han demostrado que el privarse del sueño afecta negativamente las funciones somáticas, cognitivas, emocionales y comportamentales, lo que termina afectando en la salud, seguridad, relaciones y el rendimiento académico (Suardiaz-Muro *et al.*, 2020).

Por lo tanto, existe una alta posibilidad de que exista una influencia del sueño en la memoria, pues este es considerado un estado fisiológico fundamental para la vida, ya que un buen descanso permite un mayor rendimiento físico y cognitivo y a pesar de que muchos estudiantes conocen su importancia, a causa de sus tareas, actividades y exigencias de la vida académica lo dejan pasar por alto, generándoles además malos hábitos como fumar, consumo de alcohol, cafeína y sustancias estimulantes, entre otros, que derivan en problemas futuros de salud (Álvarez *et al.*, 2020).

Otro aspecto importante que tiene que ver con la calidad de vida de los jóvenes universitarios es el autocuidado del que forman parte cuestiones como el control médico, el uso de bloqueador solar, la motivación para el cuidado (Escobar y Pico, 2011) o la higiene personal (entre otros) y en esta última son esenciales el baño diario y el cepillado de los dientes, hábitos que si están presente en las personas ayudan en la prevención de enfermedades, por lo cual es fundamental que en las universidades se promuevan programas de prevención y promoción al respecto

(Sánchez, 2014), lo que en realidad no siempre tiene relación con el deseo o no de los estudiantes de tener o no buenos hábitos, sino con las condiciones socioeconómicas debido a cuestiones como la falta de agua o una baja calidad de esta en donde habitan(Zuta *et al.*, 2019) o con si se cuenta o con el apoyo en relación con equipos de salud que orienten en la mejora en los hábitos de higiene de la población (Mendoza, 2007) pues muchas veces existe desconocimiento en cuanto tiempo, frecuencia y material que deben de usarse al momento del aseo personal (Parada, 2011).

Es preciso que en la universidad sean considerados también los temas de salud mental, generando la promoción de acciones preventivas y de formación en poblaciones de riesgo, en la que participen funcionarios y académicos a fin de identificar conductas de riesgo y que promuevan información oportuna acerca de los servicios con que se cuenta al respecto, pues la falta de atención en ello deja de lado el abordaje que se podría dar, creando tabúes y reservas de esas situaciones (Dobles, 2019), limitando a muchos estudiantes en cuanto al cuidado de su salud mental, que en muchas ocasiones no se percatan de posibles problemas o no se atreven a expresarlo.

7.5.2. Calidad de vida y satisfacción en las tareas en los estudiantes universitarios

Muchos estudiantes universitarios (sobre todo aquellos que no viven con sus padres o tutores), han de encargarse de la limpieza del hogar y de la preparación de sus alimentos, además de asistir a clases y realizar sus tareas escolares; algunos otros compran sus alimentos (a veces de mala calidad si no cuentan con cierto recurso), debido a que se saltan comidas por actividades, tareas y horarios dispares (Pascual, 2017); y otros más cuentan con alimentos que les envían desde sus hogares. Del grupo de estudiantes que se encargan de su alimentación consideran que acceder al consumo de alimentos más saludables sería fácil sin vivieran con su familia, aunque en realidad no sienten presión por tener que comer de manera “adecuada” (Sánchez *et al.*, 2019). Estudios apuntan que los hábitos

alimenticios tienen relación con sentir satisfacción de la vida con respecto a lo que se consume, prefiriendo así los estudiantes alimentos más de disfrute que nutricionales y que los lleven a la convivencia con otros (Denegri *et al.*, 2011), pero también como se mencionaba con anterioridad a veces los horarios escolares y las actividades escolares (y laborales en muchos casos) impiden que los estudiantes lleven a cabo una dieta saludable.

El alojamiento es importante para la calidad de vida de los estudiantes universitarios debido a que puede incidir en el éxito (o no) en los estudios y hasta a condicionar su selección, pues tienen que elegir su lugar de residencia y por ende entre estar cerca de su familia o no, lo que define una carrera universitaria que se encuentre más cercana a su núcleo familiar, en caso contrario al estar lejos tener mayores gastos, pero también mayores elecciones de carrera. Así que hablar de un alojamiento adecuado que genere satisfacción no es fácil, pues depende de muchos factores como contexto familiar, lugar donde vivirán, carrera elegida y la edad del estudiante, entre otros.

Aunque se opte por la emancipación no es cosa fácil para el estudiante, pues el costo que genera una renta, la alimentación, su autonomía para la realización de actividades del hogar, de comprar lo necesario para el mismo requiere de ciertos ingresos los cuales son aportados por padres o tutores o por medio de becas, actividades laborales, etc. Los que cuentan con becas, apoyos o viven en residencias escolares permite a los estudiantes concentrarse únicamente a los estudios, lo que deriva en mayor éxito académico, pues el estudio se convierte en su única actividad (Ariño y Llopis, 2011), aunque algunos estudios, como el de Roig-Vila (2018), indican que no hay diferencias significativas entre el rendimiento académico y el tipo de vivienda en que residen los estudiantes durante sus estudios.

7.5.3. Calidad de vida y satisfacción en las interacciones libres y fundamentales de los estudiantes universitarios

Algunas de las principales motivaciones por las que los estudiantes deciden continuar con sus estudios son el deseo de superarse, buenas remuneraciones futuras en sus empleos, interés por aprender, prestigio profesional y el poder independizarse de su familia, lo que genera la idea de que un mayor nivel de escolaridad permite una mejor calidad de vida (Martínez y Valderrama 2011), además de que para muchos jóvenes universitarios también es importante la calidad de la educación existente en muchas instituciones universitarias del país y del mundo (Chalela, *et al.*, 2017). Esto ayuda a comprender por qué actúan y se comportan de cierta manera al momento de aprender, estando presentes aspectos como la curiosidad, deseo de aprender, la perseverancia y por ende, como se han de desempeñar en el aula y en sus tareas escolares (Martínez y Valderrama 2011).

Muchos jóvenes estudiantes están convencidos de que no es un camino fácil el encontrar un empleo que cumpla ciertas expectativas y que no todas las universidades ofrecen una adecuada calidad y que el mercado laboral está muy demandado, pero ellos desean continuar, pues saben que no todos cuentan con el “privilegio” de estudiar una carrera universitaria, ya que un gran grupo de la población no tienen los mismos recursos y posibilidades que ellos. De estos jóvenes estudiantes, algunos comienzan a realizar sus estudios más tarde con una intención de mejores oportunidades laborales o de obtener logros personales, algunos otros tienen otras responsabilidades como trabajar o cumplir a la vez un rol de paternidad o maternidad, otros incluso son migrantes o de un determinado grupo étnico con determinados usos y costumbres y algunos más desean escalar a estudiar un posgrado, entonces cada contexto es distinto y las motivaciones (como las dificultades) son variadas, así se podría hacer un análisis de cada uno de los factores que determinan su motivación (Gómez, 2017).

Los estudiantes se sienten satisfechos en un ambiente en el que son vistos como seres activos, pues eso les permite aprender y construir conocimiento, así como

también les interesa sentir que forman parte de un entorno de desafío y reconocimiento, lo que para ellos tiene que ver con la calidad de la educación (Sánchez, 2018). La satisfacción entonces del estudiante tiene que ver con que se cumplan las expectativas educativas con respecto al proceso dado, pues es quien determina si la calidad de la educación es aceptable y satisface las necesidades, es por eso que es fundamental que para retener a los estudiantes en las universidades exista dentro de ellas comunicación, la investigación que permite la toma de decisiones, la interacción cercana de los miembros institucionales con los estudiantes en cuanto a los servicios de calidad educativa y una actualización de los servicios universitarios y de los que forman parte de ella – entre ellos los profesores- (Mancilla et al., 2019).

Parte importante también de la permanencia de los estudiantes y que tiene que ver con también la calidad de la educación (y a su vez con la calidad de vida) tiene que ver con que dentro de la institución existan actividades deportivas y culturales, buenas relaciones con compañeros y profesores (lo que se asocia con menor estrés y mayor satisfacción con sus estudios) y que se cuente con un ambiente saludable que genere el bienestar de los universitarios (Lara *et al*, 2015). La buena relación en el aula es importante para el estado emocional del estudiante y por ende para su salud, es por eso que el docente puede contribuir en la colaboración y buena relación entre compañeros, este también ha de reconocer la participación de sus estudiantes en clase, planear una enseñanza más activa en donde se hace al alumno consciente de sus propios recursos, así como establecer un buen ambiente en el aula (Salinas y Cotillas, 2007).

Las situaciones que les permite sentirse satisfechos a los estudiantes universitarios con la forma de aprovechar el tiempo libre durante la universidad son la sensación de independencia, de la capacidad de resolución de problemas de manera autónoma, el poder relacionarse con otros y hacer amistades, el desarrollo personal, además de que les posibilita acercarse a la cultura y a experiencias nuevas. Caso contrario cuando no se sienten satisfechos es debido a las actividades escolares en exceso, los horarios y los profesores poco

accesibles, la falta de información al respecto, la rutina de estudio, la falta de calidad de los recursos, etc., pues les impiden aprovechar el tiempo libre o el ocio (Mèndez, 2010). En general se puede decir que el ocio y el tiempo libre en los estudiantes universitarios genera bienestar psicológico, niveles bajos de estrés y depresión y más satisfacción con la vida, influye también en la salud física por la practica regular de actividad física, y además un tiempo de ocio bien equilibrado permite mejorar la concentración, motivación y productividad de los estudiantes, por eso es recomendable tener tiempo de ocio y actividades de tiempo libre (Fundación Internacional de Educación de Colombia [UNINCOL], 2023).

La relación familiar es otro de los factores importantes para la satisfacción de los estudiantes universitarios ya que les proporcionan calidad de vida subjetiva (Banda y Morales, 2012), la vida familiar ayuda a establecer en los jóvenes estudiantes un adecuado desarrollo biológico, social y espiritual, la comunicación es una parte fundamental de esa vida pues gracias a ello se establece un proceso de socialización que determinan su capacidad de vida social, asimismo se observa que a mayor integración entre los miembros del núcleo familiar, los conflictos serán menores, lo que genera en los estudiantes un mayor bienestar personal y familiar por la armonía que se genera entre todos los miembros, además de que gracias a la familia se facilitan los valores que son parte del ser humano, también por ella es que se establece un desarrollo propio, así es que a la familia se le considera un medio que proporciona recursos que dan seguridad, autorrealización, logros y satisfacción en los miembros de la familia (Sobrino, 2008). Por ende la satisfacción con la vida del individuo y en este caso de los estudiantes aparece debido a las relaciones que tiene este con su entorno familiar y social (Cantú *et al.*, 2010).

En este capítulo se ha hablado acerca de la “Paz y calidad de vida y desarrollo local”, en el cual se presenta importancia y la relación que tienen la paz y calidad de vida con el desarrollo local. A continuación, en el capítulo 8 “Teorías que contribuyen a explicar su relación con la paz y la calidad de vida”, se presentan las teorías que ayudan a explicar su relación con la paz y la calidad de vida, las

cuales son: la teoría del conocimiento, la teoría de la paz perpetua, la teoría de la paz democrática, la teoría de la educación para la paz desarrollada por H.B., la teoría compleja constructiva de la paz, la teoría de la inteligencia emocional, la teoría de las inteligencias múltiples, la teoría de los valores, las teorías de Damasio y la teoría de Maslow.

Capítulo VIII

Teorías que explican su relación con la paz y la calidad de vida

De acuerdo con Hernández *et al.* (2017), la paz no tiene que ser vista solamente como un sueño, un anhelo, o como algo meramente hipotético, teórico o ilusorio. La paz, es de suma importancia para los pueblos, ya que se ha convertido en un valor que los guía en el desarrollo de su cultura. La Paz, no puede concebirse meramente en singular, sino más bien en plural con el término paces, ya que tiene un sentido polisémico, debido a su complejidad y amplitud en cuanto a los temas que forman parte tanto de su definición, como de sus alcances; además, por su complejidad desde el sentido teórico, metodológico hasta el axiológico, histórico y práctico, el concepto lleva a ser definido de acuerdo a la revisión teórica objeto de investigación.

Con referencia a la calidad de vida, Bowling (2024 citado por Luque, 2015), afirma que no existe una teoría, ni un instrumento de medida en sí que sean considerablemente aceptados, lo que hace complejo que se cuente con un marco teórico en común respecto a ella, en cambio se cuenta con una aproximación utilitaria del concepto. Este concepto al tener amplitud, hace que cada autor hable de la calidad de vida de manera tan personal que debe de dar una explicación de sus suposiciones al lector que lo sigue, para que pueda comprenderlo (Coulter, 1990) y bajo que contexto lo ha determinado.

8.1. Teoría del conocimiento

La epistemología hace referencia a la teoría del conocimiento, que tiene como finalidad ahondar en las formas de conocimiento, así como en sus fundamentos, es por ello que la educación para la paz está interesada de manera crítica en éste.

La educación para la paz se considera como un proceso evolutivo que tiene como base la “no violencia” y lograr que el hombre se encuentre en armonía con él, con los demás y con la naturaleza a fin de vivir en comunidad y tranquilidad por medio de acuerdos entre ellos (Rodríguez, 1955, citado por Cerdas, 2013).

La educación para la paz permite dar respuesta a la realidad de porque el ser humano se agrede a sí mismo, a los demás y a la naturaleza; cuenta con objetivos pedagógicos que guían al ser humano para tomar conciencia de la dimensión de su violencia contra lo que le rodea; cambia escenarios sociales que no fomenten la paz a unos que ayuden a un cambio individual (interior) en pro de uno más colectivo; permite comprender que ni las armas, ni el uso de la fuerza, ni las guerras son la solución a los problemas entre los pueblos; reflexiona acerca de que los valores pueden estar en armonía con la cultura de la paz y con los derechos humanos, entre los que se encuentran la paz, el afecto, el amor, la cooperación, la comprensión, etc.; genera un aprendizaje que lleve a dejar de lado la competencia o el individualismo, siendo más bien cooperativo en sociedad; desarrolla el componente socio-afectivo, siendo la persona un ser social, autónomo, capaz de expresar sus emociones y que reafirma su identidad y confianza y en sí mismo y en los otros; entre otros. Es entonces que por medio de la epistemología se llega al pensamiento crítico del conocimiento y la realidad, aportando una visión holística de la relación humano-naturaleza con la finalidad de una mejora y beneficio comunitario, dejando de lado la visión meramente positivista de dominio con la que cuenta el ser humano contra la naturaleza, al explotarla para obtener un beneficio propio y en detrimento de los otros (Cerdas, 2013).

Los derechos humanos a través del tiempo ha contado con diferentes generaciones en cuanto lo que forman parte de sus derechos, en la tercera generación se encuentran temas como la paz, el desarrollo, la calidad de vida, entre otros, que han aparecido por la contaminación de las libertades, ya que la paz surge como una necesidad insatisfecha de la humanidad en los últimos años. Es importante conocer y tener presente que la afectación al medio ambiente es abordada en los derechos fundamentales que se encuentran en el derecho a la

calidad de vida. No hay que olvidar que el derecho a la paz, a la calidad de vida y al desarrollo, no solamente se encuentran ligados, sino que además son complementarios (Pérez, S.f.). Es así que los objetivos de la educación para la paz tienen que ver con el desarrollo integral (no solamente la parte económica) de las personas, favoreciendo su calidad de vida (Cerdas, 2013).

8.2. Teoría de la paz perpetua

Kant desde su filosofía empirista y racionalista propone la teoría de la paz perpetua. En ella, expone que la naturaleza ha ido utilizando la guerra como una forma de poblar la tierra. Uno de los medios de la naturaleza es el ser humano, pues la guerra es su estado natural, y esto se puede observar en el acoso de unos pueblos a otros, lo que genera que dichos pueblos se conviertan en países y trabajen en su fortalecimiento de armas a fin de garantizar su seguridad o de expandir su territorio, lo que da la idea de que a mayor armamento mayor poder. Por eso es que debe de existir un cuidado de los países en la actualidad con respecto a esa situación, debiendo ser responsables teniendo acciones a través del respeto y el cumplimiento de los derechos, impulsando el desarrollo de competencias sociales en cuanto a la promoción de la paz (Rueda y García, 2021).

Kant considera tres fundamentos en la constitución de la paz y son: 1) el principio de la libertad de los miembros como sociedad (como hombres); 2) el principio de la dependencia, de la que todos forman parte de una legislación en común; y 3) el principio de igualdad de todos. El cumplimiento de su constitución ayuda a la consecución de la paz perpetua, porque –de acuerdo con Kant- en la constitución que ya se conoce (la republicana), no se pide el consentimiento de los ciudadanos para declarar una guerra (aún en la actualidad) y estos son quienes sufren los males de la misma (gastos, combates, deuda, muertes, etc.), porque en realidad el jefe de Estado no se siente como un ciudadano más, sino como el amo, donde la

guerra no afecta su vida de placeres y privilegios, donde la guerra se convierte en parte de su diversión (Kant, 1795).

8.3. Teoría de la paz democrática

Esta teoría señala que es difícil que las democracias creen guerras entre ellas y además habla de que si se presentara una guerra entre un país democrático y uno autoritario, tendría la posibilidad de librar el conflicto más fácilmente el democrático. El liberalismo explica esto, diciendo que las democracias cuentan con una tendencia a transformar los conflictos internacionales en campañas ideológicas cambiando esto a través de la exigencia de la victoria (Lake, 1992). Aún en el entendido de que todo está bien, esta doctrina de la paz habla de que las democracias tiene relación con la paz, la justicia y la prosperidad y que la falta de ella deriva en injusticia, corrupción, pobreza y conflictos. Es entonces que se dice que si los estados democráticos son pacifistas, los autocráticos son todo lo contrario, entendiéndose por lo tanto, que las naciones autoritarias tienen la culpa de las guerras, por lo que lo único que lleva a la paz es la democracia. Menciona que conforme se elimine a los no liberales (económicamente o llamados autoritarios por algunos países) habrá prosperidad, lo cual se convierte en una situación delicada (Raich, 2001, citando a Huntington, 1993), pues parece más una campaña política, que un interés real en la paz mundial.

Es así, que al intentar defender esta teoría, se debilita al hablar de percepciones, porque los países llegan a percibirse como totalmente democráticos y entonces las guerras entre países llegan a ser consideradas como guerras entre democracias, intentando hacer “justicia” por medio de ella (Raich, 2001).

8.4. Teoría integral de la educación para la Paz

La teoría integral de la educación para la paz fue desarrollada por H.B. Danesh, este autor habla de que los requisitos y componentes de la educación para la paz

son similares. Entre los requisitos (que a su vez son componentes) para la implementación efectiva de un programa de educación para la paz, se encuentran los elementos de la cultura de la paz y de la sanación, así como el poner a la paz como escenario de *curriculum* escolar, y estos han de construirse y ser aplicados en la práctica. La educación sea formal o informal, se convierte en el principal medio para establecer una visión de cada individuo respecto al mundo, lo que tiene un impacto en la inclinación existente en cada generación con respecto a la violencia. Dicha visión de mundo tiene que ver con la realidad y la naturaleza humana, así como con el propósito de la vida y el enfoque de todas las relaciones humanas. Asimismo, esta visión representa etapas del desarrollo como: la basada en la sobrevivencia (niñez), que es la que se establece en condiciones de pobreza, injusticia, guerra, etc., donde es común que se den prácticas autoritarias y dictatoriales en las que es imposible que llegue la paz; con la basada en la identidad (adolescencia), donde el progreso económico, así como la democratización social dentro de estructuras de poder opuestas, generan un estado de conflicto y competencia para conseguirlo; y con la basada en la unidad (madurez), en la que se establece que el más apto es el que ha de sobrevivir, de modo que esta visión tampoco es la más adecuada para la construcción de la paz (Lozano, 2011).

8.5. Teoría compleja constructiva de la Paz de Johan Galtung

Para Galtung, es complicado educar para la paz en un espacio en donde existen situaciones como la desigualdad, la pobreza, la violencia u otras cuestiones negativas. En la sociedad, está presente una violencia simbólica y cultural, en la que la religión, el lenguaje, el arte, la ciencia, etc., pueden ser utilizadas para legitimar una coacción directa, apareciendo en escena un actor que usa la fuerza o las estructuras sistemáticas, lo que deriva en pobreza, desempleo o inequidad (Lozano, 2011). De ella se derivan dos teorías que son la teoría del conflicto y la teoría civilizadora.

8.5.1. Teoría del conflicto

La teoría del conflicto es parte de la teoría constructiva de la paz. En esta se mira al conflicto como un reto cuando las metas con que cuentan los diferentes individuos de la sociedad no se encuentran en armonía. En gran parte de tiempo las estructuras de los niveles micro (inter o intra personal), meso (sociedad) y macro (Estado), aparecen en detrimento de los valores que intenta promover la educación para la paz que realizan algunos actores. De acuerdo con Galtung, se cuenta con paz positiva cuando las metas son coincidentes o indiferentes, pues son requeridas únicamente por un grupo de personas, lo que no genera conflicto en los demás; pero cuando son metas incompatibles o discrepantes entre los actores, se puede generar un conflicto que podría incluso llegar a la violencia (Lozano, 2011).

8.5.2. Teoría civilizadora

La teoría civilizadora, como la de conflicto, también se deriva de la teoría constructiva de la paz de Galtung. Esta teoría menciona que la infraestructura en determinada localidad, expone las patologías del síndrome PSFM (Penetración, Segmentación, Fragmentación y Marginalización). La penetración, se refiere a como los que están en el poder condicionan a los que no lo tienen a aceptar esa estructura. La segmentación, se refiere a como la información está acaparada por los poderosos, y los individuos promedio no tienen acceso a gran parte de ella. La fragmentación, se refiere a como se aísla a los que no cuentan con poder, esto se hace por medio de determinadas fallas o limitaciones. La marginalización, se refiere a como a un segmento de la población no se le permite interactuar en sociedad. Este síndrome cuenta con su contraparte que está integrada por: la autonomía, la integración, la solidaridad y la participación, las cuales tienen como función sustituir al PSFM, para que sea posible generar la no violencia y eliminar la violencia directa, creando paz directa, así como estructural y cultural (Lozano, 2011).

8.6. Teoría de la inteligencia emocional

John Mayer y Peter Salovey desarrollaron la teoría de la inteligencia emocional, que expresa que el ser consciente de sí mismo, significa concientizarse acerca de los estados de ánimo y los pensamientos, sin juzgarlos. Aunque el hecho de tomar conciencia de las emociones, no implica tener que dejar de lado los impulsos emocionales, es por ello que es importante comprender la consciencia de sí mismo, para no quedar sometidos a sentimientos negativos intensos y de esa manera poder liberarse de ellos. El poder dominar las emociones no es una tarea fácil y requiere dedicación, no se trata de controlar las emociones solo cuando hay tiempo, debe ser a pesar de todo. Las personas que son emocionalmente sanas desde la infancia aprenden a calmarse teniendo un trato hacia ellas como las han tratado los demás, volviéndose menos vulnerables a explosiones del cerebro emocional. Mayer expone estilos diferentes en las personas con respecto a la forma de tratar sus emociones (Goleman, 1995):

- 1) Las personas conscientes de sí misma. Estas personas cuentan con una vida emocional más desarrollada que los demás. La claridad emocional está presente en su personalidad, son personas autónomas y seguras de sus límites, son sanas psicológicamente y cuentan con una visión positiva de la vida, pero si caen en un estado de ánimo negativo, no se obsesionan con un pensamiento y salen pronto de esa situación. Fácilmente controlan sus emociones.
- 2) Las personas atrapadas en sus emociones. Estas personas tienden a sentirse desbordadas con respecto a sus emociones, además se les dificulta salir de ellas, lo que las hace sentirse atrapadas en sus estados de ánimo. Tienden a ser volubles y a no concientizar sus sentimientos, lo que no les permite relajarse, ni entender sus emociones, dificultándoles el control de su vida emocional, además de que no intentan salir de estados de ánimo negativos.

- 3) Las personas que aceptan resignadamente sus emociones. Estas personas perciben claramente lo que sienten y actúan pasivamente en sus estados de ánimo, lo cual les impide tratar de cambiarlos.

Cuando se trata de estudiantes, es importante desde la escuela formarlos para que aprendan a gestionar de manera asertiva sus emociones, pues cada una tiene una función determinada, esto facilita el autoconocimiento y organiza el cuerpo para la actividad. Es entonces que de acuerdo a esta teoría, la inteligencia emocional tiene que ver con la adecuada gestión emocional, donde se posibilita el identificar, manifestar y manejar las emociones de manera asertiva a fin de crear vínculos y relaciones saludables en el entorno (Rojas, 2020).

8.6.1. Inteligencia emocional y paz

Generar un clima emocional seguro en los estudiantes, respalda su sano desarrollo y previene de conductas inadecuadas dentro (y fuera) de las aulas. Es por eso que desde las instituciones escolares, se deben de generar herramientas que sirvan al desarrollo del coeficiente emocional de los estudiantes, para que tengan la capacidad de afrontar una sociedad competitiva y poco afectiva como las que se miran hoy en día, en las que se encuentran personas intolerantes, poco comunicativas, etc., lo que afecta las relaciones interpersonales y la convivencia humana. Por lo tanto, para la creación de una cultura de la paz, se requiere fortalecer las competencias emocionales por medio de la estimulación y desarrollo de la inteligencia emocional en las instituciones. En las escuelas, la labor de los docentes es fundamental (Rojas, 2020).

8.6.1. Inteligencia emocional y calidad de vida

La inteligencia emocional permite a las personas el poder adaptarse de manera fácil a los cambios que se generan en el ambiente y a que tengan la capacidad de protegerse cuando se requiere, esto se vuelve importante debido a que lo emocional determina la calidad de vida y la salud a largo plazo (UNAM, 2016). Es fundamental promover el desarrollo de la sensibilidad y del autoconocimiento

emocional, para poder contar con mejores condiciones y calidad de vida, ya que quienes conocen de mejor manera sus emociones y aprenden a gestionarlas, son los que cuentan con relaciones humanas más solidas, además de que aprenden diferentes maneras de motivación (Padilla, S.f.).

La inteligencia emocional llega a vaticinar la calidad de vida, la salud mental y psicológica de una persona (bbva, 2023). La inteligencia emocional forma parte esencial en el desarrollo socio-afectivo de la vida del ser humano, ya que ayuda a contar con un proceso de maduración respecto al aprendizaje interpersonal y social, creando un nivel adecuado para su calidad de vida (Flores *et al.*, 2019^a, citados por Gavín y Molero, 2019).

8.7. Teoría de las inteligencias múltiples

Para Gardner, la teoría de las inteligencias múltiples explica que no existe una única inteligencia en el ser humano, sino son ocho las que muestran las fortalezas de cada uno. Esto no significa que los seres humanos desarrollen únicamente una de ellas, sino que puede llegar a desarrollar más, esto dependiendo de su entorno, cultura y de la sociedad en la que éste se encuentre (Muñeton, 2017). Gardner, tomó en cuenta diferentes disciplinas para desarrollar esta teoría, tales como la psicología, la antropología, la filosofía y la historia. Observó a niños e individuos con distintas características culturales, cognitivas y ocupacionales, comprobando que la inteligencia no es una habilidad innata que dirija cuestiones como la creativas o habilidades para la resolución de problemas. Dichas inteligencias son: lingüística, lógico-matemática, espacial, musical, física-cinestética, interpersonal e intrapersonal y la naturalística (Emst, 2001).

A continuación se describen (Huerta, 2020):

- La inteligencia lingüística: Tiene que ver con la capacidad que tienen las personas para utilizar de manera eficiente, las palabras tanto orales, como

escritas. En este grupo de personas se encuentran los grandes dramaturgos, poetas, editores, etc.

- La inteligencia lógico-matemática: Tiene que ver con la capacidad con la que cuentan algunas personas para categorizar, clasificar, deducir, generalizar, calcular y utilizar números de manera eficaz. En este grupo de personas se encuentran los matemáticos, estadísticos, ingenieros, contadores, etc.
- La inteligencia espacial: Tiene que ver con la capacidad para visualizar, así como para representar gráficamente ideas visuales o espaciales, además de que se les facilita ubicarse correctamente en un espacio. En este grupo de personas se encuentran los pilotos, arquitectos, escultores, etc.
- Inteligencia corporal-cinestésica: Tiene que ver con la capacidad de dominar el propio cuerpo al momento de expresar ideas y sentimientos, además se tiene la facilidad al utilizar las manos y de transportar objetos. En este grupo de personas se encuentran los atletas, bailarines, artesanos, etc.
- Inteligencia musical: Tiene que ver con la capacidad de crear sonidos, ritmos y melodías. Dentro de ella también se tiene la capacidad de percibir, discriminar, transformar y expresar formas musicales. En este grupo de personas se encuentran compositores, músicos, directores de orquesta, etc.
- Inteligencia interpersonal: Tiene que ver con la capacidad de comprender, empatizar y relacionarse eficazmente con los demás. También se presenta la facilidad de mostrar expresiones faciales y gestos diferentes en cada ocasión. En este grupo de personas se encuentran profesores, actores, comerciantes, etc.
- Inteligencia intrapersonal: Tiene que ver con la capacidad de reflexionar y de desarrollar el autoconocimiento, autoestima y autodisciplina. En este grupo de personas se encuentran los filósofos, psicólogos, etc.
- Inteligencia naturalista: Tiene que ver con la capacidad de comprender el entorno natural y también de reconocer, clasificar y hacer uso de elementos

medioambientales de un entorno rural o urbano. En este grupo de personas se encuentran los científicos, ecologistas, botánicos, etc.

8.7.1. Inteligencia emocional e inteligencia lingüística

De acuerdo con Hayes (1996), existen argumentos acerca de la importancia que tienen la motivación y la emoción en los procesos de escritura, por ejemplo, si los estudiantes o quienes los rodean consideran que ellos son malos escritores y que la escritura es un don, es probable que experimenten emociones como la ansiedad ante la escritura. Además, el autor habla de que existe un grupo de investigadores que consideran que escribir acerca de sí mismo de manera profunda, puede derivar en consecuencias afectivas significativas. Es así que especialistas en el campo de la psicología utilizan la escritura en sus pacientes para la reducción del estrés. La escritura de acuerdo con el autor, cuenta con un enfoque que ayuda a tener mayor atención en la memoria activa (función que es importante que tengan los estudiantes universitarios), así como a la integración tanto de la motivación y emoción en los procesos cognoscentes, entre otras cuestiones.

8.7.2. Inteligencia emocional e inteligencia musical

De acuerdo con Iguarta *et al.* (1994), Vigotsky afirmaba que la vida emocional y la del desarrollo cognitivo y lingüístico general estaban totalmente ligadas por medio de la música y la imágenes. Asimismo, Sagredo (S.f.) menciona que la música es capaz de producir emociones, incluso cuando no es necesaria para la supervivencia, y es que esta cuenta con un beneficio sobre la salud física y mental del ser humano, convirtiéndose en lo que se conoce como musicoterapia. Es tal el interés de mostrar la relación de ambas inteligencias, que disciplinas como la sociología, la antropología y la psicología han realizado estudios al respecto. La música, puede llevar al autoconocimiento, ya que a través de ella se pueden

identificar emociones que permitan incluso hasta regularlas. Cabe mencionar que lo que transmite la música es muy diferente a lo que transmite la literatura o cualquier otro arte, pues no emplean símbolos que tengan que ver con objetos, conceptos o deseos humanos. Para algunos autores, la emotividad (con respecto a la música) viene de la esencia sonora de un fragmento musical, en tanto que para otros tiene que ver más bien con las características contextuales del oyente y el significado que éste le confiere.

Para Oriola y Gustems (2020), las actividades musicales inciden de manera positiva en el estado emocional de las personas, así como en su identidad, favoreciendo cuestiones como la autoestima o la actitud positiva. El uso consciente de la música como un medio emocional, permite el aumento de experimentar emociones en cantidad y en tipología, además de reconocer un extenso marco musical al momento de necesitarlo para fortalecer la identidad, el autoestima, etc. Es entonces que la educación emocional, bien puede apoyarse de la emoción musical en la consecución y desarrollo de competencias emocionales, a fin de lograr un bienestar personal y social.

8.7.3. Inteligencia emocional e inteligencia interpersonal

La inteligencia emocional ha facilitado las relaciones interpersonales, pues ayuda al individuo a comprender, manejar y ser consciente de sus emociones y las de los demás. Cuando se trata de estudiantes, es fundamental la inteligencia emocional, pues por medio de ella se espera que a través del tiempo se conviertan en profesionales sensibles ante las necesidades y experiencias de los otros y de esa manera sean capaces de manejar sus emociones (de ellos y los demás). La inteligencia emocional ayuda a que las personas tengan facilidad de relacionarse de manera interpersonal con respecto al aprendizaje, cuando implica el favorecimiento en el proceso de la información emocional. La inteligencia emocional, cuenta con distintas capacidades emocionales, rasgos de personalidad, además de que contiene cualidades que tienen que ver con la

motivación y el afecto. La inteligencia emocional también cuenta con diferentes modelos que permiten a las personas a conocer sus emociones y regularlas, del mismo ayuda a controlar conductas de ellas y otros, como por ejemplo: el manejo de estrés, la capacidad de adaptación, resolución de problemas, tolerancia a la frustración, etc.. Es así que la inteligencia emocional es considerada como un elemento fundamental para las competencias profesionales (López, 2015).

8.7.4. Competencias emocionales y la inteligencia intrapersonal

De acuerdo con Gardner, la inteligencia intrapersonal tiene que ver con esas capacidades que ayudan a las personas desarrollar un modelo más cercano a lo que son ellas mismas, lo que permite utilizar dichas capacidades para poder tener un desenvolvimiento un tanto más eficiente en la vida diaria. El desarrollo de la inteligencia intrapersonal tiene relación con: el autoconocimiento, la autorregulación y la motivación. Es gracias a las habilidades intrapersonales que se puede penetrar, analizar y reflexionar acerca de los sentimientos y emociones, pudiendo entonces practicar la autoevaluación para poder comprender porque las personas son como son, lo que les permite conocer y comprender sus emociones y motivaciones. Algunas de las habilidades más importantes son (Fundación ASISPA, 2022):

- La conciencia emocional (autocomprensión), es aquella capacidad para tome conciencia de las emociones y de usar un lenguaje que permita interpretar de manera adecuada la interacción que existe entre emoción y comportamiento.
- Autocontrol: es aquella capacidad que se tiene para controlar y manejar impulsos y emociones de la manera más adecuada posible.
- Automotivación o motivación personal: es aquella capacidad por medio de la cual la persona se da a sí misma aquellas razones que le permitan

buscar inspiración o usar sus dificultades como un empuje hacia la consecución de sus objetivos.

- Autoconfianza o autoestima: tiene relación con la autovaloración de sí mismo, así como de la de la personalidad, las habilidades o las actitudes. La persona tiene la convicción de que es capaz de lograr todo lo que se propone, asimismo muestra seguridad en sus capacidades para la consecución de objetivos.
- Autodisciplina: la persona tiene la capacidad de realizar algo por sí mismo, no importando su estado emocional. Es llevar a cabo lo que se cumplió a sí mismo el individuo.

8.8. Teoría Gaia

La teoría Gaia fue propuesta por James Lovelock en su libro publicado en 1979 llamado "Gaia". Este autor se basa en información dada hace siglos por los griegos acerca de que la tierra es un organismo vivo. En ella, se establece que hay una red responsable de la autorregulación del planeta y una interrelación entre microorganismos, plantas y animales con el suelo, tierra, océanos y atmosfera; lo que hace concluir que la vida no se encuentra por casualidad en las condiciones adecuadas para su desarrollo en el planeta, sino la vida crea las condiciones para su existencia, acomodando todo para su fin. Se explica que la biosfera no solamente es el recopilado de fenómenos vivos, sino brota de la interacción y la reciprocidad de los fenómenos que conllevan a una totalidad tanto auto-reguladora como a auto-regulante (activo frente a las amenazas para poder existir) y esa totalidad se mira como un único organismo. Asimismo, el autor dice que la idea que se tiene acerca de que los mecanismos de regulación de Gaia la han de proteger siempre contra los daños que le puedan hacer los humanos por medio de la contaminación, es meramente una ilusión y un peligro para la humanidad, pues si se altera el ambiente puede existir una adaptación que afecté la vida humana. Lovelock menciona también que es necesario el desarrollo de una medicina

preventiva que mejore la salud del planeta, pues por medio del cambio climático se observa el daño que se le ha estado haciendo a través del tiempo y desafortunadamente los que cuentan con el poder económico, político y militar mundial, no han dejado de tener practicas que terminan afectando al planeta, a la paz mundial y a la calidad de vida de los ciudadanos del mundo (Jiménez, 2017).

8.9. Teorías de Damasio

Antonio Damasio cuenta con algunas teorías que tienen que ver con el campo de la neurociencia. A continuación se mencionan (mentes abiertas, 2024):

- Teoría de la síntesis del cuerpo. En esta teoría se afirma que la mente y el cuerpo están vinculados. De acuerdo con Damasio, las emociones son una parte importante de la experiencia humana y están unidas con las acciones corporales. Se considera que las emociones nacen del cerebro y que no son meras respuestas automáticas a los estímulos, sino aparecen después de un proceso complejo del que forman parte el cerebro, el cuerpo y el entorno.
- Teoría del marcador somático. En esta teoría se explica de que manera las emociones inciden al momento de tomar decisiones. De acuerdo con Damasio, los marcadores somáticos (que pueden ser positivos o negativos) son avisos que el cuerpo manda al cerebro respondiendo a un estímulo emocional. Estos marcadores permiten al cerebro tomar decisiones más ágiles y específicas.
- Teoría del cerebro social. En esta teoría, se habla de que las emociones y la interacción social tienen un vínculo. De acuerdo con Damasio, las emociones son parte importante de las relaciones sociales de las personas, las mismas permiten al individuo el poder conectarse con los demás, así como a crear uniones.

En una investigación (que tiene relación con lo que menciona Damasio), un grupo de individuos consideró que las emociones deberían considerarse en programas de educación emocional orientados hacia la construcción de la paz, pues involucran elementos conductuales, actitudinales y fisiológicos con tendencia a la protección, afectividad, creación de ambientes de convivencia positivos, entre otros. Contar con una paz positiva donde no existen peleas y se anhela la felicidad familiar y comunal, estimula ambientes de sana convivencia, afectividad y de cuidado (Tamayo *et al.*, 2018).

8.9. Teoría de los valores

La axiología, también conocida como “teoría de los valores”, más que hablar de sus conceptos, profundiza en su naturaleza y pertinencia, sin dar una estimación o juicio de manera personal o subjetiva acerca de ellos. En esta teoría se tiene presente la importancia de un valor, debido a que podría convertirse en una norma, porque establece que debe o no hacerse, ayuda a establecer un orden y categorías que si se convierten en rígidas llegan a reprimir la libertad y formar parte de castigos (como la indiferencia o rechazo por parte de la sociedad. Desde luego, los valores, han de ser entendidos de acuerdo al contexto de la sociedad en la que están presentes, pues varían respecto a la tradición y cultura; aunque no pasa lo mismo en el caso de las leyes, ya que aunque existan valores o una manera de pensar diferente en cada sociedad, no significa que se va a hacer lo que se desea o incluso infringir la ley (que no tiene excepciones y debe ser aplicada a todos por igual) (Coordinación de Universidad Abierta y Educación a Distancia [CUAED], UNAM, 2024).

En entonces que, si no se tiene el cuidado al diferenciarlos pueden afectar la calidad de vida y la paz de los ciudadanos del mundo (como las guerras, por ejemplo, pues no existe justificación para terminar con la vida de las personas por mostrar el poder político y económico de un país).

8.10. Teoría de Maslow

Calidad de vida

La calidad de vida tiene que ver con la satisfacción de las necesidades básicas, pero también con la libertad, la identidad, la creación, el autoestima, la participación y la autorrealización que forman parte de un sistema que está encaminado a la mejora de la calidad de vida. Esta, es utilizada en áreas de la salud, la educación, etc. La calidad de vida tiene que ver con el cumplimiento de las necesidades de Maslow, hace una agrupación de ellas de manera jerárquica en 5 niveles en su pirámide, donde los cuatro primeros hablan de las necesidades del déficit (que pueden ser satisfechas) y de las necesidades del ser (que impulsan continuamente); la últimas (las más altas), son consideradas una vez que se han satisfecho las otras 4. Los niveles son (Delgado, 2014):

- El fisiológico. En él se encuentran cuestiones como la respiración, la alimentación o el sexo.
- El de seguridad. Entre los que aparecen cuestiones de seguridad: física, de empleo, de recurso, moral, familiar, de salud, etc.
- El de afiliación. En este se encuentran la amistad, el afecto, etc.
- El de reconocimiento. Forman parte de él cuestiones como el autorreconocimiento, la confianza, el respeto, el éxito, etc.
- El de autorrealización. En él está presente la moralidad, la creatividad, la aceptación de hechos, la resolución de problemas, etc.

La paz

De acuerdo con Ortiz (2022, citando a Calderón, 2009), la paz a través de la pacifidad ha de ser afrontada por medio del respeto al individuo y a sus necesidades básicas, de las que forman parte el bienestar, la libertad, la identidad y la sobrevivencia, lo cual permite entonces reconsiderar otras alternativas para el desarrollo económico (e integral).

En este capítulo se ha hablado acerca de las “Teorías que contribuyen a explicar su relación con la paz y la calidad de vida”, las cuales son: la teoría del conocimiento, la teoría de la paz perpetua, la teoría de la paz democrática, la teoría de la educación para la paz desarrollada por H.B., la teoría compleja constructiva de la paz, la teoría de la inteligencia emocional, la teoría de las inteligencias múltiples, la teoría de los valores, las teorías de Damasio y la teoría de Maslow. A continuación, en el capítulo 9 “Propuesta metodológica de la investigación”, se presenta la propuesta metodológica en donde aparecen el método que se ha de emplear, los instrumentos, los programas estadísticos, los horizontes, la viabilidad y finalmente el alcance y el enfoque de la investigación.

Parte IV

Marco metodológico

Esta parte tiene como finalidad la presentación del Marco Metodológico. En primer lugar se hace mención de la propuesta metodológica de la investigación en donde se presentan el método que se ha de utilizar, los horizontes, la viabilidad y finalmente el alcance y el enfoque de la investigación. En segundo aparece la prueba piloto donde se describen el instrumento utilizado, su fiabilidad, su análisis estadístico y las pruebas estadísticas. Y finalmente, en tercer lugar aparece el análisis e interpretación de los resultados piloto donde se describen el instrumento utilizado, su fiabilidad, su análisis estadístico y las pruebas estadísticas.

Capítulo IX

Propuesta metodológica de la investigación

Como lo menciona Navarro (2011), desde un inicio la ciencia se ha valido de una serie de métodos y técnicas que se fundamentan en la lógica y la experiencia, de tal manera que por medio de ellos se establecen leyes y categorías. Así mismo, la ciencia está integrada por la teoría, el método y la técnica.

9.1. Método

Para poder hablar del método, se debe empezar a explicar que es la metodología, y es precisamente el conocimiento del método (Münch y ángeles, 2007, pp.13-14; citados por Navarro, 2011, p.183).

El método es entonces –desde el punto de vista científico- “un proceso lógico a través del cual se obtiene el conocimiento” (Navarro, 2011, p.183), así mismo es “la sucesión de pasos que se deben dar para descubrir nuevos conocimientos” (Münch y ángeles, 2007, pp.13-14, citados por Navarro, 2011, p.183).

Además, un método científico es “un conjunto de pasos que se siguen en la generación de conocimiento objetivo, avalado por una serie de reglas rigurosas que no den lugar a dudas que ese conocimiento se pueda justificar, teórica y empíricamente...” o lo que es lo mismo “...el conocimiento es verdadero” (Navarro, 2011, p.186).

El método científico que se utilizará en la presente investigación es el inductivo-deductivo:

- De lado inductivo “se utiliza el razonamiento para obtener conclusiones que parten de hechos particulares que son aceptados como válidos, para llegar a conclusiones, cuya aplicación sea de carácter general” (Navarro, 2011:194) es decir, va de lo particular a lo general.
- Del lado deductivo “inicia con el análisis de los postulados, teoremas, leyes, principios, etc., de aplicación universal y comprobada validez, para aplicarlos a soluciones o hechos particulares” (Navarro, 2011, p.194), o lo que es lo mismo, que parte de lo general para llegar a lo particular.

9.2. Horizonte temporal y espacial

El horizonte espacial de esta investigación son las facultades de la UMSNH de la ciudad de Morelia, Michoacán, en el período comprendido del 2020 al 2022.

9.3. Viabilidad

Las encuestas se han podido realizar por medio de dos vías: a través de *google forms* y de manera presencial abordando directamente a los estudiantes de licenciatura de la UMSNH.

9.4. Alcance de la investigación

Los principales alcances de esta investigación son descritos por Hernández-Sampieri *et al.* (2014):

- Descriptivo. Con esta investigación se pretende medir de manera precisa e independiente a cada una de las variables de estudio, para que se pueda

dimensionar la situación aquí estudiada. Su finalidad es mostrar de manera precisa la dimensión de la situación.

- Correlacional. Después se ha de evaluar el grado de asociación entre las variables, primero midiendo cada una, después se cuantifican, posteriormente se analizan y finalmente se establecen las vinculaciones. Estas correlaciones han de ser sustentadas en hipótesis sometidas a prueba, con la finalidad de saber de qué manera se puede comportar una variable al conocer el comportamiento de otra u otras variables que están incorporadas. La correlación puede llegar a ser positiva o negativa.
- Explicativo, Se busca encontrar las razones o causas que están provocando el fenómeno estudiado. Se centra principalmente en la explicación de cómo ocurre el fenómeno, en qué condiciones se manifiesta o por qué es que se relacionan las variables. Es un alcance más estructurado, pues integra parte de los alcances correlacional y descriptivo y además aporta un sentido de entendimiento del fenómeno estudiado.

9.5. Diseño de la investigación

Este diseño de investigación es de tipo no experimental transversal (Hernández-Sampieri *et al.*, 2014):

No experimental, pues no se manipularán variables de manera deliberada, sino que se han de observar situaciones ya existentes, de tal manera que las variables independientes ocurran y no se tenga el control de manera directa, ni se influya sobre ellas. Por lo tanto se ha de llevar a cabo una encuesta de opinión.

Es transversal debido a que se han de recolectar datos en un solo momento de la investigación.

9.6. Enfoque de investigación

El enfoque de esta investigación es mixto, Hernández-Sampieri *et al.* (2014) señalan:

Con respecto al enfoque cuantitativo, que este “utiliza la recolección de datos para probar las hipótesis con base en la medición numérica y el análisis estadístico, con el fin de establecer pautas de comportamiento y probar teorías” (Hernández-Sampieri *et al.*, 2014, p. 4).

Por su parte, el enfoque cualitativo, “utiliza la recolección y análisis de los datos para afinar las preguntas de investigación o revelar nuevas interrogantes en el proceso de interpretación” (Hernández-Sampieri *et al.*, 2014. p. 7).

Por lo tanto es mixto porque necesita de la parte cuantitativa para la medición de los datos, pero es preponderantemente cualitativo.

9.7. Recolección de datos

La encuesta de opinión es considerada por varios autores como un diseño o método (McLauren, 2014; Hernández-Sampieri *et al.* 2013; Creswell (2013^a); Mertens, 2010; Roberts, 2009; Groves *et al.*, 2009; Bowers (2008); y Julien (2008), citados por Hernández-Sampieri *et al.*, 2014), la cual está incluida en las investigaciones no experimentales transversales de tipo descriptivas o correlacionales-causales, debido a que su propósito va enfocado a uno u otro diseño o a ambos (Archeater, 2005, citado por Hernández-Sampieri *et al.*, 2014). Su instrumento es el cuestionario que puede ser aplicado de distintas formas, como: entrevistas en persona, por medios electrónicos, en grupo, etc. (Hernández-Sampieri *et al.*, 2014).

En el caso de esta investigación, las encuestas se realizaron de manera anónima a la comunidad universitaria mediante el uso *google forms* (medio electrónico) y de manera presencial en el periodo 2020-2022, presentándose

como “Encuesta de Calidad de Vida de los Estudiantes de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo” y las instrucciones fueron “Responde de acuerdo a las frases que se presentan a continuación. Los datos proporcionados son anónimos y se usarán solamente para fines estadísticos”. Se realizaron las encuestas.

9.7.1. Tamaño de la muestra

De conformidad con la naturaleza de la presente investigación, y en atención a los estudios señalados en líneas precedentes, se recurre al tipo de muestreo probabilístico (Vivanco, 2005, p. 81), en virtud de que es el tipo que mejor se ajusta para este análisis.

Siguiendo este orden de ideas, es importante señalar que el procedimiento del muestreo será de tipo estratificado proporcional. La selección es de tipo probabilística, debido a que se considera una muestra representativa de la población universitaria. Se pretende hacer estimaciones de las variables en los universitarios, midiendo y analizando éstas con pruebas estadísticas, en la que todos tienen una misma probabilidad de ser elegidos, así se tendrán valores muy parecidos entre la muestra y el total de la población, con un margen de error que puede ser calculado (Hernández-Sampieri *et al.*, 2014).

Para el cálculo de muestra, se utilizó la fórmula de población finita, determinando varianza máxima, debido a que no se tienen datos previos de varianza, se determinó un nivel de error de 5.0% y un nivel de confianza de 95% considerando que se tenga una validez estadística.

$$n = N (z)^2 (p)(q)$$

$$(N-1)(e)^2 + (z)(p)(q)$$

Así, partiendo de un universo de 38,790 estudiantes se determinó que las encuestas anónimas para aplicar serían 380 distribuidas en diferentes zonas

donde se encuentran estudiantes de licenciatura de la UMSNH (Ciudad Universitaria, facultades cerca del bosque Cuauhtémoc y las facultades cerca de la zona de la Unidad Deportiva Ejército de la Revolución [Venustiano]), en la ciudad de Morelia, Michoacán, México.

En donde:

Población (N)= 38,790

Nivel de confianza (95%) valor de Z de tablas= 1.965

p= 50%

q= 50%

Error (e)= $\pm 5.0\%$

Tamaño de muestra: 380.

9.7.2. Programa estadístico

Para poder cuantificar los valores obtenidos de la encuesta, fue necesario utilizar un programa que ayudara a codificarlos. En este caso el programa de análisis estadístico que se utilizó fue el *Statistical Package for the Social Sciences* [SPSS] (Hernández-Sampieri *et al.*, 2014).

9.7.3. Instrumento

Los instrumentos de medición sirven para registrar los datos observables en donde se representan las variables (Grinnell, Williams y Unrau, 2009, citados por Hernández-Sampieri *et al.*, 2014), así mismo como lo mencionan Bostwick y Kyte (2005 citados por Hernández-Sampieri *et al.*, 2014: 199), “la función de la medición es establecer una correspondencia entre el ‘mundo real’ y el

‘mundo conceptual’”, pues el primero proporciona evidencia de tipo empírico y el segundo modelos teóricos que permiten encontrar sentido a esa parte de realidad que se pretende describir.

En esta investigación debido a que una parte es cuantitativa se aplicaron instrumentos para medir las variables (Hernández-Sampieri *et al.*, 2014) contribuyendo en la estandarización y cuantificación los datos (Babbie, 2014; Bostwick y Kyte, 2005; citados por Hernández-Sampieri *et al.*, 2014). De modo que se operacionalizaron las variables de investigación determinando para cada una, las dimensiones comprendidas en ellas por medio de cuestionarios utilizados en encuestas.

En el diseño del cuestionario se incluyeron preguntas que abarcan dos variables dependientes que son calidad de vida y paz, 5 variables independientes que son estado de ánimo, salud y actividad física, satisfacción en las tareas, satisfacción con las interacciones libres y fundamentales, IE y competencias emocionales fundamentales, 12 dimensiones que son percepción del estado de salud y actividad física, percepción del estado de ánimo, satisfacción con las tareas del hogar, satisfacción con las tareas de los cursos, satisfacción general con la interacción, satisfacción con las actividades de tiempo libre, percepción de la conectividad, percepción de la adaptabilidad, conexión, organización y conflicto. Para la construcción del cuestionario se realizó una revisión de la literatura, para poder determinar cuáles de las variables son las que más inciden en el tema de investigación (modelo de las variables y matriz de congruencia en el anexo).

Las preguntas se realizaron de manera cerrada con cinco posibilidades de respuesta a los participantes a escala tipo likert que son “nada”, “un poco”, “medianamente”, “mucho” o “totalmente”, eligiendo la opción más cercana a su respuesta. El nivel de medición utilizado es el ordinal pues hay un orden jerárquico de las respuestas de menor a mayor (Hernández-Sampieri, 2014).

Así, para poder efectuar el análisis estadístico fue necesario codificar las respuestas de los estudiantes asignándoles valores numéricos y para que después pudieran ser transferidos al programa de análisis.

En el cuestionario se articulan las variables e indicadores de la matriz de correlación y del marco teórico, con lo que se pudo, después de aplicado y procesado a través de la generación de índices, comprobar las hipótesis de la investigación para de ahí plantear la construcción de sujetos territoriales que trabajen en la construcción de la calidad de vida plena y de paz proactiva (Ver anexo).

9.7.4. Fiabilidad del instrumento

La confiabilidad de un instrumento puede adquirir formas o expresiones diferentes al ser medida o estimada. Para medir la fiabilidad de este instrumento se utilizó el método alfa de Cronbach (propuesto por Lee J. Cronbach en el año de 1951), por medio de la escala tipo *likert* (también se puede realizar con cualquiera escala de opciones múltiples). Para poder determinar este coeficiente se calcula la correlación de cada ítem con cada uno de los otros. El valor de α es entonces el promedio de todos los coeficientes de correlación. La descripción de los reactivos se resume con el término homogeneidad y mientras más homogéneos sean, mayor será la consistencia, lo ideal es que las confiabilidades no sean menores a .80 (Quero, 2010).

De acuerdo a los resultados (que se pueden apreciar en la tabla 5), se obtuvo un resultado de .943 considerando los 65 ítems empleados en la encuesta, analizando un total de 374 encuestas aplicadas (Tabla 6). De manera que el instrumento puede considerarse con fiabilidad alta.

Para medir la fiabilidad del instrumento se utilizó el método alfa de Cronbach. De acuerdo a los resultados (que se pueden apreciar en la tabla 5), se obtuvo un resultado de .904 considerando los 65 ítems empleados en la encuesta, analizando un total de 380 encuestas realizadas (Tabla 6). De manera que el instrumento puede considerarse con fiabilidad alta.

Tabla 5. Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
.904	65

Fuente: Elaboración propia con base en los resultados del trabajo de campo (2022).

Tabla 6. Resumen de procesamiento de casos

		N	%
Casos	Válido	212	55.79
	Excluido ^a	168	44.21
	Total	380	100.0

Fuente: Elaboración propia con base en los resultados del trabajo de campo (2022).

En este capítulo se muestra la propuesta metodológica en donde se presentaron el método utilizado, los horizontes, la viabilidad, el alcance, el enfoque de la investigación y finalmente la recolección de los datos. A continuación, en el capítulo 9 “Análisis e Interpretación de Resultados”, se muestran los resultados del total de las encuestas realizadas a 380 estudiantes.

Capítulo X

Análisis e interpretación de los resultados

Los resultados sirven para determinar si la variable dependiente calidad de vida (con sus componentes estado de ánimo, salud y actividad física, satisfacción en las tareas, satisfacción con las interacciones libres y fundamentales) inciden en la paz (y sus componentes IE y competencias emocionales fundamentales) de los estudiantes de licenciatura de la UMSNH.

10.1. Análisis descriptivo

10.1.1. Tablas de frecuencia

En las tablas de frecuencias se enfatizan los ítems que tienen mayor tendencia hacia un lado o el otro, en el caso de la variable calidad de vida destacan:

- De su componente percepción con respecto al estado de salud y actividad física:
 - “Tiene buena coordinación en sus movimientos”: mucho 125, totalmente 112, medianamente 99, un poco 38 y nada 6 (Tabla 7).
 - “Su memoria funciona bien”: mucho 137, medianamente 136, totalmente 54, un poco y nada 10 (Tabla 8).
 - “Siente que se recupera fácilmente de sus problemas de salud”: mucho 122, medianamente 93, totalmente 90, un poco 53 y nada 22. (Tabla 9).

Tabla 7. Ítem “Tengo buena coordinación en mis movimiento”

	Frecuencia	Porcentaje
1) Nada	6	1.6
2) Un poco	38	10.0
3) Medianamente	99	26.1
4) Mucho	125	32.9
5) Totalmente	112	29.5
Total	380	100.0

Fuente: Elaboración propia con base en los resultados del trabajo de campo (2022).

Tabla 8. Ítem “Mi memoria funciona bien”

	Frecuencia	Porcentaje
1) Nada	10	2.6
2) Un poco	43	11.3
3) Medianamente	136	35.8
4) Mucho	137	36.1
5) Totalmente	54	14.2
Total	380	100.0

Fuente: Elaboración propia con base en los resultados del trabajo de campo (2022).

Tabla 9. Ítem “Siento que me recupero fácilmente de mis problemas de salud”

	Frecuencia	Porcentaje
1) Nada	22	5.8
2) Un poco	53	13.9
3) Medianamente	93	24.5
4) Mucho	122	32.1
5) Totalmente	90	23.7
Total	380	100.0

Fuente: Elaboración propia con base en los resultados del trabajo de campo (2022).

Entonces se puede observar que los estudiantes en su mayoría consideran que tienen mucha o totalmente coordinación en sus movimientos (62.4%), también consideran que “mucho” funciona su memoria bien (36.1%) y finalmente consideran que “mucho” sienten que se recuperan fácilmente de sus problemas de salud. Así, de acuerdo con su opinión, tienden a contar con buena coordinación, buen funcionamiento de memoria y recuperación fácil de los problemas de salud.

- De su componente percepción del estado de ánimo:
 - “Está interesado en cuidar su aspecto físico y su higiene personal”: totalmente 168, muchos 145, medianamente 45, un poco 13 y nada 9 (tabla 10).
 - “Son capaces de cuidar de sí mismos”: mucho 148, totalmente 133, medianamente 66, un poco 24 y nada 9 (tabla 11).

Tabla 10. Ítem “Estoy interesada (o) en cuidar mi aspecto físico y mi higiene personal”

	Frecuencia	Porcentaje
1) Nada	9	2.4
2) Un poco	13	3.4
3) Medianamente	45	11.8
4) Mucho	145	38.2
5) Totalmente	168	44.2
Total	380	100.0

Fuente: Elaboración propia con base en los resultados del trabajo de campo (2022).

Tabla 11. Ítem “Soy capaz de cuidar de mi misma (o)”

	Frecuencia	Porcentaje
1) Nada	9	2.4
2) Un poco	24	6.3
3) Medianamente	66	17.4
4) Mucho	148	38.9
5) Totalmente	133	35.0
Total	380	100.0

Fuente: Elaboración propia con base en los resultados del trabajo de campo (2022).

Se puede observar que los estudiantes en su mayoría consideran que tienen “totalmente” (44.2%) o “mucho” (38.2%) interés en cuidar sus aspecto físico y su higiene personal y también consideran que “mucho” (38.9%) y “totalmente” (35%) son capaces de cuidar de sí mismos. Así, de acuerdo con su opinión, tienden a cuidar su aspecto físico y su higiene personal, así como de cuidar de sí mismos.

- De su componente satisfacción en las tareas del hogar:

- “Está satisfecha (o) con la compra de comida u otros artículos para la casa”: mucho 144, totalmente 109, medianamente 75, un poco 39 y nada 13 (tabla 12).

Tabla 12. Ítem “Está satisfecha (o) en la manera en la que limpia su habitación/vivienda/casa”

	Frecuencia	Porcentaje
1) Nada	13	3.4
2) Un poco	39	10.3
3) Medianamente	75	19.7
4) Mucho	144	37.9
5) Totalmente	109	28.7
Total	380	100.0

Fuente: Elaboración propia con base en los resultados del trabajo de campo (2022).

Tabla 13. Ítem “Se siente satisfecha (o) con la compra de comida u otros artículos para la casa”

	Frecuencia	Porcentaje
1) Nada	8	2.1
2) Un poco	34	8.9
3) Medianamente	95	25.0
4) Mucho	111	29.2
5) Totalmente	132	34.7
Total	380	100.0

Fuente: Elaboración propia con base en los resultados del trabajo de campo (2022).

- “Se siente satisfecha (o) con la compra de comida u otros artículos para la casa”: totalmente 132, mucho 111, medianamente 95, un poco 34 y nada 8 (tabla 13).
- “Se siente satisfecha (o) con la preparación de comida”: totalmente 129, mucho 125, medianamente 72, un poco 40 y nada 14 (tabla 14).
- “Siente satisfacción general con las tareas de la casa”: mucho 132, medianamente 105, totalmente 88, un poco 37 y nada 18 (tabla 15).

Tabla 14. Ítem “Se siente satisfecha (o) con la preparación de la comida”

	Frecuencia	Porcentaje
1) Nada	14	3.7
2) Un poco	40	10.5
3) Medianamente	72	18.9
4) Mucho	125	32.9
5) Totalmente	129	33.9
Total	380	100.0

Fuente: Elaboración propia con base en los resultados del trabajo de campo (2022).

- “Siente satisfacción general en cuanto a la situación de alojamiento y vivienda”: totalmente 144, mucho 131, medianamente 67, un poco 31 y nada 7 (tabla 16).

Tabla 15. ítem “Siente satisfacción general con la tareas de la casa”.

	Frecuencia	Porcentaje
1) Nada	18	4.7
2) Un poco	37	9.7
3) Medianamente	105	27.6
4) Mucho	132	34.7
5) Totalmente	88	23.2
Total	380	100.0

Fuente: Elaboración propia con base en los resultados del trabajo de campo (2022).

Tabla 16. Ítem “Siente satisfacción general en cuanto a la situación de alojamiento y vivienda”

	Frecuencia	Porcentaje
1) Nada	7	1.8
2) Un poco	31	8.2
3) Medianamente	67	17.6
4) Mucho	131	34.5
5) Totalmente	144	37.9
Total	380	100.0

Fuente: Elaboración propia con base en los resultados del trabajo de campo (2022).

Se puede observar que los estudiantes en su mayoría están muy o totalmente satisfechos en la manera en la que limpian su habitación, vivienda o casa(66.6%),

también se sienten totalmente o muy satisfechos con la compra de comida u otros artículos para la casa (63.9%), se sienten satisfechos totalmente o mucho con la preparación de la comida (66.8%), además sienten mucha satisfacción general con las tareas de la casa (34.7%), y se sienten totalmente satisfechos en cuanto a la situación de alojamiento y vivienda (72.4%). Así, de acuerdo con su opinión, los estudiantes están totalmente o muy satisfechos en como limpian y hacen las tareas del hogar, con la compra de comida u otros artículos para el hogar, con la preparación de los alimentos y en general en cuanto a su alojamiento y vivienda.

- De su componente satisfacción en las tareas de los cursos:
 - “siente deseo por continuar con los cursos”: totalmente 130, mucho 113, medianamente 71, un poco 47 y nada 19 (tabla 17).

Tabla 17. Ítem “Siente deseo por continuar los cursos”

	Frecuencia	Porcentaje
1) Nada	19	5.0
2) Un poco	47	12.4
3) Medianamente	71	18.7
4) Mucho	113	29.7
5) Totalmente	130	34.2
Total	380	100.0

Fuente: Elaboración propia con base en los resultados del trabajo de campo (2022).

Se puede observar que los estudiantes sienten mucho (29.7%) o totalmente (34.2%) satisfacción por continuar con los cursos.

- De su componente satisfacción en las actividades de tiempo libre:
 - “¿Se siente satisfecho en general con las relaciones familiares?”: mucho 114, medianamente 99, totalmente 89, un poco 50 y nada 28 (tabla 18).

Tabla 18. Ítem “¿Se siente satisfecho en general con las relaciones familiares?”

	Frecuencia	Porcentaje
1) Nada	28	7.4
2) Un poco	50	13.2
3) Medianamente	99	26.1
4) Mucho	114	30.0
5) Totalmente	89	23.4
Total	380	100.0

Fuente: Elaboración propia con base en los resultados del trabajo de campo (2022).

- “¿Se siente satisfecho en general con la relaciones sociales?”: mucho 129, medianamente 118, totalmente 62, un poco 56 y nada 15 (tabla 19).
- Los estudiantes sienten mucha satisfacción en general con las relaciones familiares (30%), así como sienten mucha satisfacción en general con las relaciones sociales (33.9%).

Tabla 19. Ítem “¿Se siente satisfecho en general con las relaciones sociales?”

	Frecuencia	Porcentaje
1) Nada	15	3.9
2) Un poco	56	14.7
3) Medianamente	118	31.1
4) Mucho	129	33.9
5) Totalmente	62	16.3
Total	380	100.0

Fuente: Elaboración propia con base en los resultados del trabajo de campo (2022).

- De su componente satisfacción en general con la interacción:
 - “¿Siente satisfacción en general con la capacidad de participar en la vida diaria?”: medianamente 148, mucho 144, totalmente 49, un poco 26 y nada 13 (tabla 20).

- “¿Siente satisfacción en general con el deseo sexual, interés, rendimiento o desempeño?": mucho 129, medianamente 104, totalmente, un poco 53 y nada 23 (tabla 21).
- “¿Siente satisfacción en general con la situación económica?": mucho 141, medianamente 119, un poco 48, totalmente 44 y nada 28 (tabla 22).

Tabla 20. Ítem “¿Siente satisfacción en general con la capacidad de participar en la vida diaria?”

	Frecuencia	Porcentaje
1) Nada	13	3.4
2) Un poco	26	6.8
3) Medianamente	148	38.9
4) Mucho	144	37.9
5) Totalmente	49	12.9
Total	380	100.0

Fuente: Elaboración propia con base en los resultados del trabajo de campo (2022).

Tabla 21. Ítem “¿Siente satisfacción en general con el deseo sexual, interés, rendimiento o desempeño?”

	Frecuencia	Porcentaje
1) Nada	23	6.1
2) Un poco	53	13.9
3) Medianamente	104	27.4
4) Mucho	129	33.9
5) Totalmente	71	18.7
Total	380	100.0

Fuente: Elaboración propia con base en los resultados del trabajo de campo (2022).

Los estudiantes sienten entre medianamente y mucha satisfacción en general con la capacidad de participar en la vida diaria, sienten mucha satisfacción en general con el deseo sexual, interés, rendimiento o desempeño (33.9%) y sienten mucha satisfacción en general con la situación económica.

Tabla 22. Ítem “¿Siente satisfacción en general con la situación económica?”

	Frecuencia	Porcentaje
1) Nada	28	7.4
2) Un poco	48	12.6
3) Medianamente	119	31.3
4) Mucho	141	37.1
5) Totalmente	44	11.6
Total	380	100.0

Fuente: Elaboración propia con base en los resultados del trabajo de campo (2022).

Así, en general se puede observar de la variable calidad de vida con respecto a cada componente lo siguiente:

- Del componente “percepción del estado de salud y actividad física” destaca que seleccionaron en su mayoría la opción “mucho” en cuanto a que su memoria funciona bien, se recuperan fácilmente de sus problemas de salud y que tienen buena coordinación en sus movimientos.
- En cuanto al componente “estado de ánimo” destaca que seleccionaron en su mayoría la opción “totalmente” en cuanto a que están interesados en cuidar su estado físico e higiene personal y en “mucho” de que son capaces de cuidar de sí mismos.
- Respecto al componente “satisfacción en las tareas del hogar” destaca que seleccionaron en su mayoría la opción “totalmente” en cuanto a que se sienten satisfechos con la compra de la comida u otros artículos de la casa, se sienten satisfechos en general en la situación de alojamiento y vivienda y satisfechos con la preparación de la comida; y la opción “mucho” en cuanto a que se sienten satisfechos en general con las tareas de la casa.
- Con relación al componente “satisfacción en las tareas de los cursos” destaca que seleccionaron en su mayoría la opción “totalmente” en cuanto a que sienten deseo por continuar con los cursos.

- En consideración a el componente “satisfacción en las actividades de tiempo libre” destaca que seleccionaron en su mayoría la opción “mucho” que se sienten satisfechos en general con las relaciones familiares y en general con las relaciones sociales.
- Finalmente, del componente “satisfacción en general con la interacción” destaca que seleccionaron en su mayoría la opción “medianamente a mucho” en la satisfacción en general con la capacidad de participar en la vida diaria y “mucho” en que se sienten satisfechos en general con el deseo sexual, interés, rendimiento o desempeño y en general con la situación económica.

En el caso de la variable paz, destacan:

- De su componente percepción de la conectividad:
 - “¿Te han llamado de alguna forma que te ha lastimado emocionalmente?”: nada 176, un poco 67, medianamente 66, mucho 41 y totalmente 30 (tabla 23).

Tabla 23. Ítem “¿Te han llamado de alguna forma que te han lastimado emocionalmente?”

	Frecuencia	Porcentaje
1) Totalmente	30	7.9
2) Mucho	41	10.8
3) Medianamente	66	17.4
4) Un poco	67	17.6
5)= Nada	176	46.3
Total	380	100.0

Fuente: Elaboración propia con base en los resultados del trabajo de campo (2022).

Los estudiantes consideran en su mayoría que “nada” (46.3%) les han llamado de alguna manera en la que los han lastimado emocionalmente.

- De su componente percepción de adaptabilidad:

- “Generalmente, ¿Te sientes fuera de lugar en tu hogar?: nada 182, medianamente 85, un poco 65, totalmente 29 y mucho 19 (tabla 24).
- “Generalmente, ¿Te sientes fuera de lugar en tu escuela?": nada 137, un poco 94, medianamente 87, mucho 33 y totalmente 29 (tabla 25).
- Los estudiantes consideran en su mayoría que “nada” (46.3%) se sienten fuera de lugar en su hogar, asimismo con respecto a que “nada” (36.1%) se sienten fuera de lugar en su escuela.

Tabla 24. Ítem “Generalmente, ¿Te sientes fuera de lugar en tu hogar?”

	Frecuencia	Porcentaje
1) Totalmente	29	7.6
2) Mucho	19	5.0
3) Medianamente	85	22.4
4) Un poco	65	17.1
5)= Nada	182	47.9
Total	380	100.0

Fuente: Elaboración propia con base en los resultados del trabajo de campo (2022).

Tabla 25. Ítem “Generalmente, ¿Te sientes fuera de lugar en tu escuela?”

	Frecuencia	Porcentaje
1) Totalmente	29	7.6
2) Mucho	33	8.7
3) Medianamente	87	22.9
4) Un poco	94	24.7
5)= Nada	137	36.1
Total	380	100.0

Fuente: Elaboración propia con base en los resultados del trabajo de campo (2022).

- De su componente percepción de la vulnerabilidad:
 - “¿Te has sentido vulnerable en tu integridad física?": un poco 127, medianamente 97, nada 94, mucho 41 y totalmente 24 (tabla 26).

- “¿Te has sentido vulnerable en tu integridad emocional?”: un poco 119, medianamente 102, mucho 61, nada 53 y totalmente 45 (tabla 27).

Tabla 26. Ítem “¿Te has sentido vulnerable en tu integridad física?”

	Frecuencia	Porcentaje
1) Totalmente	24	6.3
2) Mucho	41	10.8
3) Medianamente	97	25.5
4) Un poco	127	33.4
5)= Nada	91	23.9
Total	380	100.0

Fuente: Elaboración propia con base en los resultados del trabajo de campo (2022).

Tabla 27. Ítem “¿Te has sentido vulnerable en tu integridad emocional?”

	Frecuencia	Porcentaje
1) Totalmente	45	11.8
2) Mucho	61	16.1
3) Medianamente	102	26.8
4) Un poco	119	31.3
5)= Nada	53	13.9
Total	380	100.0

Fuente: Elaboración propia con base en los resultados del trabajo de campo (2022).

Los estudiantes consideran en su mayoría que “un poco” (33.4%) se han sentido vulnerables en su integridad física, asimismo con respecto a que “un poco” (31.3%) se han sentido vulnerables en su integridad física.

- De su componente de conexión:
 - “¿Tienes un(a) buen(a) amigo (a)?”: totalmente 199, mucho 85, medianamente 53, un poco 28 y nada 15 (tabla 28).
 - “¿Tienes buenas (os) amigas (os)?”: totalmente 160, mucho 95, medianamente 70, un poco 36 y nada 19 (tabla 29).

- “¿Tienes amigas (os) en tu vecindario?”: totalmente 141, mucho, medianamente 74, nada 52 y un poco 29 (tabla 30).

Tabla 28. Ítem “¿Tienes un(a) buen(a) amigo (a)?”

	Frecuencia	Porcentaje
1) Nada	15	3.9
2) Un poco	28	7.4
3) Medianamente	53	13.9
4) Mucho	85	22.4
5) Totalmente	199	52.4
Total	380	100.0

Fuente: Elaboración propia con base en los resultados del trabajo de campo (2022).

Tabla 29. Ítem “¿Tienes buenas(os) amigas(os)?”

	Frecuencia	Porcentaje
1) Nada	19	5.0
2) Un poco	36	9.5
3) Medianamente	70	18.4
4) Mucho	95	25.0
5) Totalmente	160	42.1
Total	380	100.0

Fuente: Elaboración propia con base en los resultados del trabajo de campo (2022).

- “¿Tienes amigos en los que confías?”: totalmente 166, mucho 88, medianamente 68, un poco 43 y nada 15 (tabla 31).

Tabla 30. Ítem “¿Tienes amigas(os) en tu vecindario?”

	Frecuencia	Porcentaje
1) Nada	52	13.7
2) Un poco	29	7.6
3) Medianamente	74	19.5
4) Mucho	84	22.1
5) Totalmente	141	37.1
Total	380	100.0

Fuente: Elaboración propia con base en los resultados del trabajo de campo (2022).

- “¿Tienes familiares en los que confías?”: totalmente 164, medianamente 82, mucho 70 y un poco 45 (tabla 32).

Tabla 31. Ítem “¿Tienes amigas(os) en las(os) que confías?”

	Frecuencia	Porcentaje
1) Nada	15	3.9
2) Un poco	43	11.3
3) Medianamente	68	17.9
4) Mucho	88	23.2
5) Totalmente	166	43.7
Total	380	100.0

Fuente: Elaboración propia con base en los resultados del trabajo de campo (2022).

Tabla 32. Ítem “¿Tienes familiares en los que confías?”

	Frecuencia	Porcentaje
1) Nada	19	5.0
2) Un poco	45	11.8
3) Medianamente	82	21.6
4) Mucho	70	18.4
5) Totalmente	164	43.2
Total	380	100.0

Fuente: Elaboración propia con base en los resultados del trabajo de campo (2022).

Los estudiantes consideran en su mayoría que “totalmente” tienen un buen amigo (52.4%), buenos amigos en general (42.1%), buenos amigos en su vecindario (37.1%), amigos en los que confían (43.7%) y familiares en los que confían (43.2%).

- De su componente de conflicto:
 - “¿Has tenido alguna discusión en donde hayan lastimado a alguien o incluso tu hayas salido lastimado?": nada 167, un poco 80, totalmente 53, medianamente 48, y mucho 32 (tabla 33).
 - “¿Tienes un grupo de amigos con los que nunca has peleado?": totalmente 146, nada 78, medianamente 56, mucho 54, y un poco 46 (tabla 34).
 - “¿Alguna vez has sido lastimado físicamente por alguien?": nada 197, medianamente 58, un poco 55, mucho 29 y totalmente 41 (tabla 35).

- “¿Alguna vez has lastimado físicamente a alguien?": nada 206, un poco 69, medianamente 58, totalmente 31 y mucho 16 (tabla 36).

Tabla 33. Ítem “¿Has tenido alguna discusión en donde hayan lastimado a alguien (o incluso tu hayas salido lastimado?)”

	Frecuencia	Porcentaje
1) Totalmente	53	13.9
2) Mucho	32	8.4
3) Medianamente	48	12.6
4) Un poco	80	21.1
5)= Nada	167	43.9
Total	380	100.0

Fuente: Elaboración propia con base en los resultados del trabajo de campo (2022).

Tabla 34. Ítem” ¿Tienes un grupo de amigos con los que nunca has peleado?”

	Frecuencia	Porcentaje
1) Nada	78	20.5
2) Un poco	46	12.1
3) Medianamente	56	14.7
4) Mucho	54	14.2
5) Totalmente	146	38.4
Total	380	100.0

Fuente: Elaboración propia con base en los resultados del trabajo de campo (2022).

Tabla 35. Ítem “¿Alguna vez has sido lastimado físicamente por alguien?”

	Frecuencia	Porcentaje
1) Totalmente	41	10.8
2) Mucho	29	7.6
3) Medianamente	58	15.3
4) Un poco	55	14.5
5)= Nada	197	51.8
Total	380	100.0

Fuente: Elaboración propia con base en los resultados del trabajo de campo (2022).

- “¿Has sido sacada (o) de clases, de una sesión de trabajo o de una junta vecinal?": nada 257, un poco 52, medianamente 37, totalmente 22 y mucho 12 (tabla 37).

- “¿Alguna vez has recurrido o sido citada (o) a alguna reunión de mediación por una discusión o pelea?": nada 254, un poco 58, medianamente 29, totalmente 22 y mucho 17 (tabla 38).

Tabla 36. Ítem “¿Alguna vez has lastimado físicamente a alguien?”

	Frecuencia	Porcentaje
1) Totalmente	31	8.2
2) Mucho	16	4.2
3) Medianamente	58	15.3
4) Un poco	69	18.2
5)= Nada	206	54.2
Total	380	100.0

Fuente: Elaboración propia con base en los resultados del trabajo de campo (2022).

- “¿Te has visto involucrada (o) en una pelea en la que no tuvieras que ver en algún lugar “x”?": nada 260, un poco 45, medianamente 36, totalmente 27 y mucho 12 (tabla 39).
- “¿Has sido responsable de organizar una pelea en algún lugar “x”?": nada 322, medianamente 21, un poco 17, mucho 9 y totalmente 11 (tabla 40).

Tabla 37. Ítem “¿Tú has sido sacada(o) de clases, de una sesión de trabajo o de una junta vecinal?”

	Frecuencia	Porcentaje
1) Totalmente	22	5.8
2) Mucho	12	3.2
3) Medianamente	37	9.7
4) Un poco	52	13.7
5)= Nada	257	67.6
Total	380	100.0

Fuente: Elaboración propia con base en los resultados del trabajo de campo (2022).

Tabla 38. Ítem “¿Alguna vez has recurrido o sido citada(o) a alguna reunión de mediación por una discusión o pelea?”

	Frecuencia	Porcentaje
1) Totalmente	22	5.8
2) Mucho	17	4.5
3) Medianamente	29	7.6
4) Un poco	58	15.3
5)= Nada	254	66.8
Total	380	100.0

Fuente: Elaboración propia con base en los resultados del trabajo de campo (2022).

Tabla 39. “¿Te has visto involucrada(o) en una pelea en la que no tuvieras que ver en algún lugar "x"?”

	Frecuencia	Porcentaje
1) Totalmente	27	7.1
2) Mucho	12	3.2
3) Medianamente	36	9.5
4) Un poco	45	11.8
5)= Nada	260	68.4
Total	380	100.0

Fuente: Elaboración propia con base en los resultados del trabajo de campo (2022).

Los estudiantes consideran en su mayoría que “nada” acerca de si han tenido alguna discusión en donde hayan lastimado a alguien o incluso hayan sido lastimados (43.9%); si han sido lastimados físicamente por alguien (51.8%) o si han lastimado ellos físicamente a alguien (54.2%); si han sido sacados de clases, de una sesión de trabajo o de una junta vecinal (67.6%); si han recurrido alguna

Tabla 40. Ítem “¿Has sido responsable de organizar una pelea en algún lugar "x"?”

	Frecuencia	Porcentaje
1) Totalmente	11	2.9
2) Mucho	9	2.4
3) Medianamente	21	5.5
4) Un poco	17	4.5
5)= Nada	322	84.7
Total	380	100.0

Fuente: Elaboración propia con base en los resultados del trabajo de campo (2022).

vez o han sido citados a alguna reunión de mediación por una discusión o pelea (66.8%); si se han visto involucrados en una pelea en la que no tuviera que ver, en algún lugar “x” (68.4%); y si han sido responsables de organizar una pelea en algún lugar “x”(84.7%). Por otra parte consideran en su mayoría que “totalmente” tienen un grupo de amigos con los que nunca han peleado.

- De su componente de organización:
 - “¿Has recibido dispositivos y operativos de seguridad en tu ambiente en general?”: nada 191, un poco 77, medianamente 77, mucho 22 y totalmente 13 (tabla 41).

Tabla 41. Ítem “¿Has recibido dispositivos y operativos de seguridad en tu ambiente en general?”

	Frecuencia	Porcentaje
1) Nada	191	50.3
2) Un poco	77	20.3
3) Medianamente	77	20.3
4) Mucho	22	5.8
5) Totalmente	13	3.4
Total	380	100.0

Fuente: Elaboración propia con base en los resultados del trabajo de campo (2022).

- “¿Vecinos, maestros, familiares y/o compañeros de trabajo se han organizado para la supervisión de la seguridad?”: nada 138, un poco 88, medianamente 96, mucho 36 y totalmente 22 (tabla 42).
- “¿Tú y tus compañeros de grupo escolar se han organizado para la supervisión de la seguridad?”: nada 211, un poco 78, medianamente 57, mucho 21 y totalmente 13 (tabla 43).

Tabla 42. Ítem “¿Vecinos, maestros, familiares y/o compañeros de trabajo se han organizado para la supervisión de la seguridad?”

	Frecuencia	Porcentaje
1) Nada	138	36.3
2) Un poco	88	23.2
3) Medianamente	96	25.3
4) Mucho	36	9.5
5) Totalmente	22	5.8
Total	380	100.0

Fuente: Elaboración propia con base en los resultados del trabajo de campo (2022).

Tabla 43. Ítem “¿Tú y tus compañeros de grupo escolar se han organizado para la supervisión de la seguridad?”

	Frecuencia	Porcentaje
1) Nada	211	55.5
2) Un poco	78	20.5
3) Medianamente	57	15.0
4) Mucho	21	5.5
5) Totalmente	13	3.4
Total	380	100.0

Fuente: Elaboración propia con base en los resultados del trabajo de campo (2022).

Los estudiantes consideran en su mayoría que “nada” acerca de haber recibido dispositivos y operativos de seguridad; de igual manera “nada” se han organizado para la supervisión de la seguridad ellos con sus vecinos, familiares, vecinos, maestros y compañeros de trabajo; y asimismo “nada” se han organizado para la supervisión de la seguridad ellos y sus compañeros de grupo escolar.

Desviación estándar y media

De acuerdo al análisis estadístico obtenido se tiene que:

- El universo (N) fue de un total de 380 estudiantes de la UMSNH.
- La desviación estándar (DS) fue de 1.15, que representa la dispersión de los datos, lo que significa que de la media (μ) que es 3.40 de los datos las

respuestas oscilan entre el 2.24 que es “poco” y 4.55 que es “mucho”. Así:

- Dimensiones de Calidad de vida:
 - **La percepción con respecto al estado de salud y actividad física**, la DS fue de 1.095 lo que significa que de la media (μ) que es de 3.11 los datos oscilan entre 2.01 que es “poco” y 4.21 que es “mucho”. Y los ítems son con respecto a “me siento descansado (a)” con DS de 1.036 y μ de 2.61, “siento que duermo lo suficiente” con DS de 1.041 y μ de 2.66, “tengo buena coordinación en mis movimientos” con DS de 1.027 y μ de 3.79, “mi memoria funciona bien” con DS de 0.959 y μ de 3.48, “estoy satisfecho(a) con mi estado de salud física” con DS de 1.143 y μ de 3.08, “siento que mi actividad física cotidiana es satisfactoria” con DS de 1.16 y μ de 2.87, “siento que mi actividad física deportiva es satisfactoria” con DS de 1.282 y μ de 2.68, “me siento satisfecho (a) con mi salud en general” con DS de 1.05 y μ de 3.30 y “siento que me recupero fácilmente de mis problemas de salud con DS de 1.163 y μ de 3.54 (tabla 44).
 - **La percepción con respecto al estado de ánimo**, la DS fue de 1.10 lo que significa que de la media (μ) de 3.30 los datos oscilan entre 2.20 que es “poco” y 4.40 que es “mucho”. Los ítems son con respecto a “siento la mente despejada” con DS de 1.08 y μ de 2.65, “estoy a gusto con mi estado físico” con DS de 1.207 y μ de 3.11, “estoy interesado en cuidar mi estado físico y mi higiene personal” con DS de 0.937 y μ de 4.18, “me siento relajado (a)” con DS de 1.146 y μ de 2.73, “soy capaz de cuidar de mí mismo (a)” con DS de 0.996 y μ de 3.98 y “estoy satisfecho (a) en general con mi estado de ánimo” con DS de 1.231 y μ de 3.14 (tabla 45).
 - Con respecto a **las tareas del hogar**, la DS fue 1.07 lo que significa que de la media (μ) de 3.81 los datos oscilan entre 2.74 que es “poco” y 4.89

que es "mucho. Los ítems son con respecto a "está satisfecha (o) en la manera en la que limpia su habitación/vivienda/casa" con DS de 1.076 y μ de 3.78, "se siente satisfecha (o) con la compra de comida u otros artículos para la casa" con DS de 1.061 y μ de 3.86, "se siente satisfecha (o) con la preparación de la comida" con DS de 1.121 y μ de 3.83, "siente satisfacción general con la tareas de la casa" con DS de 1.087 y μ de 3.62 y "siente satisfacción general en cuanto a la situación de alojamiento y vivienda" con DS de 1.025 y μ de 3.98 (tabla 46).

- Con respecto a **la satisfacción de las tareas de los cursos** la DS fue 1.117 lo que significa que de la media (μ) de 3.48 los datos oscilan entre 2.36 que es "poco" y 4.6 que es "mucho. Los ítems son con respecto a "Siente deseo por continuar los cursos" con DS de 1.19 y μ de 3.76, "Está satisfecha (o) con los logros conseguidos en el trabajo de los cursos" con DS de 1.071 y μ de 3.54, "Se siente satisfecha (o) con la manera de comunicarse e intercambiar opiniones con facilidad con las(os) compañeras(os)" con DS de 1.11 y μ de 3.39, y "Se siente satisfecho con la manera de comunicarse e intercambiar opiniones con facilidad con las(os) profesoras(es)" con DS de 1.045 y μ de 3.24 (tabla 47).
- Con respecto a **la satisfacción con las actividades de tiempo libre**, la DS fue 1.098 lo que significa que de la media (μ) de 3.28 los datos oscilan entre 2.18 que es "poco" y 4.38 que es "mucho. Los ítems son con respecto a "tiempo que usa para actividades de ocio" con DS de 1.024 y μ de 2.97, "¿se concentra en las actividades de tiempo libre?" con DS de 1.086 y μ de 3.21, "¿se siente satisfecho en general con actividades de tiempo libre?" con DS de 1.134 y μ de 3.3, "¿se siente satisfecho en general con las relaciones familiares?" con DS de 1.195 y μ de 3.49 y "¿se siente satisfecho en general con las relaciones sociales?" con DS de 1.052 y μ de 3.44 (tabla 48).

- Con respecto **la satisfacción general en la interacción**, la DS fue 1.055 lo que significa que de la media (μ) de 3.41 los datos oscilan entre 2.35 que es “poco” y 4.46 que es “mucho”. Los ítems son con respecto a “¿Siente satisfacción en general con la capacidad de participar en la vida diaria?” con DS de 0.92 y μ de 3.5, “¿Siente satisfacción en general con el deseo sexual, interés, rendimiento o desempeño?” con DS de 1.126 y μ de 3.45, “Siente satisfacción en general con la situación económica?” con DS de 1.072 y μ de 3.33, “¿Siente satisfacción en general con la vida?” con DS de 1.11 y μ de 3.57, “¿Siente satisfacción en general con la vida estudiantil?” con DS de 1.04 y μ de 3.24 y “¿Siente satisfacción en general con las actividades laborales? (solo contestar si trabaja)” con DS de 1.059 y μ de 3.35 (tabla 49).

○ Dimensiones de la Paz

- La **percepción con respecto a la conectividad**, la DS fue 1.29 lo que significa que de la media (μ) de 3.28 los datos oscilan entre 1.19 que es “nada” y 3.38 que es “medianamente”. Los ítems son con respecto a “¿Te sientes sola (o) con los de tu vecindario?” con DS de 1.26 y μ de 3.93, “Si así es, a partir de ello ¿has aprendido algo?” con DS de 1.24 y μ de 3.73, “¿Te han llamado de alguna forma que te han lastimado emocionalmente?” con DS de 1.14 y μ de 3.42 y “¿Te has sentido sola (o) sin a quién acudir?” con DS de 1.03 y μ de 2.81 (tabla 50).
- La **percepción con respecto a la adaptabilidad**, la DS fue 1.17 lo que significa que de la media (μ) de 3.47 los datos oscilan entre 2.30 que es “poco” y 4.64 que es “mucho”. Los ítems son con respecto a “Generalmente, ¿Te sientes fuera de lugar en tu hogar?” con DS de 1.26 y μ de 3.93, “Generalmente, ¿Te sientes fuera de lugar en tu escuela?” con DS de 1.24 y μ de 3.73, “¿Sientes un ambiente seguro en torno a ti?” con DS de 1.14 y μ de 3.42, “Tú generalmente, ¿confías en la gente?” con DS de 1.03 y μ de 2.81 (tabla 51).

- La **percepción con respecto a la vulnerabilidad**, la DS fue 1.17 lo que significa que de la media (μ) de 3.32 los datos oscilan entre 2.15 que es “poco” y 4.49 que es “mucho”. Los ítems son con respecto a “¿Te has sentido vulnerable en tu integridad física?” con DS de 1.14 y μ de 3.58, “¿Te has sentido vulnerable en tu integridad emocional?” con DS de 1.21 y μ de 3.19, “En cuanto a vulnerabilidad física, ¿crees que puedes hacer algo para evitarla?” con DS de 1.11 y μ de 3.23 y “En cuanto a vulnerabilidad emocional, ¿crees que puedes hacer algo para evitarla?” con DS de 1.20 y μ de 3.28 (tabla 52).
- **Con respecto a la conexión**, la DS fue 1.24 lo que significa que de la media (μ) de 3.50 los datos oscilan entre 2.26 que es “poco” y 4.74 que es “mucho”. Los ítems son con respecto a “¿Tienes un(a) buen(a) amigo(a)?” con DS de 1.14 y μ de 4.12, “¿Tienes buenas(os) amigas(os)?” con DS de 1.19 y μ de 3.9, “¿Tienes amigas(os) en tu vecindario?” con DS de 1.40 y μ de 2.39, “¿Conoces a las personas de tu vecindario?” con DS de 1.28 y μ de 2.83, “¿Tienes amigas(os) en las(os) que confías?” con DS de 1.19 y μ de 3.91 y “¿Tienes familiares en los que confías?” con DS de 1.24 y μ de 3.83 (tabla 53).
- **Con respecto al conflicto**, la DS fue 1.29 lo que significa que de la media (μ) de 3.98 los datos oscilan entre 2.69 que es “poco” y 5.27 que es “totalmente”. Los ítems son con respecto a “¿Has tenido alguna discusión con alguien en el último mes?” con DS de 1.52 y μ de 3.13, “¿Has tenido alguna discusión en donde hayan lastimado a alguien (o incluso tu hayas salido lastimado)?” con DS de 1.45 y μ de 3.73, “¿Tienes un grupo de amigos con los que nunca has peleado?” con DS de 1.58 y μ de 3.38, “¿Alguna vez has sido lastimado físicamente por alguien?” con DS de 1.39 y μ de 3.89, “¿Alguna vez has lastimado físicamente a alguien?” con DS de 1.26 y μ de 4.06, “¿Tú has sido sacada(o) de clases, de una sesión de trabajo o de una junta vecinal?” con DS de 1.14 y μ de 4.34, “¿Alguna vez has recurrido o sido citada(o)

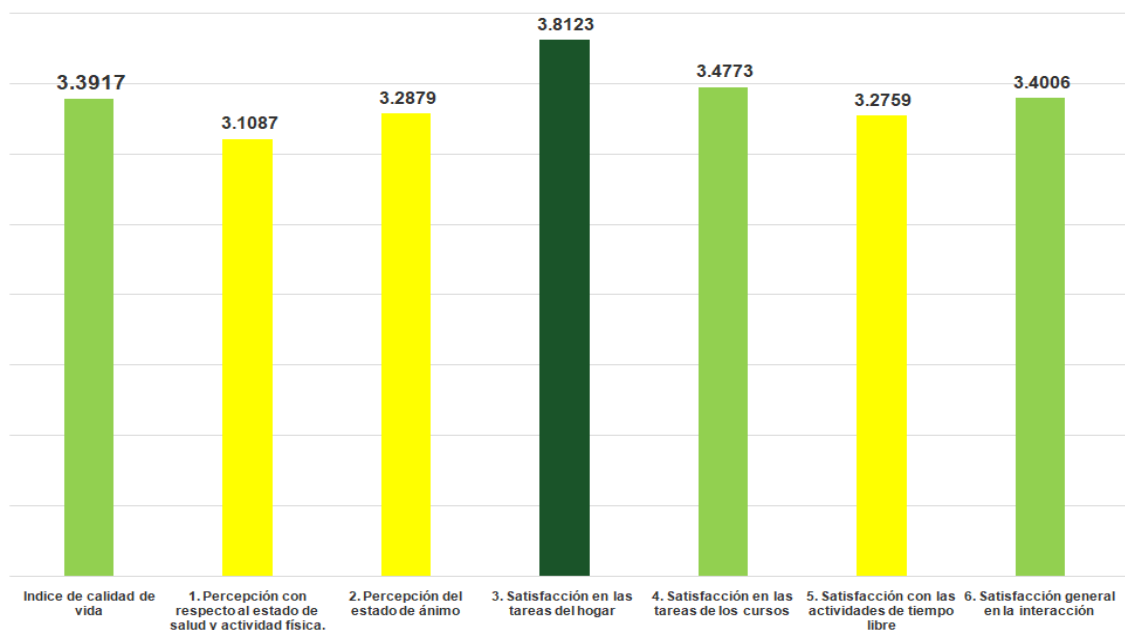
a alguna reunión de mediación por una discusión o pelea?” con DS de 1.16 y μ de 4.33, “¿Te has visto involucrada(o) en una pelea en la que no tuvieras que ver en algún lugar "x"?” con DS de 1.20 y μ de 4.31 y ¿Has sido responsable de organizar una pelea en algún lugar "x"? con DS de 0.91 y μ de 4.66. Prácticamente no se cuentan con conflictos (tabla 54).

- **Con respecto a la organización** la DS fue 1.14 lo que significa que de la media (μ) de 1.99 los datos oscilan entre 0.85 que es “nada” y 3.13 que es “medianamente”. Los ítems son con respecto a “¿Has recibido dispositivos y operativos de seguridad en tu ambiente en general?” con DS 1.11 y μ de 1.92, “¿Vecinos, maestros, familiares y/o compañeros de trabajo se han organizado para la supervisión de la seguridad?” con DS 1.21 y μ de 2.25 y “¿Tú y tus compañeros de grupo escolar se han organizado para la supervisión de la seguridad?” con DS 1.1 y μ de 1.81 (tabla 55).
- El promedio o media de esta investigación es de 3.40 lo que representa “medianamente” en promedio de respuesta. Resultando de la variable calidad de vida una media de 3.40, que representa “medianamente”, en donde la dimensión percepción con respecto al estado de salud y actividad física tiene una media de 3.11 (medianamente), la de percepción del estado de ánimo tiene una media de 3.30 (medianamente), la de satisfacción en las tareas del hogar tiene una media de 3.81 (medianamente), la de satisfacción en las tareas de los cursos tiene una media de 3.48 (medianamente), la de satisfacción con las actividades de tiempo libre tiene una media de 3.28 (medianamente) y la de satisfacción general en la interacción tiene una media de 3.41 (medianamente); y de la variable paz, la media es de 3.26 que representa “poco”, en donde la dimensión percepción de la conectividad tiene una media de 3.28 (medianamente), la dimensión percepción de adaptabilidad tienen una media de 3.47 (medianamente), la dimensión percepción de vulnerabilidad

tiene una media de 3.32 (medianamente), la dimensión conexión tiene una media 3.50 (medianamente), la dimensión conflicto tiene una media de 3.98 (medianamente) y la dimensión organización (seguridad) tiene una media de 1.99 (nada) (gráficas 8 y 9).

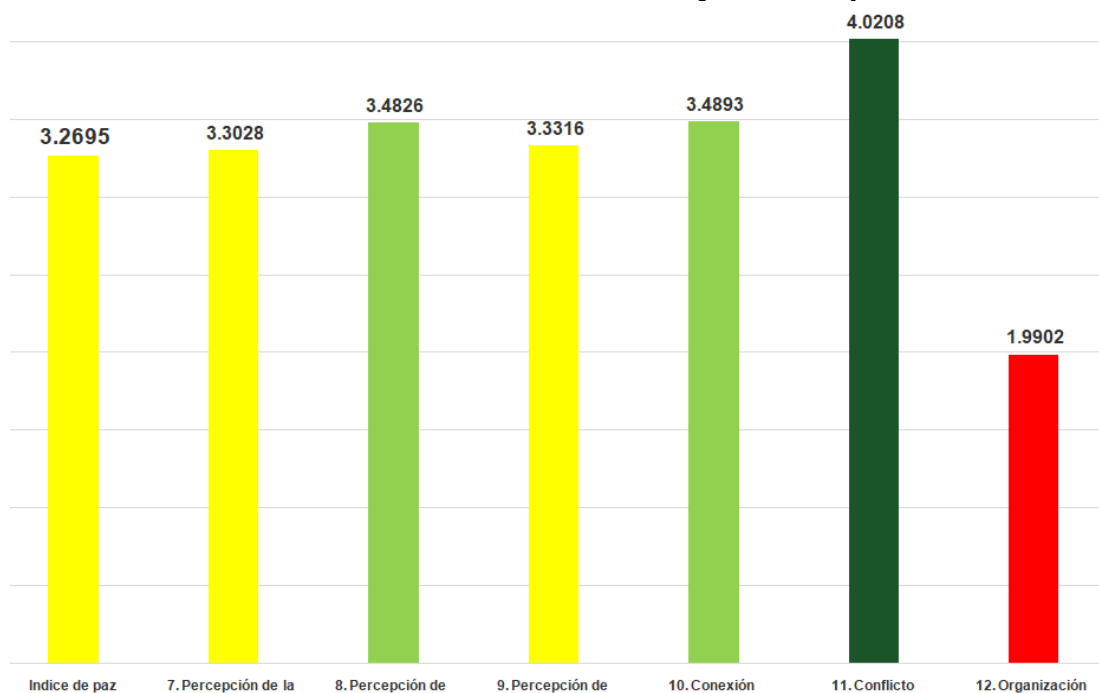
- En máximos y mínimos, en general el rango bajo es 1 y el más alto 5.

Gráfica 8. Media de la variable Calidad de Vida y sus componentes



Fuente: Elaboración propia con base en los resultados obtenidos del SPSS (2022).

Gráfica 9. Media de la variable Paz y sus componentes



Fuente: Elaboración propia con base en los resultados obtenidos del SPSS (2022).

Tabla 44. Análisis estadístico de la percepción con respecto al estado de salud y actividad física

	1. Me siento descansada (o)	2. Siento que duermo lo suficiente	3. Tengo buena coordinación en mis movimientos	4. Mi memoria funciona bien	5. Estoy satisfecha (o) con mi estado de salud física	6. Siento que mi actividad física cotidiana es satisfactoria	7. Siento que mi actividad física deportiva es satisfactoria	8. Me siento satisfecha (o) con mi salud en general	9. Siento que me recupero fácilmente de mis problemas de salud
Media	2.61	2.66	3.79	3.48	3.08	2.87	2.68	3.30	3.54
Error estándar de la media	.053	.053	.053	.049	.059	.059	.066	.054	.060
Mediana	3.00	3.00	4.00	4.00	3.00	3.00	3.00	3.00	4.00
Moda	3	3	4	4	3	3	2	3	4
Desviación estándar	1.036	1.041	1.027	.959	1.143	1.150	1.282	1.050	1.163
Varianza	1.073	1.084	1.055	.920	1.307	1.323	1.642	1.102	1.352
Mínimo	1	1	1	1	1	1	1	1	1
Máximo	5	5	5	5	5	5	5	5	5

Fuente: Elaboración propia con base en los resultados obtenidos del SPSS (2022).

Tabla 45. Análisis estadístico de la percepción del estado de ánimo

	10. Siento la mente despejada	11. Estoy a gusto con mi estado físico	12. Estoy interesada (o) en cuidar mi aspecto físico y mi higiene personal	13. Me siento relajada (o)	14. Soy capaz de cuidar de mi misma (o)	15. Estoy satisfecha (o) en general con mi estado de ánimo
Media	2.65	3.11	4.18	2.73	3.98	3.14
Error estándar de la media	.055	.062	.048	.059	.051	.063
Mediana	3.00	3.00	4.00	3.00	4.00	3.00
Moda	3	3	5	3	4	3
Desviación estándar	1.080	1.207	.937	1.146	.996	1.231
Varianza	1.167	1.456	.879	1.314	.992	1.515
Mínimo	1	1	1	1	1	1
Máximo	5	5	5	5	5	5

Fuente: Elaboración propia con base en los resultados obtenidos del SPSS (2022).

Tabla 46. Análisis estadístico de la satisfacción en las tareas del hogar

	16. Está satisfecha (o) en la manera en la que limpia su habitación/vivienda/casa	17. Se siente satisfecha (o) con la compra de comida u otros artículos para la casa	18. Se siente satisfecha (o) con la preparación de la comida	19. Siente satisfacción general con la tareas de la casa	20. Siente satisfacción general en cuanto a la situación de alojamiento y vivienda
Media	3.78	3.86	3.83	3.62	3.98
Error estándar de la media	.055	.054	.057	.056	.053
Mediana	4.00	4.00	4.00	4.00	4.00
Moda	4	5	5	4	5
Desviación estándar	1.076	1.061	1.121	1.087	1.025
Varianza	1.158	1.127	1.256	1.181	1.050
Mínimo	1	1	1	1	1
Máximo	5	5	5	5	5

Fuente: Elaboración propia con base en los resultados obtenidos del SPSS (2022).

Tabla 47. Análisis estadístico de la satisfacción en las tareas de los cursos

	21. Siente deseo por continuar los cursos	22. Está satisfecha (o) con los logros conseguidos en el trabajo de los cursos	23. Se siente satisfecha (o) con la manera de comunicarse e intercambiar opiniones con facilidad con las(os) compañeras(os)	24. Se siente satisfecho con la manera de comunicarse e intercambiar opiniones con facilidad con las(os) profesoras(es)
Media	3.76	3.54	3.39	3.24
Error estándar de la media	.061	.055	.057	.056
Mediana	4.00	4.00	3.00	3.00
Moda	5	3	3	3
Desviación estándar	1.191	1.071	1.110	1.095
Varianza	1.419	1.146	1.231	1.200
Mínimo	1	1	1	1
Máximo	5	5	5	5

Fuente: Elaboración propia con base en los resultados obtenidos del SPSS (2022).

Tabla 48. Análisis estadístico de la satisfacción con las actividades de tiempo libre

	25. Tiempo que usa para actividades de ocio	26. ¿Se concentra en las actividades de tiempo libre?	27. ¿Se siente satisfecho en general con actividades de tiempo libre?	28. ¿Se siente satisfecho en general con las relaciones familiares?	29. ¿Se siente satisfecho en general con las relaciones sociales?
Media	2.97	3.21	3.30	3.49	3.44
Error estándar de la media	.053	.056	.058	.061	.054
Mediana	3.00	3.00	3.00	4.00	4.00
Moda	3	3	3	4	4
Desviación estándar	1.024	1.086	1.134	1.195	1.052
Varianza	1.049	1.180	1.286	1.427	1.107
Mínimo	1	1	1	1	1
Máximo	5	5	5	5	5

Fuente: Elaboración propia con base en los resultados obtenidos del SPSS (2022).

Tabla 49. Análisis estadístico de la satisfacción general en la interacción

	30. ¿Siente satisfacción en general con la capacidad de participar en la vida diaria?	31. ¿Siente satisfacción en general con el deseo sexual, interés, rendimiento o desempeño?	32. ¿Siente satisfacción en general con la situación económica?	33. ¿Siente satisfacción en general con la vida?	34. ¿Siente satisfacción en general con la vida estudiantil?	35. ¿Siente satisfacción en general con las actividades laborales? (solo contestar si trabaja)
Media	3.50	3.45	3.33	3.57	3.24	3.35
Error estándar de la media	.047	.058	.055	.057	.053	.073
Mediana	4.00	4.00	3.00	4.00	3.00	3.00
Moda	3	4	4	3	3	3
Desviación estándar	.923	1.126	1.072	1.110	1.040	1.059
Varianza	.852	1.267	1.150	1.233	1.082	1.121
Mínimo	1	1	1	1	1	1
Máximo	5	5	5	5	5	5

Fuente: Elaboración propia con base en los resultados obtenidos del SPSS (2022).

Tabla 50. Análisis estadístico de la percepción de la conectividad

	36. ¿Te sientes sola (o) con los de tu vecindario?	37. Si así es, a partir de ello ¿has aprendido algo?	38. ¿Te han llamado de alguna forma que te han lastimado emocionalmente?	39. ¿Te has sentido sola (o) sin a quién acudir?
Media	3.38	2.51	3.84	3.39
Error estándar de la media	.061	.061	.068	.074
Mediana	3.00	2.00	4.00	4.00
Moda	3	3	5	5
Desviación estándar	1.191	1.193	1.326	1.448
Varianza	1.417	1.422	1.757	2.097
Mínimo	1	1	1	1
Máximo	5	5	5	5

Fuente: Elaboración propia con base en los resultados obtenidos del SPSS (2022).

Tabla 51. Análisis estadístico de la percepción de la adaptabilidad

	40. Generalmente, ¿Te sientes fuera de lugar en tu hogar?	41. Generalmente, ¿Te sientes fuera de lugar en tu escuela?	42. ¿Sientes un ambiente seguro en torno a tí?	43. Tú generalmente, ¿confías en la gente?
Media	3.93	3.73	3.42	2.81
Error estándar de la media	.065	.064	.059	.053
Mediana	4.00	4.00	3.00	3.00
Moda	5	5	3	3
Desviación estándar	1.260	1.247	1.142	1.031
Varianza	1.588	1.554	1.305	1.063
Mínimo	1	1	1	1
Máximo	5	5	5	5

Fuente: Elaboración propia con base en los resultados obtenidos del SPSS (2022).

Tabla 52. Análisis estadístico de la percepción de la vulnerabilidad

	44. ¿Te has sentido vulnerable en tu integridad física?	45. ¿Te has sentido vulnerable en tu integridad emocional?	46. En cuanto a vulnerabilidad física, ¿crees que puedes hacer algo para evitarla?	47. En cuanto a vulnerabilidad emocional, ¿crees que puedes hacer algo para evitarla?
Media	3.58	3.19	3.23	3.28
Error estándar de la media	.059	.062	.057	.062
Mediana	4.00	3.00	3.00	3.00
Moda	4	4	3	3
Desviación estándar	1.149	1.213	1.111	1.203
Varianza	1.321	1.471	1.235	1.448
Mínimo	1	1	1	1
Máximo	5	5	5	5

Fuente: Elaboración propia con base en los resultados obtenidos del SPSS (2022).

Tabla 53. Análisis estadístico de la conexión

	48. ¿Tienes un(a) buen(a) amigo (a)?	49. ¿Tienes buenas(os) amigas(os)?	50. ¿Tienes amigas(os) en tu vecindario?	51. ¿Conoces a las personas de tu vecindario?	52. ¿Tienes amigas(os) en las(os) que confías?	53. ¿Tienes familiares en los que confías?
Media	4.12	3.90	2.39	2.83	3.91	3.83
Error estándar de la media	.059	.061	.072	.066	.061	.064
Mediana	5.00	4.00	2.00	3.00	4.00	4.00
Moda	5	5	1	3	5	5
Desviación estándar	1.141	1.195	1.399	1.278	1.192	1.243
Varianza	1.303	1.427	1.958	1.634	1.420	1.546
Mínimo	1	1	1	1	1	1
Máximo	5	5	5	5	5	5

Fuente: Elaboración propia con base en los resultados obtenidos del SPSS (2022).

Tabla 54. Análisis estadístico de conflicto

	54. ¿Has tenido alguna discusión con alguien en el último mes?	55. ¿Has tenido alguna discusión en donde hayan lastimado a alguien (o incluso tu hayas salido lastimado)?	56. ¿Tienes un grupo de amigos con los que nunca has peleado?	57. ¿Alguna vez has sido lastimado físicamente por alguien?	58. ¿Alguna vez has lastimado físicamente a alguien?	59. ¿Tú has sido sacado(o) de clases, de una sesión de trabajo o de una junta vecinal?	60. ¿Alguna vez has recurrido o sido citado(o) a alguna reunión de mediación por una discusión o pelea?	61. ¿Te has visto involucrado(o) en una pelea en la que no tuvieras que ver en algún lugar "x"?	62. ¿Has sido responsable de organizar una pelea en algún lugar "x"?
Media	3.13	3.73	3.38	3.89	4.06	4.34	4.33	4.31	4.66
Error estándar de la media	.078	.074	.081	.071	.065	.059	.059	.062	.047
Mediana	3.00	4.00	4.00	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00
Moda	5	5	5	5	5	5	5	5	5
Desviación estándar	1.517	1.445	1.576	1.393	1.264	1.143	1.158	1.204	.910
Varianza	2.303	2.088	2.484	1.940	1.598	1.307	1.340	1.450	.827
Mínimo	1	1	1	1	1	1	1	1	1
Máximo	5	5	5	5	5	5	5	5	5

Fuente: Elaboración propia con base en los resultados obtenidos del SPSS (2022).

Tabla 55. Análisis estadístico de la organización

	63. ¿Has recibido dispositivos y operativos de seguridad en tu ambiente en general?	64. ¿Vecinos, maestros, familiares y/o compañeros de trabajo se han organizado para la supervisión de la seguridad?	65. ¿Tú y tus compañeros de grupo escolar se han organizado para la supervisión de la seguridad?
Media	1.92	2.25	1.81
Error estándar de la media	.057	.062	.056
Mediana	1.00	2.00	1.00
Moda	1	1	1
Desviación estándar	1.114	1.207	1.096
Varianza	1.241	1.456	1.200
Mínimo	1	1	1
Máximo	3	5	5

Fuente: Elaboración propia con base en los resultados obtenidos del SPSS (2022).

10.1.2. Coeficiente de correlación

Coeficiente de correlación de Pearson

Basándose en Cohen (Hernández *et al.*, 2018) (Tabla 56), se determina que la correlación que existe entre la calidad de vida y la paz es positiva fuerte con .630 (tabla 57); segundo, la correlación que tiene la variable calidad de vida con las dimensiones percepción con respecto al estado de salud y actividad física,

percepción del estado de ánimo, satisfacción en las tareas del hogar, satisfacción en las tareas de los cursos, satisfacción con las actividades de tiempo libre y satisfacción general en la interacción tienen una correlación positiva fuerte pues están por encima del .50 (tabla 58 y gráfica 10); y tercero, la variable paz con las dimensiones percepción de la conectividad, percepción de adaptabilidad, percepción de vulnerabilidad, conexión y conflicto tienen una correlación positiva fuerte pues están por encima del .50, en tanto que la dimensión organización tiene una correlación moderada pues oscila entre .30 y .50 (tabla 58 y gráfica 11).

Tabla 56. Coeficiente de Correlación de Pearson

Rango de valores de R	Interpretación
$0.00 \leq r < 0.10$	Correlación nula
$0.10 \leq r < 0.30$	Correlación débil
$0.30 \leq r < 0.50$	Correlación moderada
$0.50 \leq r < 1.00$	Correlación fuerte

Fuente: Hernández *et al.*, (2018).

Tabla 57. Correlación entre el índice de Calidad de vida (ICV) y el índice de la Paz (IP)

	ICV	IP
ICV	1	.630
IP	.630	1

Fuente: Elaboración propia con base en los resultados obtenidos del trabajo de campo (2022).

Tabla 58. Correlación entre el ICV y sus dimensiones

	ICV	1. Percepción con respecto al estado de salud y actividad física.	2. Percepción del estado de ánimo	3. Satisfacción en las tareas del hogar	4. Satisfacción en las tareas de los cursos	5. Satisfacción con las actividades de tiempo libre	6. Satisfacción general en la interacción
ICV	1						
1. Percepción con respecto al estado de salud y actividad física.	.819**	1					
2. Percepción del estado de ánimo	.806**	.721**	1				
3. Satisfacción en las tareas del hogar	.734**	.548**	.478**	1			
4. Satisfacción en las tareas de los cursos	.681**	.394**	.428**	.349**	1		
5. Satisfacción con las actividades de	.712**	.521**	.444**	.424**	.360**	1	

tiempo libre							
6. Satisfacción general en la interacción	.857**	.645**	.671**	.561**	.550**	.529**	1

Fuente: Elaboración propia con base en los resultados obtenidos del trabajo de campo (2022).

Tabla 59. Correlación entre el IP y sus dimensiones

	IP	7. Percepción de la conectividad	8. Percepción de adaptabilidad	9. Percepción de vulnerabilidad	10. Conexión	11. Conflicto	12. Organización
Índice de paz (IP)	1						
7. Percepción de la conectividad	.629**	1					
8. Percepción de adaptabilidad	.758**	.369**	1				
9. Percepción de vulnerabilidad	.669**	.394**	.495**	1			
10. Conexión	.664**	.241**	.406**	.311**	1		
11. Conflicto	.544**	.359**	.345**	.352**	.161**	1	
12. Organización	.446**	.084	.243**	.024	.232**	-.097	1

Fuente: Elaboración propia con base en los resultados obtenidos del trabajo de campo (2022).

En la correlación que tienen unas con otras de la calidad de vida son (gráfica 10):

- Positiva fuerte:
 - La percepción con respecto al estado de salud y actividad física con la percepción del estado de ánimo (.721); con la satisfacción general en la interacción (.645); con la satisfacción en las tareas del hogar (.548) y con la satisfacción con las actividades de tiempo libre (.521).
 - La percepción del estado de ánimo con la satisfacción general en la interacción (.671).
 - La satisfacción en las tareas de los cursos con la satisfacción en general de la interacción (.561).
 - La satisfacción en las tareas de los cursos con la satisfacción general de la interacción (.550).

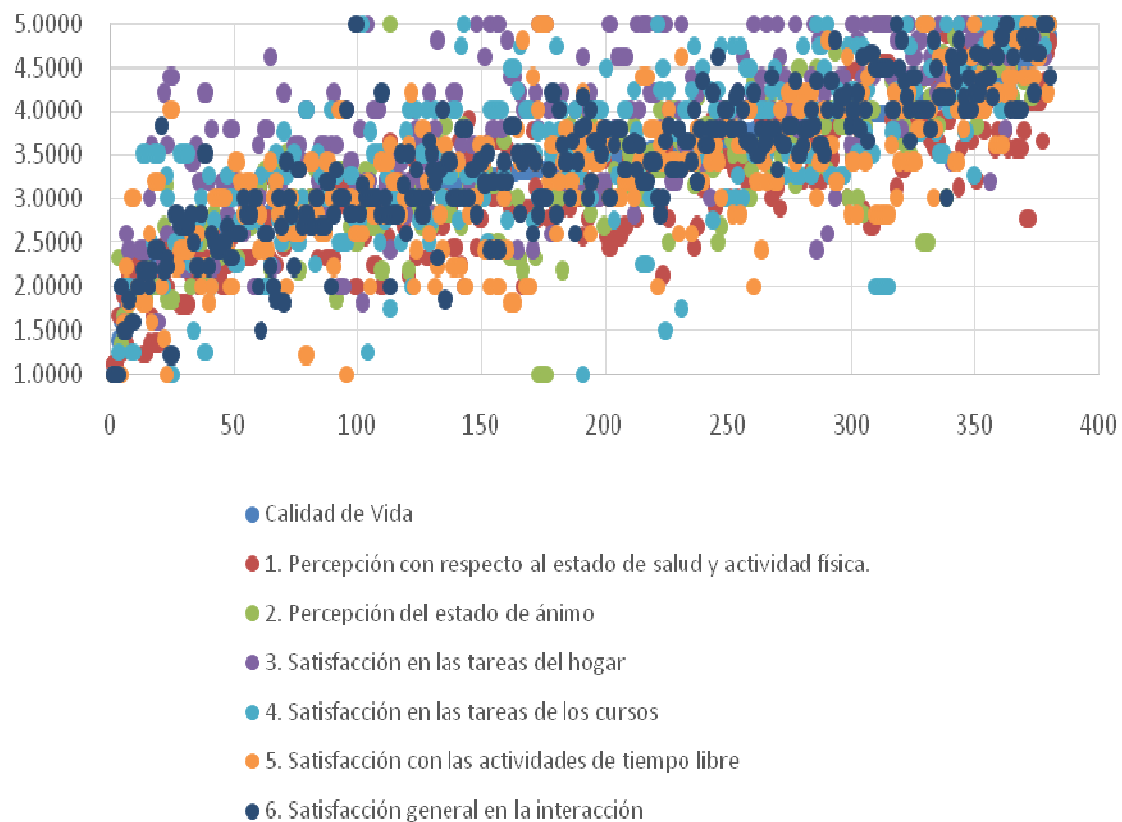
- La satisfacción en las actividades de tiempo libre con la satisfacción en general con la interacción (.529).
- Positiva moderada:
 - La percepción con respecto al estado de salud y actividad física con la satisfacción en las tareas del curso (.394).
 - La percepción del estado de ánimo con la satisfacción en las tareas del hogar (.478); con la satisfacción en las actividades de tiempo libre (.444); y con la satisfacción en las tareas de los cursos (.428).
 - La satisfacción en las tareas del hogar con las actividades de tiempo libre (.424) y con la satisfacción en las tareas de los cursos (.349).
 - La satisfacción en las tareas de los cursos con la satisfacción en las actividades de tiempo libre (.360).

En tanto que en la correlación que tienen unas con otras de la paz son (gráfica 11):

- Positiva moderada:
 - Percepción de la conectividad con percepción de la vulnerabilidad (.394); con percepción de adaptabilidad (.369); y con conflicto (.359).
 - Percepción de la adaptabilidad con percepción de vulnerabilidad (.495); con conexión (.406); y con conflicto (.345).
 - Percepción de vulnerabilidad con conflicto (.352) y con conexión (.311).

- Positiva débil:
 - Percepción de la conectividad con conexión (.241).
 - Percepción de adaptabilidad con organización (.243).
 - Conexión con conflicto (.161) y con la organización (.232).
- Positiva nula:
 - Percepción de la conectividad con organización (.084) y con la percepción de la vulnerabilidad (.024).
- Negativa nula:
 - Conflicto con organización (-.097).

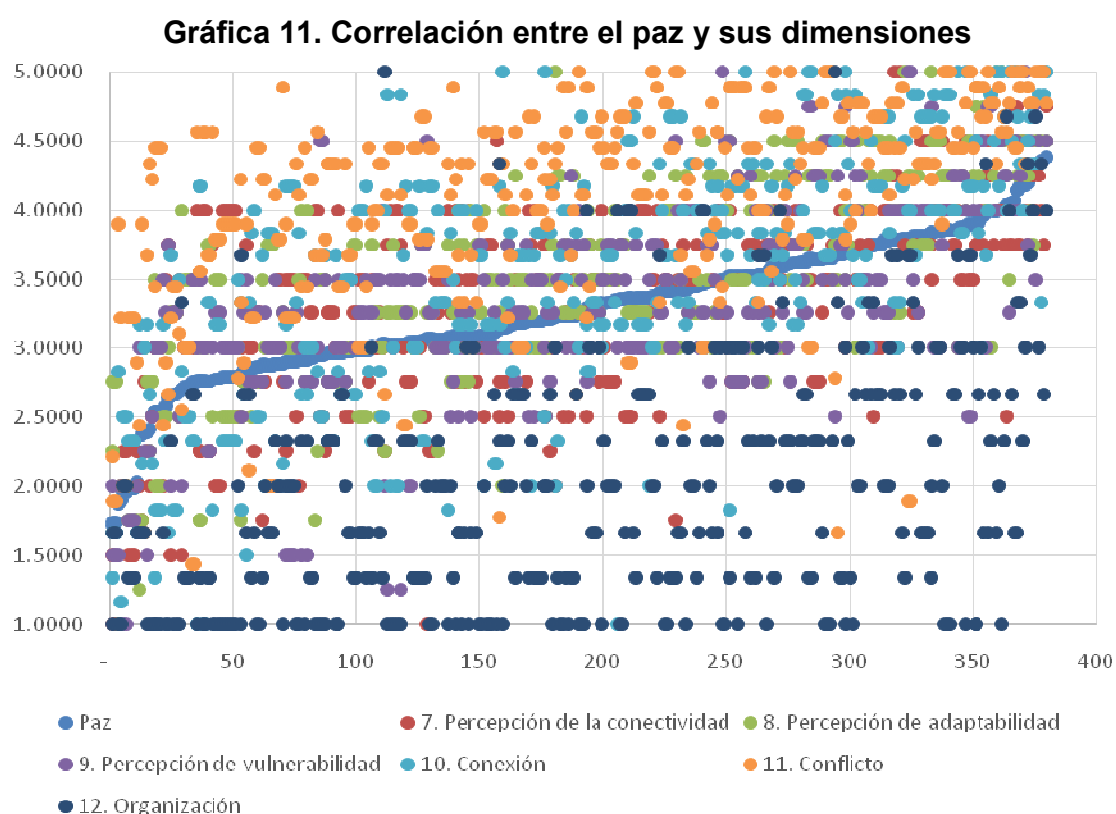
Gráfica 10. Correlación entre el ICV y sus dimensiones



Fuente: Elaboración propia con base en los resultados obtenidos del trabajo de campo (2022).
 Así se puede observar que hay una correlación positiva fuerte de la calidad de

vida con sus dimensiones de manera general, sucede lo mismo de la paz con sus dimensiones.

Con respecto de las dimensiones de la calidad de vida entre ellas una correlación positiva fuerte a moderada y entre las de la paz existe una positiva moderada correlación, en menor medida correlación positiva débil y nula entre ellas y una negativa nula que es la de conflicto con la organización.



Fuente: Elaboración propia con base en los resultados obtenidos del trabajo de campo (2022).

En este capítulo se ha hablado acerca del “Análisis e interpretación de resultados”, en el cual se menciona el análisis descriptivo y el coeficiente de correlación de las variables. A continuación, en el capítulo 9 “Discusión de resultados y propuesta de solución”, se presentan la discusión de los resultados, los alcances y limitaciones, fortalezas y debilidades y la propuesta de solución.

Capítulo XI

Discusión de resultados y propuesta de solución

11.1 Discusión de los resultados

De acuerdo a la información obtenida en el trabajo de campo en lo que refiere a esta tesis doctoral sugiere que la paz es determinante en la calidad de vida de los estudiantes de licenciatura de la UMSNH.

Los componentes de calidad de vida son tres: estado de ánimo, salud y actividad física; satisfacción en las tareas; y satisfacción en las interacciones libres y fundamentales, de los cuales se observa en general que los estudiantes tienen resultados favorables en cuanto a la percepción de los mismos.

Con respecto al estado de ánimo, salud y actividad física, los estudiantes universitarios perciben que “mucho” o “totalmente” cuentan con buena coordinación en sus movimientos y buena función en su memoria. Lo que es significativo a lo que mencionan autores como Muñoz (2009), de la importancia del movimiento y la actividad física en el aprendizaje, pues la coordinación está muy ligada a éste, por lo cual los estudiantes deben de contar con los espacios necesarios para poder estimular su motricidad, lo que derivaría en el desarrollo de esas capacidades coordinativas favoreciendo la eficiencia y adecuación del movimiento a través del SNC y el esqueleto y por ende en la facilitación del aprendizaje (Solana y Muñoz, 2011, citando a Massafret y Segrét, 2010). Autores como Ortiz y Ramírez (2020), mencionan que la actividad física permite al estudiante conseguir mejor salud y rendimiento cognitivo donde desarrollar conciencia corporal y asimismo (lo que indica Rodríguez, 2015), ayuda a modificar

respuestas tanto emocionales como motoras, tan importantes en el proceso de aprendizaje y en la memoria.

En cuanto a la satisfacción de las tareas los estudiantes disciernen que “mucho” o “totalmente” se encuentran satisfechos en como limpian su habitación, vivienda o casa; en cuanto a la compra de comida u otros artículos para la casa; con la preparación de la comida; en general con las tareas del hogar; y en cuanto a su situación de alejamiento y vivienda. En este mismo sentido con respecto a las tareas, pero refiriéndose a las escolares los estudiante refirieron que sienten mucho o totalmente deseo por continuar con los cursos.

Lo que es relevante para ellos, ya que los estudiantes tienen una vida fuera de la universidad y para poder vivir de manera en la que se sientan cómodamente y en orden, tienen que contribuir a su quehacer doméstico como lo mencionan Velázquez *et al.*, (2006), además de que el orden permite mayor concentración (Vallmont, 2015).

En cuanto a la satisfacción de la compra de comida u otros artículos, el hecho de que sea alto en mucho o totalmente es muy significativo ya que como lo establece IES Chapela (2017) estar satisfecho del todo en la compra de alimentos no es del todo fácil, pues influyen determinantes biológicos (hambre, apetito y sentido del gusto); económicos (costo, ingreso o disponibilidad del producto); físicos (acceso, la educación, capacidades personales como el cocinar por ejemplo y el tiempo); sociales (cultura, familia, patrones de alimentación); psicológicos (estado de ánimo, estrés y culpa); actitudes, creencias y conocimientos con respecto a la elección de alimentos; y además tiene que ver la fase de la vida en la que se encuentra el sujeto; y asimismo con los otros artículos (Díaz, 2018).

Respecto a la preparación de la comida, es posible que la satisfacción se alta en mucho o totalmente, ya que esto llega a ser relajante en muchas ocasiones para el estudiante, pues lo aleja de la rutina diaria además que le ayuda a traer recuerdos, imágenes, sensaciones y emociones tales como la nostalgia (Fuchs, 2014), sobre todo para aquellos que están fuera del hogar de origen.

Con relación a su situación de alojamiento y vivienda, de acuerdo a lo contestado es posible que cuenten con un lugar digno y decoroso en el que no se ponga en riesgo la satisfacción de sus necesidades básicas, que sientan seguridad y sentimiento de confianza con los que le rodean, una adecuada ubicación y acceso a servicios básicos, un entorno natural y acceso a la tecnología (CONEVAL, 2018).

De las tareas escolares hubo mayormente respuesta de que “mucho” o “totalmente” cuentan con un deseo por continuar los cursos lo que permite considerar que las tareas sean interesantes y estén siendo diseñadas de manera adecuada (coherente con el contenido temático), también que se le dé la libertad de opinar y desarrollar las temáticas al estudiante y que además hay una participación y apoyo por parte de su grupo cercano en el proceso (Ordoñez, 2015). Adicional a ello puede ser que los estudiantes estén decididos (por iniciativa propia) a realmente realizar sus actividades escolares por un deseo de aprender más y/o de tener éxito profesional en un futuro.

Con respecto a la satisfacción con sus actividades de tiempo libre destacan en que “mucho” o “totalmente” se encuentran satisfechos en general con sus relaciones familiares y en lo que se refiere a sus relaciones sociales. Las relaciones familiares son importantes para los estudiantes, ya que el apoyo familiar les permite un rendimiento académico mayor (y una vida más satisfecha) (Espinel *et al.*, 2018), pues aquel que se siente satisfecho llega a cubrir de mejor manera sus necesidades tanto psicológicas como sociales en su ambiente laboral y familiar, de manera que su empeño será mejor en las actividades que realiza (Sobrino, 2007). Por otro lado, el hecho de que también en general se sientan satisfechos con sus relaciones sociales es bueno para ellos ya que como menciona Figueroa (2019), esta situación tiene una influencia positiva en la satisfacción de los estudiantes tanto en su vida personal como estudiantil, pues de acuerdo con Abello *et al.* (2012), se reducen momentos de angustia, soledad, pesimismo, tristeza, entre otros, debido a que hay una percepción por parte del estudiante de sostén que le generan su pares.

Con respecto a las interacciones libres y fundamentales también destaca que se sienten satisfechos “mucho” o “totalmente” con la capacidad de participar en la vida diaria; en general con el deseo sexual, interés, rendimiento y desempeño; y en general con la situación económica. Entonces, en cuanto a la capacidad de participar en la vida diaria, se puede observar que en general que bien pueden desarrollar ciertas habilidades en la universidad como son la facultad de conocer y resolver problemas y el deseo de desarrollar la capacidad de en un futuro poder transformar determinado contexto aprovechando sus competencias de modo que habrá de participar activamente en la vida social y comunitaria (Romero *et al.*, 2021).

Respecto al deseo sexual, interés, rendimiento y desempeño, cuentan en general con una buena auto-eficacia, buenos niveles de energía, se sienten comprometidos y dedicados, lo que les genera una mayor satisfacción con respecto a sus estudios (Caballero *et al.*, 2007), pues están cubiertas en cierta manera sus expectativas educativas debido a las actividades que se realizan en la universidad, donde se toman en cuenta sus necesidades. Finalmente, hablando de la satisfacción con su situación económica como bien lo afirma Nuñez (s.f.), que la economía de un individuo influye en gran manera en la percepción que tienen con respecto a su calidad de vida, además de su salud, sus emociones, tiempo, etc., lo que en este caso se puede observar que los estudiantes tienen una percepción positiva en cuanto a esas variables.

Por otro lado, los componentes de la paz son dos: Inteligencia emocional y las competencias emocionales fundamentales, y se observa en general que los estudiantes tienen resultados favorables en cuanto a la percepción de los mismos.

Comenzando con la inteligencia emocional aparecen en sus ítems conectividad, adaptabilidad y la vulnerabilidad. Con respecto a la conectividad “un poco” o “nada” les llamó a los estudiantes de una manera que los hayan lastimado emocionalmente. De acuerdo con García *et al.* (2019), este aspecto tienen que ver con el desarrollo emocional para la prevalencia de la paz micro social y si son atendidos ofrecen resultados favorables, como se puede observar con este

estudio, ya que los estudiantes de licenciatura de la UMSNH, pueden ser un grandes aliados para la construcción de la paz pues están en constante relación con la sociedad.

En cuanto a la adaptabilidad, “un poco” o “nada” se sienten fuera de lugar en su hogar, del mismo modo “poco” o “nada” se sienten fuera de lugar en la universidad. Por lo cual se infiere que hay una habilidad para comprender, percibir o manejar de manera adecuada sus emociones y las de los demás, lo que implica contar una IE bien fortalecida que les permite mantener y establecer buenas relaciones con los otros y los estudiantes son capaces de regular mejor sus propias emociones (Pérez, 2012).

De la vulnerabilidad, “un poco” o “nada” se sienten vulnerables en su integridad física del mismo modo que en la emocional. Entonces se puede determinar que por la parte física, en general todas las partes del cuerpo están funcionando de manera adecuada, en tanto que en la emocional, existe en general una concordancia entre lo que se piensa, se dice y se hace y que del mismo modo el estudiante universitario, reconoce la importancia que tiene como ser humano y se valora, pues puede identificar situaciones que han de llegar a vulnerar su integridad física y emocional (CONALITEG, 2022).

En cuanto a las competencias emocionales en sus ítems aparecen los indicadores conexión, conflicto y organización. De la conexión “totalmente” o “mucho” cuentan con un buen amigo, tienen buenos amigos, tienen amigos en su vecindario y tienen amigos y familia en los que confían. Comenzando por la familia, para los estudiantes es importante contar con ella, ya que les permite sentirse apoyados emocional y económicamente, con un mayor deseo por sobresalir en su formación profesional, así como de permanecer en la universidad y además les genera un beneficio en su concentración y salud emocional (UPN, 2018). En cuanto a la amistad, para los estudiantes contar con un buen amigo le genera ilusión y energía y por supuesto, la amistad se convierte en un factor importante para la comunicación (Gallego, 2018).

Respecto al conflicto, “poco” o “nada” han lastimado o han sido lastimados por alguien; “poco” o “nada” han sido sacados de clase, una sesión de trabajo o una junta vecinal; “poco” o “nada” han sido citados a alguna reunión de mediación por una discusión o pelea; y “poco” o “nada” han tenido alguna discusión donde hayan lastimado a alguien. Por otro lado, “mucho” o “totalmente” tienen un grupo de amigos con los que nunca han peleado. Tener una adecuada IE, así como un comportamiento empático y cooperativo, ayuda en las situaciones en las que si se presenta un conflicto, se puede ser capaz de tomar conciencia de que en momentos se depende de la conducta del otro para conseguir algo buscando opciones que le permitan conectar con él .(Universidad San Buenaventura, 2020), por eso es fundamental no perder de vista trabajar y hacer consciencia acerca de la construcción de la paz y la prevención de conflicto en la escuela y fuera de ella, esto se logra fortaleciendo la capacidad asertiva de cada integrante de la comunidad como son los estudiantes, los docentes, los familiares, los líderes comunitarios y los vecinos.

Finalmente, en cuanto a la organización “nada” o “poco” han recibido dispositivos de seguridad en su ambiente en general; “nada” o “poco” se han organizado con familiares, maestros, vecinos o compañeros de trabajo para la seguridad; y “nada” o “poco” se han organizado para la supervisión de la seguridad con sus compañeros de grupo escolar. De acuerdo con Cuentas (2016), hay una relación directa entre el adecuado funcionamiento familiar y el buen desarrollo de la sociedad, considerando que valores como el respeto, la tolerancia y la solidaridad son parte esencial en la convivencia humana, por lo que si cuentan valores bien fortalecidos desde casa y se otorgan competencias para un adecuado desenvolvimiento y comportamiento, el individuo será un mejor ciudadano, en esa conexión familiar debería de existir una cultura de la prevención y de la organización en cuanto a seguridad.

Con respecto a la ciudadanía en este sentido, a pesar de que hay programas y de que existen organizaciones sin fines de lucro que trabajan en favor de la seguridad, la justicia y la paz en México, es esencial que la ciudadanía se una en

favor de la paz y en contra de la violencia, creando grupos u organizaciones vecinales con ese fin. En cuanto a la universidad es importante mantener vigente programas como PISU con la finalidad de generar condiciones de seguridad para el buen desarrollo de las actividades de la universidad, de modo que en la institución se sienta un ambiente seguro, lo que le ha de permitir al estudiante asistir con mayor entusiasmo y será un factor importante para un mejor rendimiento.

También es importante que los docentes y administrativos generen redes de apoyo entre los mismos estudiantes. Porque muchos de estos jóvenes están lejos de su lugar de origen y es preciso que se sientan respaldados por otras personas cercanas. Es algo sumamente importante ayudar a crear la consciencia de la organización en cuestiones de seguridad, pues en los datos se refleja claramente que no la hay ya que son una parte importante en las competencias emocionales fundamentales al momento de saber relacionarse y comunicarse con los que le rodean.

Así que se puede decir que la paz incide de manera determinante en la calidad de vida, pues en su mayoría indicaron que no se sienten nada o casi nada se sienten fuera de lugar en su hogar y escuela, por lo cual hay una percepción de adaptabilidad; también se sienten conectados pues en su mayoría cuentan con amigos, un buen amigo y además tienen familia y amigos en los que confían; prácticamente no hay conflicto pues en su mayoría nada o casi nada han tenido discusión en donde hayan lastimado a alguien, además no han lastimado o sido lastimados por alguien físicamente, tampoco han sido sacada(o)s de clases, de una sesión de trabajo o de una junta vecinal, recurrido o sido citada(o)s a alguna reunión de mediación por una discusión o pelea, han visto involucrada(o)s en una pelea en la que no tuvieras que ver en algún lugar o han sido responsable de organizar una pelea en algún lugar "x". Ello se refleja en su percepción en cuanto a la calidad de vida pues destaca un interés por cuidar su aspecto físico e higiene personal y son capaces de cuidar de sí mismo que son parte de su percepción de estado de ánimo; existe una satisfacción en las tareas del hogar, pues está

satisfecha (o) en la manera en la que limpia su habitación/vivienda/casa al igual que con la compra de comida u otros artículos para la casa, con la preparación de la comida y en general en cuanto a la situación de alojamiento y vivienda; y algo muy importante es que siente un deseo por continuar los cursos

Por otro lado, es importante señalar que hace falta que se organicen de mejor manera con Vecinos, maestros, familiares y/o compañeros de trabajo o de la escuela se han organizado para la supervisión de la seguridad, pues como lo indicaron un poco o nada lo observan. Así, destaca:

1. La incidencia de la paz en la calidad de vida.
2. La importancia de la organización entre los jóvenes estudiantes y con su familia y vecinos.

11.2 Alcances y limitaciones

Alcances

- Se pudo obtener información:
 - De la literatura, acerca de las variables consideradas en este trabajo de investigación.
 - De los estudiantes de la UMSNH por medio de encuestas que fueron realizadas en la ciudad universitaria y a través de *google forms*.
- Por medio del trabajo de investigación se pretende beneficiar a los jóvenes universitarios con la finalidad de que cuenten con una calidad de vida y paz en su día a día.
- Con esta tesis se busca generar futuras líneas de investigación acerca del tema.

Limitaciones

- No se pudo hacer un estudio de los estudiantes por facultades (por respeto a su anonimato), lo cual permitiría comprender sus particularidades debido a lo que demandan las diferentes carreras universitarias, horarios, actividades, etc.
- No se pudo comprender particularidades en cuanto a las respuestas de algunos *ítems*, por no poder hacerlo de manera presencial (por pandemia) y por anonimato, como por ejemplo en cuanto a conocer la percepción de los que forman parte de casas de estudiante con respecto a su satisfacción del hogar, alimentos, etc.; a los que practican actividad física y a los que no con respecto a su sentir en su estado de ánimo y salud, etc.
- Durante la pandemia en algunos casos fue complicado aplicar las encuestas directamente por lo que se recurrió al uso de *google forms* para que pudiera realizarse esta investigación, lo cual provocó que el proceso fuera lento pues no se tenía la información simultáneamente y se procedió a buscar en grupos de conocidos o a determinados docentes que estaban cercanos a los estudiantes, así que algunos resultados están agrupados en determinadas carreras universitarias.
- En algunos casos los estudiantes se negaron a contestar los cuestionarios, por falta de tiempo, desconfianza o porque consideraron que eso no aportaría ningún cambio significativo en su realidad universitaria.

11.3 Propuesta de solución

De acuerdo a lo anterior se enuncian algunas propuestas:

Se propone que para que exista una mayor calidad de vida y paz universitaria, se produzca un ambiente tranquilo para la comunidad universitaria, pues eso les permitirá concentrarse, sentirse confiados, interactuar mejor con los demás y hacer aquello que desean de manera libre. Por otro lado, es importante que los docentes sean parte activa en esto, pues son generadores de confianza en los estudiantes, y son también quienes dan la pauta para un ambiente de respeto en el aula, de ellos con los alumnos y entre los mismos alumnos.

Los docentes al ser lo más cercanos a los estudiantes en la universidad, deben dar lugar a valores como el respeto, la responsabilidad, la empatía, la equidad, etc. Asimismo, deben crear un ambiente escolar con una cultura de no acoso, no violencia o conflicto y de respeto por la persona y su opinión, y estar atentos en caso de notar situaciones extrañas en el aula en las que puedan ayudar a sus estudiantes o si es necesario canalizarlos al área correspondiente. También se propone que a los docentes en particular se les ofrezcan cursos que les permita estar actualizados en cuanto herramientas pedagógicas, para que puedan apoyar en la forma en la que se sienten los jóvenes con sus actividades académicas, de modo que tengan tiempo para realizar actividades culturales y deportivas dentro y fuera de la institución, así como que puedan poder alimentarse adecuadamente, estar bien descansados y realizar sus actividades del hogar con satisfacción.

Es importante que los docentes y todos aquellos que son parte del entorno universitario, así como la sociedad civil, puedan contar con campañas o cursos que les permita estar informados acerca de la IE, salud y actividad física. Es esencial en este caso que estudiantes, docentes e incluso padres de familia tengan el conocimiento de cómo estimular la IE para ellos mismo y con los estudiantes y permitir a los jóvenes expresar lo que piensan de determinados temas y animarles a una actitud crítica, reflexiva y activa. Esto por supuesto que son bases fundamentales en el desarrollo local, pues para él es importante que tanto familiares, instituciones, sociedad civil (entre los que se encuentran los vecinos), universidad (y todos los que forman parte de ella), generen y ayuden a generar los

cambios que lleven a la paz y por ende a la calidad de vida de los jóvenes universitarios, que más adelante se conviertan también en esa parte de la población que apoye a futuras generaciones, considerando la sustentabilidad, al dejar en sus manos un ambiente favorable en todos los sentidos.

Se propone por parte de la universidad mayor difusión de sus servicios, pues muchos de sus estudiantes no están informados al respecto, como es el caso de los servicios de tutorías, psicología, actividades deportivas y culturales, casas de estudiante, etc. Por supuesto, para que haya respeto y paz entre todos es importante generar espacios de interacción, organización y redes de apoyo universitario que les permita a los jóvenes comunicarse, para que se suscite entre ellos, sus docentes y todos los que forman parte de su entorno, la confianza mutua.

11.3. Fortalezas y Oportunidades

Índices con resultados bajos

Dentro de los índices más bajos en la variable calidad de vida se encuentran los rubros “percepción respecto al estado de salud y actividad física”, “satisfacción con las actividades de tiempo libre” y “percepción del estado de ánimo”. En el primero, el de percepción respecto al estado de salud física, se observa que aunque la mayoría de los estudiantes consideran que su memoria funciona bien, tienen buena coordinación en sus movimientos y se sienten satisfechos en su salud en general, consideran también que poco a medianamente se sienten descansados, que duermen suficiente y que su actividad física y deportiva es satisfactoria. En el segundo, respecto a la satisfacción de las actividades tiempo libre, en general mucho se sienten satisfechos en sus actividades de tiempo libre y con las relaciones familiares, pero la satisfacción resultó ser mediana en cuanto al tiempo que usan para sus actividades de ocio. Tercero, en cuanto a la percepción de ánimo, aunque los estudiantes consideraron que mucho a totalmente están interesados en cuidar

su aspecto físico e higiene personal, y que de medianamente a mucho consideran que son capaces de cuidar de sí mismos, están satisfechos con el estado de ánimo y están a gusto con su estado físico, medianamente se sienten con la mente despejada y de igual manera relajados.

Considerando todo lo anterior, es importante dar mayor difusión en las facultades de los programas deportivos que ofrece la universidad, aunque no sea necesario que formen parte del equipo universitario, pero si pensando en que tengan acceso a las instalaciones para practicar deporte y/o actividad física, pues estos ayudan (como se menciona en el documento) a que se lleguen a sentir más relajados, más descansados, a que puedan dormir mejor, y que además su salud en general pueda estar aún mejor. Por otro lado, sería importante que se desarrollaran talleres que les enseñen a administrar mejor su tiempo, donde sepan dar prioridad al sueño y ejercicio, así como a actividades de tiempo libre y que sientan que cuentan con recursos de salud mental en la universidad y servicios de asesoramiento. Además, es importante que se establezca mayor difusión a las actividades culturales, sociales y de entretenimiento entre los estudiantes y también tiempo (en los horarios de clase) para que aprovechen estar en los espacios recreativos con los que cuenta la universidad, como son las canchas, el pasto, etc.

Respecto a la variable paz, en el rubro “organización”, aunque algunos estudiantes comentaron que se han llegado a organizar con vecinos, maestros, familiares y compañeros de escuela y de trabajo, cuentan con un índice muy bajo, pues la mayoría se organizan muy poco, por lo cual, es importante que se generen campañas, talleres, etc., en las que se hable más al respecto y en la que todos sean partícipes en beneficio de los universitarios y de la sociedad misma, lo que es una parte fundamental del desarrollo local. Algo más que se puede hacer es contar con mayor vigilancia en dentro de la universidad, sobre todo en los horarios en que hay menor cantidad de personas y en los que la escuela se encuentra en mayor penumbra, por otro lado, se pueden realizar simulacros que prevengan asaltos, secuestros, drogas, explosivos en la escuela, ingreso de armas, etc., además contar

con instalaciones universitarias que cuenten con una unidad de salud y de apoyo psicológico en caso de ser lastimados, sufrir caídas (al momento de algún altercado), manejo de crisis, etc. Por otro lado, es importante contar con una comisión y un plan de protección escolar a fin de promover una cultura de prevención que ayude a disminuir factores de riesgo de la integridad física, fortalecer factores de protección a fin de anticipar, atender y superar situaciones que pongan en riesgo a los estudiantes en su integridad física y emocional, y disminuir el impacto que puedan provocar situaciones que no puedan evitarse como desastres naturales (Coordinación Ejecutiva del Consejo Estatal de Participación Social en la Educación, 2023).

En la percepción de la conectividad, que tiene que ver con la inteligencia emocional de manera general medianamente se han sentido solos con los del vecindario o solos sin a quien acudir y los han llamado de alguna forma que los ha lastimado emocionalmente, entonces implica el que puedan tener mayor interacción con sus vecinos y que sepan que pueden acudir a otros, además de que es importante fomentar el respeto en los demás, es por eso que es necesario que la sociedad civil y la familia muestren y den el apoyo que requiere el estudiante, pues no importando el nivel educativo en el que se encuentre un estudiante, siempre es importante sentirse respaldado por aquellos que le rodean, incluidos sus docentes y compañeros de escuela.

Es precisamente en la escuela que se debe generar un ambiente de acompañamiento y de respeto hacia los otros no importando si es alumno, docente y compañero, lo que hará que se sientan seguros, acompañados y apoyados por los otros. Respecto a la percepción de la vulnerabilidad, que también tiene que ver con la inteligencia emocional, es necesario que se esté al tanto del cuidado de la integridad física y emocional de los estudiantes, ya que mucho se han sentido vulnerados al respecto, para ello es preciso crear un ambiente seguro entre alumnos, docentes y personas que forman parte de la universidad, así como del

entorno del que forman parte los estudiantes (vecinos, padres de familia y sociedad civil en general, nuevamente considerando talleres, campañas, etc.).

Índices con resultados medios

En relación con la calidad de vida, en resultados medios se tiene a la “satisfacción en general con la interacción” y la “satisfacción en general en las tareas de los cursos”. En el primero, de manera general sienten mucha satisfacción con la situación económica, el deseo sexual, el interés, el rendimiento o su desempeño, asimismo sienten en general mucha satisfacción con la vida estudiantil y la vida misma; y para aquellos que laboran, sienten en general mucha satisfacción con las actividades que realizan, sin embargo no se debe de pasar por alto las necesidades de los jóvenes estudiantes, cuidando siempre que estas sean cubiertas, desde el trato de sus docentes y cuidando la buena relación entre compañeros, hasta que se cuente con el apoyo del departamento psicológico en caso de ser necesario.

En la segunda, que es la satisfacción en general con las tareas de los cursos, sienten mucha satisfacción con logros obtenidos en el aula y con la manera de comunicarse e intercambiar opiniones con facilidad tanto con compañeros, como con profesores, reflejándose en que de manera general sienten mucho deseo de continuar con los cursos, lo que significa que hay mucha satisfacción en las tareas, pero siempre se ha de trabajar por no olvidar la importancia del trato, el respeto y la fuerte conexión que debe de existir entre compañeros y de los docentes hacia sus alumnos, y sobre todo que los docentes estén al tanto de la importancia del respeto en el aula, porque aunque sean adultos, no se debe de perder el respeto y el orden que lleven a la paz, que conlleva a una mayor calidad de vida de los estudiantes universitarios y los que les rodean, es un ganar-ganar para todos.

Con respecto a la paz, en los índices medios se tienen a la “conexión” y a la “percepción de la adaptabilidad”. En el primero, en el de conexión, en general

mencionaron que medianamente tienen amigos en su vecindario y que conocen a las personas de su vecindario, es necesario considerar la importancia de contar con redes de apoyo dentro los vecindarios donde viven, pues en caso de ayuda (y considerando que algunos no tienen a sus padres cerca pues proceden de otros lugares del estado o del país), sus vecinos y/o amigos del vecindario son los más cercanos a ellos, esto es algo con lo que se debe trabajar no solamente desde la universidad (que es desde donde emana conocimiento), sino de los gobiernos, ONG, y de la sociedad civil para ser un apoyo para los estudiantes universitarios como parte del desarrollo local.

Con respecto a si tienen buenos amigos o amigos en los que confían, mencionaron de manera general que mucho, pero no se da de manera total, de igual manera es importante trabajar en ello para que existan esas redes de apoyo entre amigos y tener cerca personas en las que confiar, asimismo invitarlos a que ellos trabajen también en la confianza hacia las personas confiables que los rodean como parte de sus competencias emocionales fundamentales. Finalmente, totalmente cuentan con un buen amigo, aunque lo ideal sería que contaran dentro de sus redes apoyo con muchos buenos amigos.

En la percepción de la adaptabilidad, medianamente confían en la gente, de igual manera medianamente se sienten fuera de lugar en su hogar y en su escuela, lo que tiene que ver nuevamente con el tema de las redes de apoyo a su alrededor y continuar trabajando en ellas en conjunto universidad, sociedad civil, familiares, vecinos, etc. Con respecto a si sienten un ambiente seguro en torno a ellos de manera general mencionaron que mucho, lo que significa que se sienten muy satisfechos, pero no de manera total, por lo cual hay que generar un mayor ambiente de seguridad para los estudiantes universitarios.

Índices con resultados altos

Se observó que en relación con la calidad de vida, los jóvenes universitarios sienten una fuerte satisfacción con las tareas del hogar, lo que implica que están satisfechos con la manera en que limpian su habitación y que tiene que ver con que tienen quien les apoya en ello para poder realizar sus actividades o que ellos lo realizan, pero los acompañaron en la manera de hacerlo a lo largo de su vida, hubo y existe un apoyo en la familia o que la universidad (en el caso de los que viven en casa de estudiante) les apoya con lo necesario para ello, situación que hay que seguir cuidando, por otro lado.

También implica que están satisfechos en lo que la compra de la comida y otros artículos para el hogar, respecta, pues de igual manera hay un apoyo económico y de apoyo al momento de hacer las compras, ya sea por parte de los padres, entre compañeros de vivienda o por parte de la universidad (quienes reciben apoyo de ella a través de becas y de apoyo de vivienda). Finalmente, tiene que ver también con satisfacción en cuanto a la preparación de la comida, pues de igual manera reciben apoyo de sus padres, vecinos, sociedad civil o de la universidad. Todo esto es favorable para ellos, pues les permite concentrarse en sus estudios, sentirse mejor alimentados, un poco más descansados y con seguridad alimentaria de la que forma parte un buen desarrollo personal, pero no se debe de perder de vista la labor de los padres, universidad, sociedad civil y compañeros para estar al tanto que algunos jóvenes cuenten con esta posibilidad, contando con información sobre los espacios a los que pueden recurrir para contar con becas, vivienda (como las casas de estudiante), etc. Pues esos le permitirán solventar gastos y aprovechar tiempo para poder realizar sus actividades escolares y de tiempo libre también.

De igual manera, en lo que respecta a la paz, en cuanto al “conflicto”, los estudiantes consideran que es bajo, ya que de manera general no han tenido peleas u organizado alguna, no han lastimado y pocas veces han sido lastimados físicamente, lo que significa que no tienen situaciones de conflicto convirtiéndose en algo positivos para ellos sintiendo tranquilidad lo que aporta en su calidad de

vida, y les permite de igual manera que en la satisfacción con las tareas, sentirse más concentrados en sus actividades, pues cuentan con competencias emocionales fundamentales fuertes, así como aquellos que forman parte su vida personal y escolar. Pero, no está de más el considerar por parte de la universidad el crear conferencias, congresos, talleres y dar mayor difusión de la importancia de las buenas relaciones entre todos aquellos que forman parte de la vida de los estudiantes, como son padres, docentes, trabajadores universitarios, vecinos y la sociedad civil en general, haciendo consciencia de la importancia de trabajar en las competencias emocionales fundamentales con las que debe contar todo ser humano.

Conclusiones

De acuerdo con los resultados y aún con ciertas limitaciones, este trabajo apunta a afirmar que los componentes de la paz inciden en la calidad de vida de los estudiantes de la UMSNH, comprobando la hipótesis.

De acuerdo con la investigación realizada en la parte teórica es que se pudo determinar cuáles son las dimensiones de la variable independiente paz que tiene importante incidencia en la variable dependiente calidad de vida.

Con la información obtenida con respecto a los estudiantes y los servicios que ofrece la universidad se pudo precisar que los estudiantes de la UMSNH cuentan con distintos servicios: primero, en cuanto a cuestiones de estado de ánimo o de situaciones emocionales, ya que pueden recurrir a apoyo de psicología de algunas instancias dentro de la institución; segundo, con respecto al acceso a la activación física, pues la universidad cuenta con diversas actividades que tienen relación con la misma; y tercera, cuenta con programas de difusión cultural lo que les permite poder realizar otros tipo de actividades en su tiempo libre. A pesar de esto, los estudiantes no están familiarizados con estos servicios, así es necesario dar mayor difusión al respecto.

También es importante que en la institución se reflexione si se está proveyendo a los docentes de cursos y programas que les permitan contar con herramientas pedagógicas actualizadas y con respecto a competencias emocionales en beneficio de ellos y sus estudiantes.

A pesar de que en general los estudiantes consideran que están satisfechos en como limpian su vivienda, en la compra de comida, tareas del hogar, preparación de la comida y situación de alojamiento, es preciso adentrarse al contexto y entender si forman parte de una casa de estudiante, rentan o viven con sus padres; si son foráneos o locales; si son casados o solteros, con hijos, sin hijos; si tienen el rango de edad considerado para ese nivel (18-23

años); grado que cursan; o su situación económica o laboral. Éste contexto también tiene parte en sus actividades de ocio y tiempo libre, para llevar a cabo estas actividades y poder relacionarse con familiares, compañeros fuera del aula, vecinos o en otras actividades que no tengan que ver con trabajo o escuela.

Es importante que los estudiantes tengan acceso a servicios como programas, cursos, campañas o congresos que tengan que ver con la inteligencia emocional y competencias emocionales, así como sus docentes y los que forman parte de la institución y sociedad civil, pues eso les aporta habilidades en la capacidad para relacionarse y en la resolución de conflictos, lo que les permite hacer frente de mejor manera en problema que afecten su paz y que se organicen mejor, sean más asertivos y más cooperativos con sus vecinos, compañeros de escuela o trabajo, docentes o familiares, esto entonces permite generar redes de apoyo entre todos, lo que posibilita que se sientan respaldados.

Por lo que se puede apreciar en los resultados, es fundamental en los estudiantes de la UMSNH la actividad física, un buen estado de salud tanto físico, como emocional; sentirse satisfechos en las tareas del hogar y de los cursos; sentirse satisfechos con las actividades de tiempo libre y en general con la interacción; percibir conectividad, adaptabilidad y no vulnerabilidad; y conexión y no conflicto para que puedan contar con mayor paz y con ello una mayor calidad de vida.

Futuras líneas de investigación

De acuerdo con la información obtenida en esta investigación se sugiere como futuras líneas de investigación:

- Temas que tengan que ver con la neuroeducación y el rendimiento académico, como:
 - Influencia de la neuroeducación en el rendimiento de los estudiantes universitarios como parte fundamental de su calidad de vida.
 - Neuroeducación: enfoque emocional para el aprendizaje y la enseñanza.
- Temas que tengan que ver con la actividad física:
 - La importancia de la actividad física y el deporte en la construcción de la paz y prevención o resolución de conflictos.
 - La calidad del sueño y su relación con el ejercicio físico, una contribución a la calidad de vida universitaria.
- Temas que tengan que ver con competencias emocionales e inteligencia emocional:
 - El impacto de la formación docente en competencias emocionales para la calidad de vida de los estudiantes universitarios.
 - La inteligencia emocional como determinante de la calidad de vida y salud de los estudiantes universitarios.
- Temas de organización en cuanto a la seguridad:
 - Participación ciudadana en la prevención de la violencia.

- Participación activa de las instituciones educativas en materia de seguridad pública.

Fuentes bibliográficas

- Abello, R., Díaz, A. Pérez, M., Almeida, L., Lagos, I., González, J. y Strickland, B. (2012). *Vivencias e implicación académica en estudiantes universitarios: adaptación y validación de escalas para su evaluación*. Estudios Pedagógicos, XXXVIII, 2, 7-19.
- Abraira, V. (2002). *Desviación estándar y error estándar*. Universidad de Bioestadística Clínica. Hospital Ramón y Cajal. Madrid. Núm. 28 (11), 621.
- Acosta, O. (2008). *Diseño institucional para el desarrollo regional*. Desarrollo Regional. Reflexiones para la Gestión de los territorios. Alternativas y Capacidades, A.C.
- Alcañiz, M. (2008). *El desarrollo local en el contexto de la globalización*. Revista de Ciencias Sociales Convergencia, 47, mayo-agosto, 285-315.
- Alfaro, J. (2016). *Satisfacción global con la vida y satisfacción escolar en estudiantes chilenos*. Psykhe, 25 (2). Santiago.
- Alguacil, J. (1999). *La calidad de vida como marco relacional para el desarrollo de los derechos humanos y constitucionales*. Universidad Carlos III de Madrid. Documentación social. Revista de estudios sociales y sociología aplicada. Derechos Sociales y Constitución Española. P. 152.
- Alvarado, A., Guerrero, E., y Llamas, I. (2014). *La activación física para combatir la obesidad y el sobrepeso en universitarios*. Revista Iberoamericana de las Ciencias de la Salud, 3 (5), Enero-junio, 1-16.
- Alvarez, K. (2016). *Desarrollo local como herramienta de postconflicto en Colombia*. Geographos. Alicante: Grupo Interdisciplinario de Estudios Críticos y de América Latina de la Universidad de Alicante, 7 (82) ,1-32.

- Álvarez, S., González, G., Juárez, J., y Pérez, M. (2020). *La calidad del sueño y su relación con la memoria en estudiantes universitarios*. PsicoEducativa: reflexiones y propuestas, 6(12), 17-25.
- AMYCOS (2012). *Me pregunto ¿Qué es el desarrollo local?* Colección de Fichas Informativas. Ficha núm. 5. Pp. 2-6.
- Aparicio, A. (2019). *Economía y felicidad: ¿importa lo que las personas entienden por felicidad?* Revista chilena de economía y sociedad, 3 (2).
- Arrayán, M. (2010). *Participación ciudadana en el desarrollo local*. Pp. 1-31.
- Ariño, A., y Llopis, R. (2011). *¿Universidad sin clases? Condiciones de vida de los estudiantes universitarios en España (Eurostudent IV)*. Ministerio de Educación. Secretaría General de Universidades. Dirección General de Atención, Participación y Empleabilidad de Estudiantes Universitarios Subdirección General de Atención al Estudiante, Orientación e Inserción Profesional.
- Asamblea General de la Naciones Unidas: Cultura de la Paz. Resolución A/RES/52/13. (15 de enero de 1998).
- Asamblea General de la Naciones Unidas: Declaración sobre una Cultura de la Paz. Resolución A/RES/53/243 (6 de octubre de 1999).
- Ascorra, P. (2009). *El gerenciamiento de los estados de ánimo: Estudio de caso en una organización chilena*. Revista IRICE, 20, 21-32.
- Asociación Española para el Desarrollo y la Aplicación del Derecho Internacional de los Derechos Humanos (2008). *Declaración de Luarca (Asturias) sobre el Derecho Humano a la Paz*. Revista paz y conflictos, 1, 109-118.
- Asociación de Universidades Confiadas a la Compañía de Jesús (2014). Políticas y sistema de autoevaluación y gestión de la responsabilidad social universitaria en AUSJAL. Primera Edición. Editorial de la Universidad Católica de Córdoba. Pp. 15-20.

Asociación Mentas Abiertas. (2024, Enero). *Episodio hipomaniaco en Episodios Afectivos*. <https://www.mentesabiertaspsicologia.com/tratamiento/trastornos-depresivos/episodios-afectivos>

Asociación Nacional de Universidades e Instituciones de Educación Superior. (2019). *Anuario Estadístico*. [Conjunto de datos]. Técnico Superior y licenciatura. Ciclo escolar 2018-2019. <http://www.anuies.mx/informacion-y-servicios/informacion-estadistica-de-educacion-superior/anuario-estadistico-de-educacion-superior>

Asociación Nacional de Universidades e Instituciones de Educación Superior. (2020). *Instituciones que conforman la Región Centro-Occidente*. [Conjunto de datos]. <http://www.anuies.mx/anuies/estructura-organica/consejos-regionales/region-centro-occidente>

Ausubel, D., Novak, J., y Hanesian, H. (1983). *Teoría del Aprendizaje significativo*. En *Psicología educativa: un punto de vista cognoscitivo*. Ed. Trillas.

Ayala, R. (2010). *Trastornos menores de salud como factores asociados al desempeño académico de estudiantes de enfermería*. Escuela de enfermería. Universidad San Sebastián. Chile. No. 18. Pp. 3-5.

Ayala, M. (2011). *Responsabilidad social universitaria*. Revista cuatrimestral, 11 (33), septiembre-diciembre. Universidad Francisco Gavidia. San Salvador, El Salvador, Centroamérica.

Ayuntamiento de Morelia (2021). *Circunscripción o ámbito territorial, y vigencia en Plan Municipal de Desarrollo de Morelia 2021-2024*. Recuperado el 01 de enero del 2024 de https://transpfiles.morelia.gob.mx/ArchivosTranspMorelia/IMPLAN/PMD_2021_2024_VersionIlustrada.pdf

Azócar, R. (2013). *Transdisciplinario en Diferencia entre interdisciplinario/ transdisciplinario/ multidisciplinario*. Gestión de talento humano. Recuperado el 15 de febrero del 2021 de

<http://ramonazocargestiondetalentohumano.blogspot.com/2013/05/distincion-entre-interdisciplinario.html>

Banco de México (2022). *La actividad económica en nuestro país registró una reactivación y pronósticos para la actividad económica*. Resumen visual. [Conjunto de datos]. Informe trimestral, enero-marzo 2022. Recuperado el 30 de mayo del 2022 de <https://www.banxico.org.mx/publicaciones-y-prensa/resumenes-visuales/informe-trimestral-html/informe-trimestral-ene-mar-00001.html#div2>

Bahena-Trujillo, R., y Flores, G. (2000). *Dopamina: síntesis, liberación y receptores en el Sistema Nervioso Central*. Universidad Autónoma de Yucatán. Revista Biomédica, 11 (1).

Banco Bilbao Vizcaya Argentaria (2023, Mayo). *La inteligencia emocional, una herramienta para mejorar el bienestar y el rendimiento*. Salud financiera. Recuperado el 30 de enero del 2024 de <https://www.bbva.com/es/salud-financiera/la-inteligencia-emocional-una-herramienta-para-mejorar-el-bienestar-y-el-rendimiento/>

Banco Bilbao Vizcaya Argentaria (2023, Noviembre). *Qué factores determinan la calidad de vida y cómo se puede mejorar. Bienestar financiero y económico*. <https://www.bbva.com/es/salud-financiera/que-factores-determinan-la-calidad-de-vida-y-como-se-puede-mejorar/>

Banda, C., y Morales, M. (2012). *Calidad de vida subjetiva en estudiantes universitarios*. Enseñanza e Investigación en Psicología. Consejo Nacional para la Enseñanza en Investigación en Psicología A.C. Xalapa, México, 17 (1), enero-junio, 30.

Barbosa, F. (2013). *Madre Teresa de Calcuta. "El que no vive para servir, no sirve para vivir"*. Derechos y Deberes, individuo y sociedad. Personería de Bogotá.

- Becerril, E. (2020). *Cuestionario en Inteligencia emocional y competencias emocionales para la construcción de paz en los estudiantes de licenciaturas públicas de Morelia, Michoacán, en 2019: El planteamiento de un problema de política pública*. [Tesis de grado, Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo]. Recuperado el 15 de febrero del 2023 de http://bibliotecavirtual.dgb.umich.mx:8083/xmlui/handle/DGB_UMICH/2483
- Beltrán, J., Iñigo, E., y Mata, A. (2014). *La responsabilidad social universitaria, el reto de la construcción permanente*. Revista Latinoamericana de Educación Superior, 12 (5), 3-16.
- Benacerraf, L. ()
- Bernal, J., Lauretti, P., y Agreda, M. (2016). *Satisfacción académica en estudiantes de la Facultad de Ingeniería de la Universidad del Zulia*. Punto Fijo, Venezuela. Multiciencias, 16(3), 303-304.
- Bielefeld, K. (2018, Junio). *Construyendo la confianza dentro de una escuela*. Boxlight, Latinoamérica. Recuperado el 02 de julio del 2022 de <https://lablog.boxlight.com/construyendo-la-confianza-dentro-de-una-escuela>
- Bisquerra, R. (2003). *Educación emocional y competencias básicas para la vida*. Revista de Investigación Educativa, 21 (1), 22. Recuperado el 06 de noviembre del 2020 de [revistas.um.es › rie › article › download](http://revistas.um.es/rie/article/download)
- Bisquerra, R. (2007). *Las competencias emocionales*. Educación XXI, 10, 71-73. Recuperado el 06 de noviembre de 2020 de <https://www.redalyc.org/pdf/706/70601005.pdf>
- Blázquez, J., Chamizo, R., Cano, E., y Gutiérrez, S. (2013). *Calidad de vida universitaria: Identificación de los principales indicadores de satisfacción estudiantil*. Universidad de Castilla-La Mancha. Facultad de Ciencias

- Sociales. Departamento de Administración de Empresas. Revista de Educación, 362, septiembre-diciembre, 458-484.
- Blondet, C., y Yon, C. (1993). *Democracia, paz y desarrollo en el ámbito local/urbano*. Instituto de Estudios Peruanos (IEP). Documento de Trabajo, 42.
- Bognar, G. (2005). *The concept of Quality of Life*. Social Theory and Practice, 31, (4), Octubre, 561-580.
- Boisier, S. (2001). *Desarrollo (local): ¿de qué estamos hablando?* En, O., Madoery, y Vázquez Barquero, A. (eds.). Transformaciones globales, Instituciones y Políticas de desarrollo local. Rosario: Homo Sapiens.
- Brandoni, F. (2017). *Conflictos en la escuela: manual de negociación y mediación para docentes*. Editorial de la Universidad Nacional de Tres de Febrero.
- Brooks, D. (2018, 3 de septiembre). *Méshico en ¿Por qué México se escribe con x y no con j?* [Nota de prensa]. Recuperado el 4 de mayo del 2020 de <https://www.bbc.com/mundo/noticias-45176624>
- Bueno, D. (2021, Noviembre). *No dormir, una cuestión de salud*. Neuroedu. Universidad de Barcelona. <https://www.ub.edu/neuroedu/que-pasa-cuando-no-dormimos-bien/>
- Buysse, D., Reynolds, C., Monk, T., Berman, S., y Kupfer, D. (1988). *The Pittsburgh Sleep Quality Index: A New Instrument for Phychiatric Practice and Research*. Psychiatry Research, 28, 193-213.
- Caballero, C., Abello, R. y Palacio, J. (2007). *Relación del burnout y el rendimiento académico con la satisfacción frente a los estudios en estudiantes universitarios*. Avances en Psicología Latinoamericana, 25(2), 98-111.
- Cabezudo, A. (2013). *Acerca de una educación para la paz, los derechos humanos y el desarme: desafío pedagógico de nuestro tiempo*, 36 (1), junio-abril, 44-49.

- Cámara de diputados (2005). Seguridad Pública. Secretaría General. Secretaría de Servicios Parlamentarios. Dirección General del Centro de Documentación Información y Análisis.
- Caminos y Puentes Federales (2023, Marzo). *¿Cómo afecta el sueño la conducción?* Recuperado el 30 de junio del 2023 de <https://www.gob.mx/capufe/articulos/como-afecta-el-sueno-la-conduccion>
- Cano Guirado, L. (2016). *Importancia de la motricidad en el aprendizaje de los contenidos curriculares del segundo ciclo de Educación Infantil*. [Trabajo Fin de Grado, Universidad de Granada]. Maestría de Educación Infantil. Facultad de Ciencias de la Educación.
- Cárdenas, N. (2002). *El desarrollo local su conceptualización y procesos*. Provincia, 8, enero-junio, 53-76.
- Carollo Limeres, M. (2011). *Regresión lineal simple*. [Presentación, Universidad Complutense de Santiago de Compostela]. Departamento de estadística e investigación operativa. Pp. 2.
- Carrillo, M., Leal, M., Alcocer, M., y Muñoz, M. (2012). *Responsabilidad Social Universitaria. La opinión de profesores y alumnos*. Revista de Educación y Desarrollo, 23, Octubre-diciembre, 23-26.
- Carvajal, A. (2011). *Desarrollo local: Manual Básico para Agentes de Desarrollo Local y otros actores*. Primera edición digital: eumed.net. Málaga, España.
- Castillo, M. (2012). *La educación para la paz. Una respuesta a las demandas sociales*, 12 (23).
- Cerdas, E. (2013). *Educación para la paz: fundamentos teóricos epistemológicos y axiológicos*. Revista Latinoamericana de Derechos Humanos, 24 (1-2), 189-201.
- Cerdas, E. (2015). *Desafíos de la educación para la paz hacia la construcción de una cultura de paz*. Revista Electrónica Educare, 19 (2), mayo-agosto, 13.

- Cervantes, N. (2019). *La seguridad ciudadana ¿realidad o ficción en México?* Obtenido el 4 de noviembre del 2023 de <https://www.comecso.com/ciencias-sociales-agenda-nacional/cs/article/view/1484/656>
- Chacón, R., Martínez, A., Puertas, P., Viciano, V., González, G., y Zurita, F. (2020). *Bienestar social en la etapa universitaria según factores sociodemográficos en estudiantes de educación*. Revista Electrónica de Investigación Educativa, 22 (03), 1-9.
- Chalela, S., Valencia, A., y Arango, D. (2017). *Motivaciones de los estudiantes universitarios para continuar con su formación académica en programas de posgrado*. Revista lasallista de investigación, 14 (2), 160-170.
- Cipolli, P. (2015). *Capítulo 1. ¿Es posible la fraternidad en el deporte?* en *Desarrollo Social a través del deporte*. Universidad Andina de Simón Bolívar. Pp. 10-19.
- Clark, G., Huxley, J., y Mountford, D. (2011). *Economía Local: La función de las Agencias de desarrollo*. Recuperado el 15 de agosto del 2023 de <https://asociacionredel.com/wp-content/libro/01.html>
- Colegio de México (2022). *México en Gentilicios de los países hispanoamericanos*. Diccionario del Español de México. Recuperado el 15 de agosto del 2022 de <https://dem.colmex.mx/Gentilicios>
- Comisión de Planeación Universitaria (2011). *Programa Integral de Seguridad Universitaria (PISU)*. Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo.
- Comisión Federal de Competencias Económica (2018). *Guía*. P. 3.
- CONAHCYT (2024, Enero) *¿Qué son los PRONACES?* Raúl García Barrios. Centro Regional de Investigaciones Multidisciplinarias, UNAM. Obtenido el 31 de diciembre del 2023 de <https://goo.su/UhGyMzN>

- CONALITEG (2022, Septiembre). *Cuido mi integridad personal*. Aprende en casa. Formación cívica y ética. Primaria 5to.
- Concha, Y., Castillo, M., y Guzmán, E. (2019). *Comparación de la calidad de vida en estudiantes universitarios según nivel de actividad física*. Universidad y Salud. Artículo corto, 22 (1), 33-40.
- Conde, S. (2014). *La violencia y la cultura de la calle entran a la escuela: acciones y reacciones*. ITESO. Universidad Jesuita de Guadalajara. Sinèctica 42, Revista Electrónica de Educación. Pp. 2- 20.
- Consejo Nacional de Evaluación de la Política de Desarrollo Social (2018). *Estudio diagnóstico del derecho a la vivienda digna y decorosa*. Ciudad de México. Recuperado el 16 de febrero del 2021 de https://www.coneval.org.mx/Evaluacion/IEPSM/Documents/Derechos_Sociales/Estudio_Diag_Vivienda_2018.pdf
- Consejo Social de la Universidad de Huelva (2009). *La responsabilidad social universitaria*. Pp. 6-7.
- Contreras, R. (2005). *Bioética. Conceptos fundamentales en Bioética, reto de la posmodernidad*. Universidad de los Andes. Facultad de Ciencias. Departamento de Química. P. 12.
- Coraggio, J. (2002, julio 24). *Universidad y Desarrollo Local*. [Presentación de Ponencia]. Seminario Internacional: La educación superior y las nuevas tendencias. Organizado por el Consejo Nacional de Educación Superior (CONESUP), UNESCO y el CIESPAL. Julio. Quito.
- Coordinación de Investigación Científica (s.f.). *Aviso de privacidad integral*. Recuperado el 06 de junio del 2020 de <https://www.cic.umich.mx/aviso-de-privacidad.html>
- Coordinación de Universidad Abierta y Educación Continua. (2024, Enero). *Axiología*. UNAM, SUAYED. Recuperado del 30 de enero del 2024 de

https://programas.cuaed.unam.mx/repositorio/moodle/pluginfile.php/1151/mod_resource/content/1/contenido/index.html#introduccion

Coordinación Ejecutiva del Consejo Estatal de Participación Social en la Educación (2024, Enero). *De protección civil y de seguridad en las escuelas*. Veracruz. <https://www.sev.gob.mx/ceconepase/de-proteccion-civil-y-de-seguridad-en-las-escuelas-2/>

Correa, D., Abarca, A., Baños, C., y Analuisa, S. (2019): *Actitud y aptitud en el proceso del aprendizaje*. Revista Atlante: Cuadernos de Educación y Desarrollo, junio. En línea: <https://www.eumed.net/rev/atlante/2019/06/actitud-aptitud-aprendizaje.html>
[//hdl.handle.net/20.500.11763/atlante1906actitud-aptitud-aprendizaje](https://hdl.handle.net/20.500.11763/atlante1906actitud-aptitud-aprendizaje)

Cortés, E., Ramírez, M., Olvera, J., y Arriaga, Y. (2009). *El comportamiento de salud desde la salud: la salud como proceso*. Alternativas en Psicología, 14 (20), marzo.

Coryell, W. (2021). *Introducción a los trastornos del estado de ánimo*. Manuales MSD. Disponible en <https://www.msdmanuals.com/es-mx/hogar/trastornos-de-la-salud-mental/trastornos-del-estado-de-%C3%A1nimo/introducci%C3%B3n-a-los-trastornos-del-estado-de-%C3%A1nimo>

Costanza, R., Fisher, B., Ali, S., Beer, C., Bond, L., Boumans, R., Danigelis, N., Dickinson, J., Elliott, C., Farley, J., Gayer, D., Glenn, L., Hudspeth, T., Mahoney, D., McCahill, L., McIntosh, B., Reed, B., Turab, S., Rizzo, D.,...Snapp, R. (2007). *Quality of life: An approach integrating opportunities, human needs, and subjective well-being*. Ecological economics, 61, 267-276.

Coulter, D. (1990). Capítulo 7: *Home is the Place: Quality of Life for Young Children with Developmental Disabilities* en Schalock, R., *Perspectives and Issues* (p. 61).

- Council of Europe (2017). *¿Qué es la paz? en Paz y violencia*. COMPASS: Manual de Educación de los Derechos Humanos con jóvenes. Recuperado el 23 de noviembre del 2020 de <https://www.coe.int/es/web/compass/peace-and-violence>
- Countrymeters (2022). *Reloj de población de México*. Población actual. [Conjunto de datos] Recuperado el 25 de junio del 2022 de <https://countrymeters.info/es/Mexico>
- Crepaz, P. (2015). *Introducción en Desarrollo Social a través del deporte*. Universidad Andina de Simón Bolívar. Pp. 7-9.
- Cuadrado, J., Mancha, T., Villena, J., Casares, J., González, M., Marín, J., y Peinado, M. (1997). *Política económica. Elaboración, objetivos e instrumentos*. Tercera edición revisada. Mc Graw Hill. Pp. 266-267.
- Cuenca, M. (2024, Enero). Conceptos de referencia en Ocio humanista y valioso. Blog de Manuel Cuenca Cabeza. Instituto de Estudios de Ocio Aisiazko Ikaskuntzen Institutua Leisure Studies Institute. Red de Investigación de ocio. Recuperado el 06 de noviembre del 2020 de <https://manuelcuenca.es/conceptos-de-referencia/>
- Cuentas, S. (2016). *La importancia de la familia en la prevención de la delincuencia juvenil: la escuela de familia*. [Trabajo fin de Máster, Universidad de Navarra] Máster Universitario en Matrimonio y Familia. Instituto de Ciencias para la Familia.
- Cummins, R. (2000). *Avances de la Comprensión de la Calidad de Vida Subjetiva*. Escuela de Psicología y Centro Australiano sobre la Calidad de Vida. Universidad de Deakin. Intervención Psicosocial, 9(2), 185-198.
- Delgado, E. (2014). *Estudio de Calidad de Vida en Discapacidad Intelectual*. [Trabajo de fin de Grado, Universidad de Valladolid].

Departamento Nacional de Planeación (DNP). (S.f.). *II. Convergencia y desarrollo regional – Caracterización, dinámica y desafíos*. Recuperado el 30 de junio del 2022 de <https://colaboracion.dnp.gov.co/CDT/PND/3C.%20Cap%C3%ADtulo%20II.pdf>

Di Pietro, L. (2001). *Hacia un desarrollo integrador y equitativo: una introducción al desarrollo local*. Pp. 13-46.

Di Napoli, P. (2020). *Sociodinámica de los conflictos juveniles en el espacio escolar*. Revista Aletheia, 12(1), 15-40.

Díaz Domínguez, N. (2018). *Factores que influyen en la decisión de compra del mercado del consumo final*. [Tesis, Universidad Veracruzana]. Instituto de Investigaciones Superiores de la Ciencias Administrativas. Xalapa, Veracruz, México. Disponible en <https://cdigital.uv.mx/bitstream/handle/123456789/48392/DiazDominguezNora.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Diener, E. (1984). *Subjective Well-Being*. University of Illinois at Champaign-Urbana. American Psychological Association, Inc. Psychological Bulletin, 95 (3), 542-575.

Diener, E., Wirtz, D., Tov, W., Kim-Prieto, C., Choi, D., Oishi, S., y Biswas, R. (2010). *New Well-being Measures: Short Scales to Assess Flourishing and Positive and Negative Feelings*. Soc. Indic. Res., 97, 143–156.

Dirección General de Derechos Humanos y Democracia (2008). *Seguridad ciudadana y derechos humanos en Derechos humanos: Agenda Internacional de México*. Secretaría de Relaciones Exteriores (Boletín informativo).

Dirección General de Educación por los Derechos Humanos. (2011). *Escuela de Formación, una alternativa a la violencia en la comunidad educativa*. Defensor. Revista de derechos humanos, 9 (9), septiembre.

- Dirección General de Prevención del Delito y Participación Ciudadana (2011). *Deserción escolar y conductas de riesgo en adolescente*. Secretaría de Seguridad Pública. Subsecretaría de prevención y Participación Ciudadana. Gobierno Federal.
- Dirección Nacional de Aduanas (2024, Enero). *Acuerdo de Alcance Parcial*. Montevideo, Uruguay. Recuperado el 12 de junio del 2020 de <https://www.aduanas.gub.uy/innovaportal/v/2453/8/innova.front/acuerdo-de-alcance-parcial.html>
- Dobles, M. (2019, julio 19). *Ansiedad, depresión y estrategias de autocuidado y afrontamiento ante el malestar psicológico en estudiantes universitarios*. [Presentación de Ponencia]. XXXVII Congreso Interamericano de Psicología. Julio. La Habana Cuba.
- Domenach, J. (1981). *La violencia y sus causas*. Editorial de la UNESCO. Pp. 27-46.
- Domínguez, S. y Campos, Y. (2017). *Influencia de la satisfacción con los estudios sobre la procrastinación académica en estudiantes de psicología: un estudio preliminar*. Universidad de San Martín de Porres, Lima Perú. Revista Liberabit, 23 (1).
- Domínguez, M. (2009). *Responsabilidad Social Universitaria*. Universidad de León, España. Humanismo y Trabajo Social, 8.
- Domínguez, M. (S.f.). *Teresa de Calcuta la vida entre pobres*. Las calles de Calcuta. En la Calle.
- Dueñas, O., Lara, M., Zamora, G., y Saunas, G.(2005) *¿Qué es la calidad de vida para los estudiantes?* Revista de Neuro-Psiquiatría, 68 (3-4), 213-221.
- Elizabe, J., Chiecher, A., y Paoloni, P. (2019). *Los estudiantes universitarios y sus metas académicas. Implicancias en el logro y retraso de los estudios*.

- Universidad Nacional de Entre Ríos. Ciencia, Docencia y Tecnología, 30 (59), 148-173.
- Elizondo, A., Rodríguez, J., y Rodríguez, I. (2018). *La importancia de la emoción en el aprendizaje*. Revista de Didácticas Específicas, 19, 37-42.
- Ernst, G. (2001). *Educación para todos: La teoría de las Inteligencias Múltiples de Gardner*. Revista de psicología de la PUCP, 19 (2), 321-330.
- Escobar, M. y Pico, M. (2011). *Autocuidado de la salud en jóvenes universitarios, Manizales, 2010-2011*. Revista Facultad Nacional de Salud Pública, 31(2), 178-186.
- Espinel, J., Ruperti, E., Aguilar, D., Viera, A., Miranda, W., y Villegas, T. (2018). *La familia indicador del propósito de vida en jóvenes universitarios*. Revista Espacios, 39 (29).
- Explorador del Estudio Comparativo de Universidades Mexicanas (2020). *Estudio comparativo de universidades mexicanas*. [Conjunto de datos institucionales]. UNAM. Recuperado del 25 de junio 2022 de <http://www.execum.unam.mx/>
- Figuerola, M. (2019). *Satisfacción académica, necesidades psicológicas básicas y estrategias de autorregulación académica en universitarios de primer año*. [Tesis, Universidad de Concepción]. Dirección de Postgrado. Facultad de Ciencias Sociales. Programa de magister en Psicología. Concepción Chile.
- Flores, E., García, M., Calsina, W., y Yapuchura, A. (2016). *Las habilidades sociales y la comunicación interpersonal de los estudiantes de la Universidad Nacional del Altiplano – PUNO*. Perú. Revista Comunicación, 7 (2), julio-diciembre, 6-8. Disponible en http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2219-71682016000200001

- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (2019). *Seamos amigos en la escuela: una guía para promover la empatía y la inclusión*. Editorial Santillana. Quito, Ecuador.
- Fuchs, L. (2014, Noviembre). *¿Por qué nos relaja cocinar? Directo al paladar*. Cultura gastronómica. Recuperado el 02 de enero del 2024 de <https://www.directoalpaladar.com/cultura-gastronomica/por-que-nos-relaja-cocinar>
- Fuentes, D. (2003). *Políticas públicas y seguridad ciudadana: la violencia como problema público*. Estudios fronterizos, 4 (8), julio-diciembre, 13-28.
- Fundación ASISPA (2022, Enero). *5 habilidades interpersonales de la inteligencia emocional*. Recuperado el 30 de enero del 2024 de <https://fundacionasispa.org/5-habilidades-intrapersonales-inteligencia-emocional/>
- Fundación Internacional de Educación de Colombia (2023, Mayo). *El tiempo de ocio y su impacto en la salud de los estudiantes*. Recuperado el 30 de junio del 2023 de <https://bienestaruniversitario.unincol.edu.co/salud/2023/05/31/tiempo-ocio-impacto-salud-estudiantes>
- Galtung, J. (2003). *Paz por medios pacíficos. Paz y conflicto, desarrollo y civilización*. Red Genika. Pp. 31-93.
- Gallego, G. (2018). *La amistad elemento clave de la comunicación y de la relación*. Universidad Complutense de Madrid. Revista de Comunicación de la SEECI, 44, 15-31.
- Ganso, H. (2014, noviembre 26). *Uso del tiempo libre. Indicadores psicofísicos de estrés académico en estudiantes universitarios de la UNQUI*. [Presentación de estudio]. VI Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XXI. Jornadas de Investigación. Décimo

Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Facultad de Psicología. Universidad de Buenos Aires. Buenos Aires.

Garbanzo, G. (2007). *Factores asociados al rendimiento académico en estudiantes universitarios, una reflexión desde la calidad a la educación superior pública*. Educación, 3, (1), 51.

García, J., Zamora, A., y Becerril, E. (2019). *El papel de la inteligencia y las competencias emocionales en la construcción de la paz en alumnos de licenciatura pública en el municipio de Morelia*. Revista CIMEXUS, 14 (2), 287-293 y 303-304.

García, N. y Begoña, M. (2007). *La motivación del alumnado a través de la satisfacción con la asignatura. Efecto sobre el rendimiento*. Servicios de Publicaciones de la Universidad de Navarra. Estudios Sobre Educación, 13, 90-91.

García, S. y Bastida, M. (2012). *Un paradigma educativo intercultural para impulsar la paz y el desarrollo local de las comunidades originarias*. El programa de Desarrollo Sustentable de la Universidad Intercultural del Estado de México.

García, C. y González, I. (2000). *La categoría de bienestar psicológico. Su relación con otras categorías sociales*. Revista Cubana de Medicina General Integral, 16 (6), 586-592.

Gavín, O. y Molero, D. (2019). *Estudio sobre inteligencia emocional, calidad de vida y relaciones interpersonales de personas con discapacidad intelectual*. Universidad de Jaén, España. Psychology, Society, & Education, 11(3), 313-327.

Gentile, G. (2013). *Calidad de vida relacionada con la salud en Bienestar y calidad de vida relacionada con la salud en una muestra urbana de jóvenes*. [Tesis doctoral, Universidad de Zaragoza]. Psicología y Sociología. Pp. 21-60.

- Gentile, M. (2024, Enero). *Escudo de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo*. Historia y Significado. Recuperado el 19 de enero del 2024 de <https://www.lifeder.com/escudo-umsnh/>
- Gindenberger, C. (1978). *Desarrollo y calidad de vida*. CEINAR. Revista Argentina de Relaciones Internacionales, 12 (4), septiembre-diciembre.
- Goleman, D. (1995). *La inteligencia Emocional: Porque es más importante que el coeficiente intelectual*. Editorial Kairós.
- Gómez, R., Monteiro, H., Cossio, M., Fama, D., y Zanesco, A. (2010). *El ejercicio físico y su prescripción en pacientes con enfermedades crónicas degenerativas*. Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud pública, 27 (3), 381-382. Disponible en http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1726-46342010000300011
- González, L., y Ayarza, H. (1996, junio 7). *Calidad, evaluación institucional y acreditación en la educación superior en la región latinoamericana y del Caribe*. [Presentación de documento]. Documento preparado para la Conferencia Regional de CRESALC/UNESCO sobre Políticas y Estrategias para la Transformación de la Educación Superior en América Latina y el Caribe.
- Gudynas, E. (2011). *Debates sobre el desarrollo y sus alternativas en América Latina: Una breve guía heterodoxa en Más allá del desarrollo*. Grupo permanente de trabajo sobre Alternativas de Desarrollo. Fundación Rosa Luxemburgo y AbyaYala. Quito, Colombia. Disponible en <http://gudynas.com/publicaciones/capitulos/GudynasDesarrolloGuiaHeterodoxaFRLQuito11.pdf>
- Guzmán, C. (2017). *Las nuevas figuras estudiantiles y los múltiples sentidos de los estudios universitarios*. Revista de la Educación Superior, 46 (182), 71-87.

- Hayes, J. (1996). *Un nuevo marco para la comprensión de los cognitivo y lo emocional en la escritura*. The Science of Writing. Editorial Santillana. Pp. 1-27.
- Health and Human Services. (2018). *Lista de estados de ánimo, conductas, situaciones y pensamientos*. Disponible en dshs.texas.gov/mhservices-search/
- Hernández, I., Luna, J., y Cadena, M. (2017). *Cultura de Paz: Una Construcción educativa aporte teórico*. Revista Historia de la Educación Latinoamericana, 19 (28), enero-junio, 149-172.
- Hernández, J., Espinoza, J., Peñaloza, M., Rodríguez, J., Chacón, J., Toloza, C., Arenas, M., Carrillo, S., y Bermúdez, V. (2018). *Sobre el uso adecuado del coeficiente de correlación de Pearson: definición, propiedades y suposiciones*. Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica, 37 (5), 183-184.
- Hernández, O. (2016). *Incluir desde lo amoroso: una mirada desde la pedagogía del amor y la paz*. Universidad Autónoma Indígena de México. 12 (3), enero-junio, 261-269.
- Hernández, R., Fernández, C., y Baptista, P. (2014). *Enfoques de la investigación, media aritmética y medición ordinal en Metodología de la investigación*. Sexta edición. Mc Graw Hill. México, D.F.
- Huerta, D. (2020, Septiembre) *¿Cuáles son las 8 inteligencias múltiples de Gardner?* Red Cenit, Centros de Desarrollo Cognitivo. Recuperado el 30 de enero del 2024 de <https://www.redcenit.com/cuales-son-las-8-inteligencias-multiples-de-gardner/>
- Hurtado, O. y Ochoa, D. (2011). *Análisis del uso del tiempo libre en estudiantes de grado 9º, de dos instituciones educativas una pública y una privada de Cali y sus repercusiones en su entorno social y cultural*. Universidad del Valle.

Facultad de Humanidades. Departamento de geografía. Licenciatura en Educación Básica con énfasis en ciencias sociales Santiago de Cali.

Iguarta, J., Álvarez, J., Adrián, J., y Páez, D. (1994). *Música, imagen y emoción: una perspectiva Vigotskiana*. Universidad de Oviedo. *Psicothema*, 6(3), 347-356.

Instituto de Educación Superior de Chapela. (2007). *Los factores determinantes de la elección de alimentos*. Recuperado el 13 de diciembre del 2021 de [http://www.edu.xunta.gal/centros/ieschapela/system/files/LOS%20FACTOR ES%20DETERMINANTES%20DE%20LA%20ELECCI%C3%93N%20DE%20ALIMENTOS.pdf](http://www.edu.xunta.gal/centros/ieschapela/system/files/LOS%20FACTOR%20DETERMINANTES%20DE%20LA%20ELECCI%C3%93N%20DE%20ALIMENTOS.pdf)

Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS), (S.f.). *Diagnóstico y Tratamiento del Insomnio en Ancianos*. Guía de Práctica Clínica. Pp. 492-11.

Instituto Nacional para la Evaluación de la Educación. (2018). *Definiciones de la calidad de la educación en el Instituto Nacional para la Evaluación de la Educación*.

Instituto Nacional de Ciencias Médicas y Nutrición Salvador Zubirán (2017). *¿Qué es la calidad de vida? Comité de Ética en Investigación*. Gobierno de México. Recuperado el 28 de junio del 2022 de <https://www.incmnsz.mx/opencms/contenido/investigacion/comiteEtica/calidadVida.html>

Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (2010). *División territorial, escolaridad y extensión territorial*. [Conjunto de datos]. *Cuéntame INEGI*. Recuperado el 06 de mayo del 2020 de <https://cuentame.inegi.org.mx/territorio/extension/default.aspx?tema=T>

Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (2015). *Porcentaje de la población de 3 años y más que asiste a la escuela, población de 6 a 14 años que sabe leer y escribir y porcentaje de población de 15 y más según nivel*

- educativo*. [Conjunto de datos]. Recuperado el 1 de junio del 2020 de <https://inegi.org.mx/temas/educacion/>
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (2018). *Cotización a la seguridad social*. Comunicado de prensa núm. 668/18. [Conjunto de datos]. Sexta edición de la Encuesta Nacional de Empleo y Seguridad Social (ENESS).
- Instituto Nacional de Estadística (2019). *Metodología de Indicadores de Calidad de Vida*. Recuperado el 30 de junio del 2020 de https://www.ine.es/ss/Satellite?L=es_ES&c=INEPublicacion_C&cid=1259937499084&p=1254735110672&pagename=ProductosYServicios%2FPYSLayout¶m1=PYSDetalleGratis
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (2020). *Asistencia escolar*. [Conjunto de datos]. Recuperado el 1 de junio del 2022 de <https://cuentame.inegi.org.mx/poblacion/asistencia.aspx?tema=P>
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (2020). *Escolaridad*. [Conjunto de datos]. Recuperado el 1 de junio del 2022 de <https://cuentame.inegi.org.mx/poblacion/escolaridad.aspx?tema=P>
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (2020). *Esperanza de vida*. [Conjunto de datos]. Recuperado el 1 de junio del 2022 de https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/aproposito/2021/EAP_P_OBLAC21.pdf
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (2020). *Natalidad y fecundidad, mortalidad y lengua indígena*. [Conjunto de datos]. Recuperado el 1 de junio del 2022 de <https://www.inegi.org.mx/temas/>
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (2020). *Número de habitantes*. [Conjunto de datos]. Recuperado el 16 de agosto del 2022 de <https://cuentame.inegi.org.mx/monografias/default.aspx?tema=me>

- Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (2022). *Matrícula escolar por entidad federativa según nivel educativo, ciclos escolares seleccionados de 2021/2022*. [Conjunto de datos]. Recuperado el 16 de agosto del 2022 de https://www.inegi.org.mx/app/tabulados/interactivos/?px=Educacion_06&bd=Educacion
- Instituto Nacional de Pediatría Ramón de la Fuente Muñiz (2011). *¿Qué es el bullying o acoso escolar?* Obtenido el 31 de diciembre del 2023 de https://www.inprf.gob.mx/transparencia/archivos/pdfs/bullying_2012.pdf
- Jasso, L. (2018). *Organizaciones de la sociedad civil por la seguridad en México: ¿Cuántas son y donde están?* Nexos. Recuperado el 21 de diciembre del 2023 de <https://seguridad.nexos.com.mx/author/lucia-carmina-jasso-lopez/>
- Jiménez, F. (2017). *Paz ecológica y Paz gaia: Nuevas formas de construcción de paz*. Revista de Cultura de Paz, 1, enero-diciembre, 7-29.
- Juventud por los Derechos Humanos (2022). La declaración universal de Derechos Humanos de las Naciones Unidas. Recuperado el 30 de junio del 2022 de <https://www.juventudporlosderechoshumanos.es/what-are-human-rights/universal-declaration-of-human-rights/introduction.html>
- Kant, I. (1795). *La paz perpetua*. Editorial Elejandria. T. F. Rivera Pastor. Pp.2-42. Obtenido de <https://www.elejandria.com/libro/descargar/la-paz-perpetua/immanuel-kant/1311/2659>
- Knutson, K., Spiegel, K., Peney, P., y Van, E. (2007). *The Metabolic Consequences of Sleep Deprivation*. National Institutes. Sleep Medic Reviews, 11 (3), June, 163-178.
- La Agencia de la ONU para los Refugiados. (2017). *Nelson Mandela, un luchador por la paz y los derechos humanos*. Recuperado el 21 de junio del 2022 de <https://eacnur.org/es/actualidad/noticias/eventos/nelson-mandela-un-luchador-por-la-paz-y-los-derechos-humanos>

- La Agencia de la ONU para los Refugiados. (2011). *México: Diálogo sobre cultura de paz desarrollo local y desplazamiento forzado*. Recuperado el 28 de junio del 2022 de <https://www.acnur.org/noticias/noticia/2011/4/5b0c20301b/mexico-dialogo-sobre-cultura-de-paz-desarrollo-local-y-desplazamiento-forzado.html>
- La Agencia de la ONU para los Refugiados. (2020). *Gandhi, un símbolo eterno de paz*. Recuperado el 21 de junio del 2022 de https://eacnur.org/blog/gandhi-un-simbolo-eterno-de-la-paz-tc_alt45664n_o_pstn_o_pst/
- Lake, D. (1992). *Powerful pacifists: democratic states and war*. American Political Science Review, 86 (1), march, 24-33.
- Landeta, C. (2022). *La psicología económica en la satisfacción con la situación económica de América Latina*. Quito.
- Lara, N., Saldaña, Y., Fernández, N., y Delgadillo, H. (2015). *Salud, calidad de vida y entorno universitario en estudiantes mexicanos de una universidad pública*. Universidad Autónoma Metropolitana-Xochimilco. Hacia la promoción de la salud, 20 (2), 104-105.
- Librería Editrice Vaticana (1987). *Discorso di Giovanni Paolo II*. Ai partecipanti al campionato mondiale di atletica. Miércoles de septiembre de 1987. Recuperado el 30 de junio del 2022 de https://www.vatican.va/content/john-paul-ii/it/speeches/1987/september/documents/hf_jp-ii_spe_19870902_campionato-atletica.html
- Librería Editrice Vaticana (2000). *Homilía del Santo Padre Juan Pablo II*. Jubileo de los deportistas. Domingo 29 de octubre 2000. Recuperado el 30 de junio del 2022 de https://www.vatican.va/content/john-paul-ii/es/homilies/2000/documents/hf_jp-ii_hom_20001029_jubilee-sport.html
- Loor, A. y Salgado, R. (2013) *El uso del tiempo libre y su incidencia en el rendimiento académico en los estudiantes de 11-13 años (8º y 9º año de educación básica) del colegio nacional mixto Tarquí, propuesta alternativa*.

[Tesis, Universidad de las Fuerzas Armadas ESPE]. Licenciatura en ciencias de la actividad física, deportes y recreación. Departamento de ciencias humanas y sociales.

López, C. (2015). *Inteligencia emocional y relaciones interpersonales en los estudiantes de enfermería*. Educación médica, 16 (1), enero-marzo, 83-92.

López, M., De la paz, M., y Mollo, G. (2013). *La calidad y la responsabilidad social universitaria: Ejes para un nuevo modelo de educación superior*. Universidad Nacional de la Plata. Ciencias Administrativas. Revista Digital FCE-UNLP, 1, enero-julio, 1-7.

López, S., y Chacón, L. (2019, mayo 29). *Tipos de conflictos entre estudiantes universitarios*. [Presentación de póster]. XVI Encuentro Participación de la Mujer en la Ciencia.

Lozano, N. (2011). *De Teorías, Metodologías y Prácticas para la Paz*. VI Jornadas de Jóvenes Investigadores. Instituto de Investigaciones Gino Germani, Facultad de Ciencias Sociales, Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.

Luque, O. (2015). *El papel de la inteligencia emocional sobre la calidad de vida en mayores institucionalizados*. [Tesis doctoral, Universidad de Jaén]. Facultad de humanidades y ciencias de la educación. Departamento de psicología.

Mancilla, A., Ángeles, J., y Orosco, P. (2019). *Satisfacción de los estudiantes universitarios con su educación e índice de retención UICUI*. Integración Académica en Psicología, 7 (21), 71-80.

Marín, G. (2014). *Actividad física y calidad de vida*. Universidad del centro de la provincia de Buenos Aires. Disponible en <https://www.unicen.edu.ar/content/actividad-f%C3%ADsica-y-calidad-de-vida>

Martínez, A., y Valderrama, L. (2010). *Motivación para Estudiar en Jóvenes de Nivel Medio Superior*. Revista Electrónica Nova Scientia 5, 3 (1), 167-176.

- Martínez, L., Moreno A., y Molina, I. (2016). *La calidad de vida en el desarrollo local: propuesta metodológica y práctica de campo*. Prisma social, 17, diciembre, 319-342.
- Maslow, A. (1943). *A theory of human motivation*.
- Mayor, F. (2022). *Cultura de la paz*. Fundación Cultura de la Paz. Ciudad Universitaria de Cantoblanco. Madrid.
- Meda, R., De Santos, F., Lara, B., Verdugo, J., Palomera, A., y Valdez, M. (2008). *Evaluación de la Percepción de la calidad de vida y el estilo de vida de estudiantes desde el contexto de la Universidades Promotoras de Salud*. Revista de Educación y desarrollo, 5 (8), abril-junio, 5-15.
- Mendoza, J. (2018). *Subsistemas de Educación Superior*. Estadística básica 2006-2017. DGEI-UNAM. Ciudad de México. Pp. 7-8, 14-15 y 17-18.
- Mendoza, M., Ledesma, C., y Venegas, J. (2007). *Manual para construir la paz en el aula. Constructores de paz en la comunidad escolar*. Guía para docentes. Comisión de Derechos Humanos del Distrito Federal. México, D.F.
- Méndez, R. (2010). *El tiempo libre o de ocio en la universidad: un perfil de estudiante y una responsabilidad formativa*. Innovación educativa, 20, 183-202.
- Merino, E. (2012). *Ciudadanía, equidad e innovación: reflexiones sobre la política de responsabilidad social de las universidades*. Universidad de Málaga. 12 (59), mayo- agosto.
- México Unido Contra la Delincuencia (2023). *Organización*. Recuperado el 25 de junio del 2023 de <https://www.mucd.org.mx/>
- Miró, E., Solanes, A., Martínez, P., Sánchez, A., y Rodríguez, J. (2007). *Relación entre el burnout o “síndrome de quemarse por el trabajo”, la tensión laboral y las características del sueño*. Universidad de Oviedo. España. Revista Psicothema, 19 (3), 388-394.

- MIT Centro de Día (2019, Diciembre). *Actividades de la vida diaria (AVDs). Que son y tipos*. Recuperado el 31 de agosto 2023 de <https://mitcentrodedia.es/actividades-de-la-vida-diaria/>
- Molina, B., y Muñoz, F. (2004). *Manual de paz y conflictos*. España. Universidad de Granada.
- Montaño, J. (2016). *México en la Organización de las Naciones Unidas 1945-2015*. Pp. 35-58.
- Monterroso, I. (2014). *Desarrollo Local Sustentable*. Programa ConectaDEL. Fundación DEMUCA en Centroamérica. Pp. 5-25.
- Montuy, C. (2012). *La importancia de la tarea escolar en el aprovechamiento de los alumnos de la escuela primaria*. [Tesis, Universidad Pedagógica Nacional de Campeche]. Disponible en <http://200.23.113.51/pdf/29827.pdf>
- Moreno, B., y Ximénez, C. (1996). *Evaluación de la calidad de vida. Manual de evaluación en Psicología Clínica y de la Salud*. Universidad Autónoma de Madrid: Siglo XXI, pp. 1045-1070.
- Muñeton, C. (2017). Anatomía, inteligencia emocional y paz. *Revista de la Universidad de La Salle*, 73, 277-293.
- Muñoz, D. (2009). *La coordinación y el equilibrio en el área de Educación Física. Actividades para su desarrollo*. *Revista Digital Buenos Aires*, 13, (130).
- Museo interactivo de Economía (2021). *¿Cómo se MIDE la satisfacción económica en México?* Recuperado el 30 de junio del 2023 de <https://midedigital.museum/coleccion/principios-economia/como-se-mide-la-satisfaccion-economica-mexico/>
- Naciones Unidas (2022). *Convivir en paz: un proceso necesario para el desarrollo sostenible*. Recuperado del 04 de julio del 2022 de <https://www.un.org/es/observances/living-in-peace-day#:~:text=Convivir>

- Naciones Unidas (2022). *Objetivos de Desarrollo Sostenible*. Recuperado del 04 de julio del 2022 de <https://www.un.org/sustainabledevelopment/es/objetivos-de-desarrollo-sostenible/>
- Nava, M. (2012). *La calidad de vida: Análisis multidimensional*. 11 (3), 130. Disponible en <https://www.medigraphic.com/pdfs/enfneu/ene-2012/ene123c.pdf>
- Navarro, C. (2011). *Alcances de la investigación y método científico en Epistemología y Metodología*. Primera edición. Grupo Editorial Patria. Pp. 183-197.
- Nieves, Y. (2010). *Hábitos de ocio y consumo en población universitaria menor de 30 años*. Ministerio de Sanidad y política social. Secretaría General de Política Social y Consumo. Delegación del Gobierno para el Plan Nacional sobre Drogas. Fundación Atenea.
- Noborio, M. (2018). *Satisfacción estudiantil de la calidad del servicio educativo en la formación profesional de las carreras técnicas de baja y alta demanda*. [Tesis, Universidad Peruana Cayetano Heredia]. Lima, Perú. Pp. 30-31.
- Núñez, F. (S.f.). *La economía y la satisfacción con la vida*. Págs. 49- 57.
- Oficina del Alto Comisionado para los Derechos Humanos (1990, Diciembre). *Directrices de las Naciones Unidas para la prevención de la delincuencia juvenil (Directrices de Riad)*. Adoptadas y proclamadas por la Asamblea General en su resolución 45/112, de 14 de diciembre de 1990 Recuperado el 30 de junio del 2023 de <https://www.ohchr.org/es/instruments-mechanisms/instruments/united-nations-guidelines-prevention-jvenile-delinquency-riyadh>

Oficina del Alto Comisionado para los Derechos Humanos (2021, Agosto). *Un estudio universitario indica que la educación en derechos humanos contribuye a prevenir conflictos*. Naciones Unidas. Obtenido el 4 de noviembre del 2023 de <https://www.ohchr.org/es/stories/2021/08/student-study-shows-human-rights-education-helps-conflict-prevention>

Oficina Internacional del Trabajo (S.f.). *Estrategias de desarrollo local*. Desafíos fundamentales. Ginebra. Pp. 2-24.

Ollivela, G., Silvera, L., Cudris, L., Bahamón, M., y Medina, P. (2020). *Calidad de vida en jóvenes universitarios*. Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica. Revista AVFT, 39 (3), 391-395.

Ordoñez, P. (2015). *Las tareas escolares: Herramienta didáctica por excelencia*. Didáctica. Recuperado el 02 de diciembre del 2020 de <https://www.magisterio.com.co/articulo/las-tareas-escolares-herramienta-didactica-por-excelencia>

Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (s.f.). *¿Qué es la cultura de la paz?* [Presentación de póster]. Cultivemos. Decenio Internacional de una Cultura de Paz y no violencia para los niños del mundo. P.2. Recuperado el 23 de noviembre del 2020 de <http://unescopaz.uprrp.edu/documentos/culturapaz.pdf>

Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (2015). *Módulo teórico práctico sobre la prevención de la violencia escolar y la resolución de conflictos en entornos escolares*. Oficina multipaís de la UNESCO en San José, representación para Costa Rica, el Salvador, Honduras, Nicaragua y Panamá.

Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (2021). *Cultura de Paz y No Violencia*. Recuperado el 20 de mayo del 2022 de <https://en.unesco.org/themes/building-peace-programmes>

- Organización Mundial de la Salud (1948). *Official Records of the World Health Organization*. 2, 100. La cita procede del Preámbulo de la Constitución de la Organización Mundial de la Salud, que fue adoptada por la Conferencia Sanitaria Internacional, celebrada en Nueva York del 19 de junio al 22 de julio de 1946, firmada el 22 de julio de 1946 por los representantes de 61 Estados (<https://www.who.int/es/about/frequently-asked-questions>). Recuperado el 23 de febrero del 2021 de https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/85573/Official_record2_eng.pdf;jsessionid=72641C1F6C5AA0FA977225B6D5226FFF?sequence=1
- Organización Mundial de la Salud (1996). *¿Qué calidad de vida?* en *La gente y la salud*. Foro Mundial de Salud, 17, 385. Recuperado el 20 de mayo del 2022 https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/55264/WHF_1996_17_n4_p_385-387_spa.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Organización Mundial de la Salud (2018, Junio). *Obesidad y sobrepeso. Párrafo 8*. Recuperado el 14 de mayo del 2019 de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>
- Organización Mundial de la Salud (2020, Octubre). *Actividad física*. Recuperado el 1 de julio de 2022 de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>
- Organización Panamericana de la Salud (2010). *Estrategia y plan de acción regional sobre los adolescentes y jóvenes 2010-2018*. Organización Mundial de la salud. Washington, D.C.
- Organización Panamericana de la Salud (2019). *Plan de acción mundial sobre Actividad física 2018-2030. Más personas activas, para un mundo más sano*. Organización Mundial de la salud.
- Organización Panamericana de la Salud. (s.f.). *Sistemas y servicios de salud*. Recuperado el 04 de junio del 2020 de

https://www.paho.org/mex/index.php?option=com_content&view=article&id=354:sistemas-servicios-salud&Itemid=387

Organización para la Agricultura y la Alimentación (2019). *Prevalencia de la obesidad entre la población adulta (18 años y más) en Utilización de los alimentos*. [Conjunto de datos]. *Indicadores específicos*. Recuperado el 21 de noviembre del 2020 de <http://www.fao.org/faostat/es/#country/138>

Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico (2013). *México debe combatir el aumento de la obesidad, asegura la OCDE*. Centro de México. Medios. Recuperado el 30 de abril del 2021 de http://www.oecd.org/centrodemexico/medios/Mexico_press%20release_5_espCZB-Final.pdf

Oriola, S., y Gustems, J. (2020). *Música y emoción, un binomio inseparable*. Universidad de Barcelona.

Ortíz, I. (2022, 25 de abril). *Necesidades humanas básicas y cultura de paz*. [Nota de prensa]. La jornada Zacatecas.

Ortiz, R., y Ramírez, M. (2020). *Actividad física, cognición, rendimiento académico, niños (Physical Activity, cognition, and academic performance: a brief review from the neurosciences)*. *Retos*, 38, 868–878.

Osorio, J. (2016). *La escuela en escenarios de conflicto: daños y desafíos*. Universidad Santo Tomás. Bogotá, D.C. *Hallazgos*, 13 (26), 179-191.

Pacto mundial (2023). *ODS 16 Paz mundial, justicia e instituciones sólidas*. Red española. Recuperado el 30 de junio del 2023 de <https://www.pactomundial.org/ods/16-paz-justicia-e-instituciones-solidas/>

Padilla, C. (S.f.). *Análisis de las inteligencias múltiples predominantes en el alumnado de secundaria y su enseñanza-aprendizaje*. [Proyecto de fin de Máster, Universidad de la Laguna]. Facultad de educación.

- Pajares, C. (2019). *Calidad de sueño y estrés académico en estudiantes de derecho*. [Tesis, Universidad Católica del Perú]. Facultad de Psicología.
- Palomera, R., Briones, E., y Gómez, A. (2017). *Diseño, desarrollo y resultados de un programa de educación socio-emocional para la formación de docentes a nivel de grado y posgrado*. Universidad de Cantabria. Contextos Educativos, 20, 165-182.
- Parada, J. (2011). *Proyecto educativo sobre higiene personal dirigido a los niños y niñas de la escuela fiscal mixta Abdón Calderón Muñoz de la comunidad la clemencia. Cantón Olmedo. Provincia Manabí*. [Tesis de grado, Escuela Superior Politécnica de Chimborazo]. Facultad de Salud Pública.
- Paramio, A., Gil-Olarte, P., Guerrero, C., Mestre, J., y Guil, R. (2017). *Ejercicio y calidad de vida en estudiantes universitarios*. International Journal of Development and Educational Psychology, 2 (1), 438-439.
- Parra, H., y Jiménez, F. (2016). *Estilos de resolución de conflictos en estudiantes universitarios*. Revista Logos, Ciencia & Tecnología, 8 (1), 3-11.
- Pascual, A., y Yudki, A. (2003). *Educación para la paz en convivencia solidaria: Hacia una agenda compartida de investigación en acción*. Catedra UNESCO de Educación para la Paz. Operación Solidaria: Agenda para la Calidad de Vida. Universidad de Puerto Rico.
- Pascual, S. (2017). *Frecuencia de consumo de alimentos en estudiantes universitarios*. [Tesis de fin de grado, Universidad de León]. Ciencias de la actividad física y del deporte.
- Pascussi, M. (s.f.). *El ocio como fuente de bienestar y contribución a una mejor calidad de vida*. Universidad de Flores. Calidad de Vida y Salud, 5 (1), 45.
- Pascucci, M. (S.f.). *Los jóvenes universitarios y el ocio*. Universidad de Flores. European Scientific Journal, 1, mayo.

- Paz, E., y Díaz, W. (2018). *Educación para la paz: una mirada desde la Universidad Nacional Autónoma de Honduras*. Innovación Educativa, 19 (79), enero-abril.
- Pérez, A. (2012). *Inteligencia emocional y motivación del estudiante universitario*. [Tesis doctoral, Universidad de las Palmas de Gran Canaria]. Departamento de Psicología y Sociología. Facultad de Formación del Profesorado.
- Pérez, A., y Sacristán, G. (1992). *Capítulo II. Los procesos de enseñanza-aprendizaje: Análisis didáctico de las principales teorías de aprendizaje*. Editorial Morata. Madrid. Pp. 8-9.
- Pérez, G. (S.f.). *La educación para la paz y el desarrollo en el curriculum*. Universidad de Sevilla. Psicología social, 12, 133-148.
- Pérez, F. (2013). *Nueva escala de satisfacción sexual (NSSS) en usuarios de redes sociales*. [Trabajo fin de Máster, Universidad de Almería]. Facultad de Ciencias de la Educación, Enfermería y Fisioterapia.
- Pérez, N. (2013). *Variables predictivas de la satisfacción con la vida en estudiantes universitarios*. Departamento de Métodos de Investigación y Diagnóstico en Educación. Facultad de Pedagogía. Universidad de Barcelona, España.
- Pinto, J., Zaharia, M., y Gómez, H. (2015). *Angiogénesis: Desde la biología hasta la terapia blanco dirigida*. Carcinoma, 5 (2), octubre, 61-70.
- Planinsec, J., y Pisot, R. (2006). *Motor coordination and intelligence level in adolescents*. Adolescence, 41(164), 667-676.
- Prieto, M., Carrillo, J., y López, L. (2015). *Violencia virtual y acoso escolar entre estudiantes universitarios: el lado oscuro de las redes sociales*. Innovación educativa, 15 (68), mayo- agosto.
- Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo (2019). *¿Qué es el índice de Desarrollo Humano (IDH)?* México. Recuperado el 23 de abril del 2020 de

https://www.mx.undp.org/content/mexico/es/home/ourwork/povertyreduction/in_depth/desarrollo-humano.html

Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo (2020). *Gobierno en México en breve*. Recuperado el 23 de marzo del 2019 de <https://www.mx.undp.org/content/mexico/es/home/countryinfo.html>

Quero, M. (2010). *Confiabilidad y coeficiente de Alpha de Cronbach*. Universidad Privada Dr. Rafael Bellosó Chacín. Maracaibo, Venezuela. Telos, 12 (2), mayo-agosto, 248-252.

Raich, J. (2001). *La teoría de la paz democrática*. Papeles, 76, 77-86.

Ramírez, G., Benítez, G., y Kempermann, G. (2007). *Formación de neuronas nuevas en el hipocampo adulto: neurogénesis*. Salud Mental, 30 (3), mayo-junio, 12-18.

Ramírez, S., Vinaccia, S., y Suárez, G. (2004). *El impacto de la actividad física y el deporte sobre la salud, la cognición, la socialización y el rendimiento académico: una revisión teórica*. Revista de estudios sociales, 18, 67-75.

Ramos, E. (2015). *Paz Transformadora (y Participativa): teoría y método de la paz y el conflicto desde la perspectiva sociopráctica*. Universidad Nacional Autónoma de Honduras (UNAH). Instituto Universitario en Democracia Paz y Seguridad (IUDPAS).

Real Academia Española. (2023). *Participar*. Recuperado el 23 de noviembre del 2023 de <https://dle.rae.es/participar>

Real Academia Española. (2023). *Paz*. Recuperado el 23 de noviembre del 2023 de <https://dle.rae.es/paz>

Real Academia Española. (2023). *Tarja*. Recuperado el 03 de octubre del 2023 de <https://dle.rae.es/tarja>

- Real Academia Española. (2023). *Acuerdo, ambulatoria, calidad de vida, diacrónica y morbilidad*. Recuperado el 09 de junio del 2023 de <https://dle.rae.es>
- Real Academia Española. (2023). *Satisfacción*. Recuperado el 4 de julio del 2023 de <https://dle.rae.es/satisfacci%C3%B3n>
- Reig, A., Cabrero, J., Ferrer, R., y Richart, M. (2003). *La calidad de vida y el estado de salud de los estudiantes universitarios*. Universidad de Alicante. Biblioteca Virtual Universal.
- Restrepo, L. y González, J. (2007). *De Pearson a Spearman*. Revista Colombiana de Ciencias Pecuarias, 20, 183-184.
- Rengifo, J. (2016). *La paz y el desarrollo local*. Revista independiente. Generación paz.
- Riveros, A. (2018). *Los estudiantes universitarios: vulnerabilidad, atención e intervención en su desarrollo*. Universidad Nacional Autónoma de México. Revista Digital Universitaria, 19 (1), enero-febrero.
- Robbins, S., y Judge, T. (2009). *¿Qué son las emociones y los estados de ánimo? En Comportamiento Organizacional*. Decimotercera edición. Pearson Education, México. Trad. Javier Enrique Brito. Pp. 251-259.
- Rodríguez, J., y Argulló, E. (1999). *Estilos de vida, cultura, ocio y tiempo libre de los estudiantes universitarios*. Universidad de Oviedo. Psicothema, 2 (2), 248-249.
- Rodríguez, N. y García, M. (2005). *La noción de la calidad de vida desde diversas perspectivas*. Revista de investigación, 57, 51-54.
- Rodríguez, V. (2015). *Conciencia corporal en el desarrollo de habilidades motrices en estudiantes de primer ciclo de la Facultad de Cultura Física, Deporte y Recreación de la Universidad Santo Tomás*. Revista de Investigación: Cuerpo, Cultura y Movimiento, 5 (2), julio-diciembre, 215-229.

- Roig, R. (2018). *El compromiso académico y social a través de la investigación e innovación educativas en la Enseñanza Superior*. Ed. OCTAEDRO. Barcelona, España.
- Rojas, A. (2016). *Cuestionario en Fundamentos Intersubjetivos de la paz en la comunidad universitaria: hacia la construcción de una teoría causal para la política pública*. [Tesis de grado, Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo]. Recuperado el 15 de febrero del 2023 de http://bibliotecavirtual.dgb.umich.mx:8083/xmlui/handle/DGB_UMICH/1040
- Rojas, M. (2009). *Bienes Relacionales en Economía de la felicidad. Hallazgos relevantes respecto al ingreso y bienestar*. Universidad Popular Autónoma del Estado de Puebla. Facultad Latinoamericana de Ciencias Sociales, sede México. Fondo de Cultura Económica, 16 (303).
- Rojas, R. (2020). *Construyendo paz en las aulas desde la inteligencia emocional*. Eirene Estudios de Paz y Conflictos, 3 (5), 31-48.
- Rojo, D. (2015). *Uso de tiempo libre y su influencia en el rendimiento académico en los estudiantes universitarios de la Universidad Nacional de Trujillo – Sede Huamachuco*. Universidad Nacional de Trujillo. Facultad de Enfermería. Enfermería investigación y desarrollo, 13(1), enero-junio, 45-68.
- Rokseth, T. (2018, Febrero). *Definir y enseñar la paz*. Correo de la UNESCO. Recuperado el 23 de junio del 2022 de <https://es.unesco.org/courier/2018-1/definir-y-ensenar-paz>
- Romero, F., Romero, V., y Guijarro, R. (2021). *Desarrollo de competencias investigativas en la educación superior*. Centro de Información y Gestión Tecnológica y Ambiental de las Tunas, Cuba. Innovación tecnológica (Las Tunas), 27 (1).
- Romo, J. (2008). *Estudiantes universitarios y sus relaciones de pareja: de sus experiencias y proyectos de vida*. RMIE, 13 (38), julio-septiembre.

- Rueda, J., y García, S. (2021). *Encuentros entre las teorías de la paz y la psicología de la paz*. Facultad de ciencias sociales y humanas, programa de psicología. Fundación Universitaria del Área Andina.
- Ruiz, D., y Cadenas, C. (s.f.). *Política pública en ¿Qué es una política pública?* Revista Jurídica. Universidad Latina de América. Pág. 4. Disponible en [http://www2.congreso.gob.pe/sicr/cendocbib/con4_uibd.nsf/8122BC01AAC_C9C6505257E3400731431/\\$FILE/QU%C3%89_ES_UNA_POL%C3%8DTI_CA_P%C3%9ABLICA.pdf](http://www2.congreso.gob.pe/sicr/cendocbib/con4_uibd.nsf/8122BC01AAC_C9C6505257E3400731431/$FILE/QU%C3%89_ES_UNA_POL%C3%8DTI_CA_P%C3%9ABLICA.pdf)
- Ruvalcaba, N., Salazar, J., y Fernández, P. (2012). *Indicadores sociales, condiciones de vida y calidad de vida en jóvenes mexicanos*. Revista Iberoamericana de Psicología: Ciencia y Tecnología, 5, (1).
- Sabino, C. (2004). Desarrollo y calidad de vida. Unión editorial. P. 36.
- Sagredo, C. (S.f.). *Las emociones y la música*. Biblioteca virtual Miguel Cervantes. Recuperado el 30 de enero del 2024 de <https://www.cervantesvirtual.com/obra-visor/las-emociones-y-la-musica/html/>
- Salas, C., y Garzón, D. (2013). *La noción de la calidad de vida y su medición*. Revista CES Salud Pública, 4 (1), enero-junio, 40-41.
- Salinas, B., y Cotillas, C. (2007). *La evaluación de los estudiantes en la Educación Superior*. Apuntes de buenas prácticas. Universitat de València. Edit. Servei de Formació Permanent.
- Salgado, M., Álvarez, J., Nieto, D., y Chávez, M. (2017). *Comparación de la calidad de vida en estudiantes universitarios de Cataluña, Coahuila y Nuevo México*. Revista de Psicología de la Salud (New Age), 5 (1), 2, 4-5 y 9-21.
- Sánchez, E. (2014). *Programa Educativo para promover la higiene personal en estudiantes del primer grado de educación secundaria en las instituciones educativas estatales de la provincia de Chiclayo*. [Tesis doctoral, Universidad de Málaga]. Facultad de Ciencias de la Educación.

Departamento de Métodos de Investigación e Innovación Educativa.
Publicaciones y Divulgación Científica.

Sánchez, J. (2018). *Satisfacción estudiantil en educación superior: validez de su medición*. Universidad Sergio Arboleda. Bogotá, Colombia.

Sánchez, J., Martínez, A., Nazar, G., Mosso, C., y Del Muro, L. (2019). *Creencias alimentarias en estudiantes universitarios mexicanos: Una aproximación cualitativa*. Revista Chilena de Nutrición, 46(6), 727-734.

Sánchez, L. (2013). *Índice para una vida mejor. Enfoque en los países de habla hispana de la OCDE Chile, España, Estados Unidos y México*. Iniciativa de la OCDE para una vida mejor.

Sánchez, L., y Callejas, A. (2020). *Familia y universidad: participación de la familia en el contexto educativo universitario*. Revista Latinoamericana de Estudios de Familia, 12 (2), 47-67.

Santos, Y. (2010). *¿Cómo incentivar la recreación física de los adolescentes de 15 a 17 años en la comunidad?* PODIUM: Revista de Ciencia y Tecnología en Cultura Física, 5 (4), diciembre, 334-344.

Schalock, R., Verdugo, M., Jenaro, C., Wang, M., Wehmeyer, M., Jiancheng, X., y Lachapelle, Y. (2005). *Cross-Cultural Study of Quality of life Indicators*. Publmed, 110 (4), 298-311.

Schnettler, B., Vargas, M., Sepúlveda, J., y Denegri, M. (2011). *Satisfacción con la alimentación y la vida, un estudio exploratorio en estudiantes de la universidad de la frontera, Temuco-Chile*. Associação Brasileira de Psicologia Social Minas. Gerais, Brasil. Psicologia & Sociedade, 23 (2), mayo-agosto, 426-435.

Secretaría de Cultura. (2016). *México, el país de América con más bienes inscritos en la lista de patrimonio mundial de la UNESCO*. Recuperado el 05 de junio

del 2020 de <https://www.gob.mx/cultura/prensa/mexico-el-pais-de-america-con-mas-bienes-inscritos-en-la-lista-de-patrimonio-mundial-de-la-unesco>

Secretaría de Educación Pública. (2022). *Indicadores de infraestructura de las escuelas de primaria y secundaria por municipio, ciclo escolar 2021-2022. Estado de Michoacán de Ocampo*. [Conjunto de datos]. Recuperado el 01 de enero del 2024 de https://planeacion.sep.gob.mx/Doc/Atlas_estados/michoacan.pdf

Secretaría de Economía. (2018). *Tratados y Acuerdos que México ha firmado con otros países*. Recuperado el 04 de mayo del 2020 de <https://www.gob.mx/se/articulos/tratados-y-acuerdos-que-mexico-ha-firmado-con-otros-paises?>

Secretaría de Economía. (2024, Enero). *Pirámide poblacional de Morelia*. [Conjunto de datos]. Data México. Gobierno de México. <https://www.economia.gob.mx/datamexico/es/profile/geo/morelia-991602?populationType=totalPopulation>

Secretaría de Gobernación (2019). *Estrategia Nacional de Seguridad Pública*. Senado de la República. Recuperado el 12 de noviembre del 2023 de https://infosen.senado.gob.mx/sqsp/gaceta/64/1/2019-02-01-1/assets/documentos/Estrategia_Seguridad.pdf

Secretaría General (S.f.). *Normatividad Universitaria. Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo*. Recuperado el 15 de enero del 2024 de <https://secretariageneral.umich.mx/normatividad>

Secretaría de Turismo. (2020). *México en la llegada mundial de turistas y México en el ingreso de divisa por turismo en El compendio Estadístico del Turismo en México 2020*. [Conjunto de datos]. DATATUR. Gobierno de México. Recuperado el 25 de mayo del 2022 <https://datatur.sectur.gob.mx/SitePages/CompendioEstadistico.aspx>

- Selva, V. (2021). *Desarrollo local: concepto y modelos*. Recuperado del 25 de abril del 2023 de <https://culturapedia.com/2021/07/25/desarrollo-local/>
- Serna, M. (2017). *Estructura. Actualización de la estructura administrativa de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo*. Recuperado el 01 de junio del 2020 de <http://www.colegio.umich.mx/assets/files/Actualizaci%C3%B3n%20de%20la%20Estructura%20Administrativa%20de%20la%20UMSNH.pdf>
- Silva-Hernández, F. (2021). *Mediación social y cultura de paz*. Revista de Investigaciones Universidad de Quindío, 33 (1), 241-244.
- Sistema Integrado de Información de la Educación Superior (2020). *Ficha Resumen, Enseñanza y Participación en el SNI*. [Conjunto de datos]. Recuperado el 25 de mayo del 2022 de <https://www.sies.unam.mx/inicio.php>
- Sirgy, M., Grzeskowiak, G., y Rahtz, D. (2007). *Quality of College Life (QCL) of Students: Developing and Validating a Measure of Well-Being*. Social Indicators Research, 80, 343-360.
- Sobrino, L. (2008). *Niveles de satisfacción familiar y de comunicación entre padres e hijos*. Avances en Psicología, 16(1), enero – diciembre, 110-135.
- Solana, A., y Muñoz, A. (2011). *Importancia del entrenamiento de las capacidades coordinativas en la formación de jóvenes futbolistas*. Universidad Autónoma de Tamaulipas. Revista Internacional de Ciencias Sociales y Humanidades, SOCIOTAM, 21 (2), 121-142.
- Stubrin, A., Martin, E., Dias, J., y González, L. (2007). *Calidad, pertenencia y relevancia: relación con el resto del sistema y la sociedad; responsabilidad social de la universidad*. IESALC, UNESCO.

- Suardiaz, M., Morante, M., Ortega, M., Ruiz, M., Martín, P., y Vela, A. (2020). *Sueño y rendimiento académico en estudiantes universitarios: revisión sistemática*. Revista de Neurología, 71, 43-53.
- Subsecretaría de Educación Media Superior. (2017). *La educación media superior en el Sistema Educativo Nacional*. Recuperado el 20 de mayo del 2020 de http://www.sems.gob.mx/en_mx/sems/ems_sistema_educativo_nacional
- Surdez, E., Sandoval, M. y Lamoyi, C. (2018). *Satisfacción estudiantil en la valoración de la calidad educativa universitaria Educación y Educadores*. 21, 9-26.
- Tacca, D., Tacca, A., y Alva, M. (2019). *Estrategias neurodidácticas, satisfacción y rendimiento académico en estudiantes universitarios*. Universidad ORT Uruguay. Cuadernos de Investigación Educativa, 10 (2), 18-19.
- Tafoya, S., Jurado, M., Yépez, N., Fouilloux, M., y Lara, M. (2013). *Dificultades del sueño y síntomas psicológicos en estudiantes de medicina de la Ciudad de México*. Medicina, 73 (3), 247-251.
- Thayer, R. (1998). *El origen de los estados de ánimo cotidianos. El equilibrio entre la tensión, la energía y el estrés*. Ediciones Paidós. Barcelona.
- Tirado, A. (2016). *Estrategias lúdicas para mejorar los dispositivos básicos del aprendizaje como la atención y la concentración en los estudiantes del grado segundo de la institución educativa San Antonio de Prado, sede Mallarino*. [Trabajo para obtención de Título, Fundación Universitaria Los Libertadores]. Especialista en Pedagogía de la Lúdica.
- Torres, L., y Rodríguez, N. (2006). *Rendimiento académico y contexto familiar en estudiantes universitarios*. Consejo Nacional para la Enseñanza e Investigación en Psicología A.C. Enseñanza e investigación en psicología, 11 (2), 262. Disponible en <https://www.redalyc.org/pdf/292/29211204.pdf>

- Trujillo, S., Tovar, C., y Lozano, M. (2004). *Formulación de un modelo teórico de la calidad de la vida desde la Psicología*. Pontificia Universidad Javeriana. Bogotá, Colombia. *Universitas Psychologica*, 3 (1), enero-junio, 89-98.
- Tsouros, A., Dowding, G., Thompson, J., y Dooris, M. (1998). *Health promotion: Concept, experience and framework for action*. World Health Organization.
- Tudela, P. (2010, marzo 26). *La gestión de la seguridad pública: lecciones y tareas para el éxito*. [Presentación de documento]. Seminario Internacional “Seguridad pública, un desafío político en América Latina” Organizado por Fundación Konrad Adenauer y Fundación Libertad y Ciudadanía, Salvador Bahía. Brasil. Santiago de Chile.
- Turner, A., Hammond, M., Gilchris, M. y Barlow, J. (2007). *Coventry university students' experience of mental health problems*. *Counselling Psychology Quartely*, 20, 247-252.
- UMICH (2009, Agosto). *Misión y visión de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo*. Recuperado el 06 de mayo del 2020 de <https://www.uplzc.umich.mx/universidad/misionyvision.php>
- UMICH (2023, Enero). *Historia de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo*. Recuperado el 06 de enero del 2024 de <https://www.umich.mx/historia.html>
- UMICH (2022). *Normatividad*. Recuperado el 06 de enero del 2024 de <https://www.umich.mx/normatividad.html>
- UMICH (2024). *Oferta Educativa de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo*. Recuperado el 25 de junio del 2022 de <https://www.umich.mx/oferta-sup.html>
- Universidad Nacional Autónoma de México. (2016, Julio). *La inteligencia emocional determina calidad de vida y salud de las personas*. Boletín

- DGCS-475. Recuperado el 30 de enero del 2024 de https://www.dgcs.unam.mx/boletin/bdboletin/2016_475.html#:~:text=Las
- Universidad Privada del Norte (2018, Noviembre). *La importancia del apoyo familiar en los estudiantes*. Recuperado el 27 de junio del 2023 de <https://blogs.upn.edu.pe/comienzo/2018/11/19/la-importancia-del-apoyo-familiar-los-estudiantes/#:~:text=Un>
- Valdez, S. (2006). *La transición: México ¿del presidencialismo al semipresidencialismo?* Editorial Porrúa. México. P.16.
- Vallaes, F. (2018). *Breve Marco Teórico de Responsabilidad Social Universitaria*. Recuperado de <https://www.econo.unlp.edu.ar/frontend/media/86/10986/10ec2d7e617a62eba0696821196efeae.pdf>
- Vargas, H. (2018). *Las paces transracionales desde el derecho a la paz. Un camino hacia la calidad de vida no-violenta*. Universidad Autónoma del Estado de México. Dignitas, 34, enero-junio.
- Vega, J., y Moris, G. (2003). *Factores neurotróficos: fundamentos para su aplicación clínica*. Neurología: Publicación oficial de la Sociedad Española de Neurología, 18 (1), 18-28.
- Velandia, F., Ardon, N., y Jara, M. (2007). *Satisfacción y calidad: análisis de la equivalencia o no de los términos*. Revista Gerencia y Salud, 6 (13), 139-168.
- Vera, F. (2016). *Los estados de ánimo y autoestima en los estudiantes de 10 mo. Año de educación general básica paralelos "A", "B" y "C" de la unidad educativa Mario Cobo Barona de la ciudad de Ambato*. [Tesis doctoral, Universidad Técnica de Ambato]. Facultad de Ciencias Humanas. Carrera de Psicología Educativa. Pp. 22-24.

- Verdugo, M., y Schalock, R. (2013). *Discapacidad e Inclusión: Manual para docencia. Capítulo 19. Calidad de Vida*. Salamanca: Amarú. Pp. 443-461.
- Vergara, R., Alonso, L., Palacio, J., y Rojas, M. (2009). *El desarrollo humano y la calidad de vida integrados en un Modelo de Gestión Urbana para Barranquilla (Colombia)*. Artículo de Reflexión. Salud uninorte, 25 (2), 374-390.
- Vílchez, J., Quiñones, D., Failoc, V., Acevedo, T., Larico, G., Mucching, S., Smith, J., Aquino, P., Córdova, J., Huerta, A., Espinoza, J., Palacios, L., y Díaz, C. (2016). *Salud mental y calidad del sueño en estudiantes de ocho facultades de medicina humana del Perú*. Revista chilena de neuro-psiquiatría, 54 (4), 272-277. Recuperado el 30 de noviembre de https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-92272016000400002
- González, L., Méndez, E., García, J., Zepeda, J., y Arguello, J. (2017). *La responsabilidad social universitaria. El cumplimiento de los fines de la universidad*. Universidad Autónoma de México. Espacios públicos, 20 (50), septiembre-diciembre, 1-21.
- Villar, J. (2010). *Responsabilidad Social Universitaria: nuevos paradigmas para una educación liberadora y humanizadora de las personas y las sociedades*. Chile. Universidad Católica de Temuco.
- Viru-Loza et al. (2009). *Factores asociados a planeamiento suicida en estudiantes de una Escuela de Nutrición en Lima, Perú*. An. Fac. Med., 74 (2), 101-5.
- Wanden, C., Martín, H., Rodríguez, A., Nobalbos, J., Martínez, E., Sanz, J., García, A., Vila A., Victoria, M., Antoni, J., Márquez, S., García, P., e Irles, J. (2015). *Calidad de vida y sus factores determinantes en universitarios españoles de Ciencias de la Salud*. Nutrición Hospitalaria, 31 (2), 952-958.
- Wong, P. (2015, noviembre 17). *Metodología para una valoración rápida y participativa del desarrollo local-regional*. [Presentación de documento]. 20°

Encuentro Nacional sobre Desarrollo Regional en México. Cuernavaca, Morelos del 17 al 20 de noviembre de 2015. AMECIDER CRIM, UNAM.

Zuta, N., Rojas, A., Mori, M., y Cajas, V. (2019). *Impacto de la educación sanitaria escolar, hacinamiento y parasitosis intestinal en niños preescolares*. Revista de Investigación en Comunicación y Desarrollo, 10(1), enero- junio, 47-56.

Anexos

Anexo I

Encuesta



ENCUESTA DE PAZ Y CALIDAD DE VIDA DE LOS ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD MICHOACANA DE SAN NICOLÁS DE HIDALGO



INSTRUCCIONES: Responde de acuerdo a las frases que se presentan a continuación. Los datos proporcionados son anónimos, se usarán solamente para fines estadísticos.

	1) Nada	2) Un poco	3) Mediana- mente	4) Mucho	5) Total- mente
Calidad de Vida					
I. Percepción del estado de salud y actividad física					
1. Sentirse descansado					
2. Sentir que durmieron lo suficiente					
3. Buena coordinación de los movimientos					
4. Buen funcionamiento de la memoria					
5. Satisfacción general con estado de salud física					
6. Sentir que su actividad física cotidiana fue satisfactoria					
7. Sentir que la actividad física deportiva fue satisfactoria					
8. Satisfacción general con su nivel general de salud					
9. Satisfacción general en la superación de problemas de salud					
II. Percepción del estado de ánimo					
10. Mente despejada					
11. A gusto con aspecto físico					
12. Interés en cuidar el aspecto físico e higiene personal					
13. Sentirse relajado					
14. Capaz de cuidar de sí mismo					
15. Satisfacción general con estado de ánimo					
III. Satisfacción en las tareas del hogar					
16. Manera en que limpió su habitación/apartamento/casa					
17. Con la compra de comida u otros artículos para la casa					
18. Con la preparación de la comida					
19. Satisfacción general con las tareas de la casa					
20. Satisfacción general en cuanto a la situación de alojamiento y vivienda					
IV. Satisfacción en las tareas de los cursos					
21. Deseo por continuar las tareas de los cursos					
22. Satisfacción con los logros conseguidos en el trabajo de los cursos					
23. Comunicación e intercambio de opiniones con facilidad con los compañeros					
24. Comunicación e intercambio de opiniones con facilidad con los profesores					

	1) Nada	2) Un poco	3) Mediana- mente	4) Mucho	5) Total- mente
V. Satisfacción con las actividades de tiempo libre					
25. Uso del tiempo para actividades de ocio					
26. Concentración en las actividades de tiempo libre					
27. Satisfacción general con actividades de tiempo libre					
28. Satisfacción general con relaciones familiares					
29. Satisfacción general con relaciones sociales					
VI. Satisfacción general en la interacción					
30. Satisfacción general con la capacidad de participar en la vida diaria					
31. Satisfacción general con el deseo sexual, interés, rendimiento o desempeño					
32. Satisfacción general con la situación económica					
33. Satisfacción general de la vida					
34. Satisfacción general con la vida estudiantil					
35. Satisfacción general con las actividades laborales (Si se tiene trabajo)					

	1) Nada	2) Un poco	3) Mediana- mente	4) Mucho	5) Total- mente
Paz					
Inteligencia Emocional					
VII. Percepción de conectividad					
36. ¿Te sientes sólo(a) con los de tu vecindario?					
37. Si así fue, a partir de ello ¿has aprendido algo?					
38. ¿Te han llamado de alguna forma que te han lastimado emocionalmente?					
39. ¿Te has sentido solo(a) sin a quién acudir?					
VIII. Percepción de adaptabilidad					
40. Generalmente, ¿te sientes fuera de lugar en tu hogar?					
41. Generalmente, ¿te sientes fuera de lugar en tu escuela?					
42. ¿Sientes un ambiente seguro en torno a ti?					
43. Tú generalmente, ¿confías en la gente?					
IX. Percepción de vulnerabilidad					
44. ¿Te has sentido vulnerable en tu integridad física?					
45. ¿Te has sentido vulnerable en tu integridad emocional?					
46. En cuanto a la vulnerabilidad física, ¿crees que puedes hacer algo para evitarla?					
47. En cuanto a la vulnerabilidad emocional, ¿crees que puedes hacer algo para evitarla?					
Competencias Emocionales					
X. Conexión					
48. ¿Tienes un buen amigo(a)?					
49. ¿Tienes buenos amigos(as)?					
50. ¿Tienes amigos en tu vecindario?					
51. ¿Conoces a los de tu vecindario?					
52. ¿Tienes amigos en los que confías?					
53. ¿Tienes familiares en los que confías?					

	1) Completa- mente en desacuerdo	2) En desacuerdo	3) Mediana- mente	4) De acuerd o	5) Total- mente de acuerdo
XI. Conflicto					
54. ¿Has tenido alguna discusión con alguien en el último mes?					
55. ¿Has tenido alguna discusión en donde hayan lastimado a alguien (o incluso tú hayas salido lastimado(a)?					
56. ¿Tienes un grupo de amigos con los que nunca has peleado?					
57. ¿Alguna vez has sido lastimado(a) físicamente por alguien?					
58. ¿Alguna vez has lastimado físicamente a alguien?					
59. ¿Tú has sido sacado(a) de clases, de una sesión de trabajo o de una junta vecinal?					
60. ¿Alguna vez has recurrido o sido citado(a) a alguna reunión de mediación por una discusión o una pelea?					
61. ¿Te has visto involucrado(a) en una pelea en la que no tuvieras que ver, en algún lugar x?					
62. ¿Has sido responsable por organizar una pelea en algún lugar X?					
	1) Nada	2) Un poco	3) Mediana- mente	4) Much o	5) Total- mente
XII. Organización					
63. ¿Has percibido dispositivos y operativos de seguridad en tu ambiente en general?					
64. ¿Vecinos, maestros, familiares y/o compañeros de trabajo se han organizado para la supervisión de la seguridad?					
65. ¿Tú y tus compañeros de tu grupo escolar se han organizado para la supervisión de la seguridad?					

Fuente: Elaboración basada en el cuestionario propuesto por el *Institute for Economics and Peace* en el año 2013, en el primer bloque de su documento pedagógico de Educación para la Paz; así como en las tesis de Rojas (2016) y de Becerril (2020).

Anexo II

Matriz de congruencia

Pregunta general de la investigación	Hipótesis general	Objetivo general	Variable Dependiente Variable síntesis	Variables independientes Variables componentes
¿Cuál es el sentido y el grado de influencia de los componentes: estado de ánimo, salud y actividad física; satisfacción en las tareas; satisfacción con las interacciones libres y fundamentales; inteligencia emocional; competencias emocionales en el nivel de paz y calidad de vida en estudiantes de licenciatura de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo?	Los componentes estado de ánimo, salud y actividad física e inteligencia emocional tiene una influencia positiva determinante en el nivel de paz y calidad de vida en los estudiantes de licenciatura de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo; mientras que los componentes satisfacción en las tareas y satisfacción con las interacciones libres y fundamentales tienen un signo positivo pero son las que menos influyen en el índice global; siendo las competencias emocionales las que tienen un efecto positivo medio.	Identificar cuál es el sentido y el grado de influencia de los componentes: estado de ánimo, salud y actividad física; satisfacción en las tareas; satisfacción con las interacciones libres y fundamentales; Inteligencia emocional; y competencias emocionales fundamentales en el nivel de paz y calidad de vida en estudiantes de licenciatura de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo.	1. Paz y calidad de vida	1. Estado de ánimo, salud y actividad física 2. Satisfacción en las tareas 3. Satisfacción con las interacciones libres y fundamentales 4. Inteligencia emocional 5.Competencias emocionales fundamentales

Preguntas específicas de la investigación	Hipótesis específicas	Objetivos específicos	Variable	Indicador	Ítem
¿Cuál es el sentido y el grado de influencia del componente estado de ánimo, salud y actividad física en el nivel de paz y calidad de vida en los estudiantes de licenciatura de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo?	El componente estado de ánimo, salud y actividad física tiene una influencia positiva determinante en el nivel de paz y calidad de vida en los estudiantes de licenciatura de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo.	Identificar cuál es el sentido y el grado de influencia del componente estado de ánimo, salud y actividad física en el nivel de paz y calidad de vida en los estudiantes de licenciatura de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo.	1. Estado de ánimo, salud y actividad física	I. Percepción del estado de salud y actividad física	1. Sentirse descansado
					2. Sentir que durmieron lo suficiente
					3. Buena coordinación de los movimientos
					4. Buen funcionamiento de la memoria
					5. Satisfacción general con estado de salud física
					6. Sentir que su actividad física cotidiana fue satisfactoria
					7. Sentir que la actividad física deportiva fue satisfactoria
					8. Satisfacción general con su nivel general de salud
					9. Satisfacción general en la superación de problemas de salud
					10. Mente despejada
				II. Percepción del estado de ánimo	11. A gusto con aspecto físico
					12. Interés en cuidar el aspecto físico e higiene personal
					13. Sentirse relajado
					14. Capaz de cuidar de sí mismo
					15. Satisfacción general con estado de ánimo

Preguntas específicas de la investigación	Hipótesis específicas	Objetivos específicos	Variable	Indicador	Ítem
¿Cuál es el sentido y el grado de influencia del componente satisfacción en las tareas en el nivel de paz y calidad de vida en estudiantes de licenciatura de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo?	El componente satisfacción en las tareas tiene una influencia positiva determinante en el nivel de paz y calidad de vida en los estudiantes de licenciatura de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo.	Identificar cuál es el sentido y el grado de influencia del componente satisfacción en las tareas en el nivel de paz y calidad de vida en estudiantes de licenciatura de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo.	2. Satisfacción en las tareas	III. Satisfacción en las tareas del hogar	16. Manera en que limpió su habitación/apartamento/casa
					17. Con la compra de comida u otros artículos para la casa
					18. Con la preparación de la comida
					19. Satisfacción general con las tareas de la casa
				IV. Satisfacción en las tareas de los cursos	20. Satisfacción general en cuanto a la situación de alojamiento y vivienda
					1. Deseo por continuar las tareas de los cursos
					22. Satisfacción con los logros conseguidos en el trabajo de los cursos
					23. Comunicación e intercambio de opiniones con facilidad con los compañeros
					24. Comunicación e intercambio de opiniones con facilidad con los profesores

Preguntas específicas de la investigación	Hipótesis específicas	Objetivos específicos	Variable	Indicador	Ítem
¿Cuál es el sentido y el grado de influencia del componente satisfacción con las interacciones libres fundamentales en el nivel de paz y calidad de vida en estudiantes de licenciatura de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo?	El componente satisfacción con las interacciones libres fundamentales tiene una influencia positiva determinante en el nivel de paz y calidad de vida en los estudiantes de licenciatura de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo.	Identificar cuál es el sentido y el grado de influencia del componente satisfacción con las interacciones libres fundamentales en el nivel de paz y calidad de vida en estudiantes de licenciatura de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo.	3. Satisfacción con las interacciones libres y fundamentales	V. Satisfacción con las actividades de tiempo libre VI. Satisfacción general en la interacción	25. Uso del tiempo para actividades de ocio 26. Concentración en las actividades de tiempo libre 27. Satisfacción general con actividades de tiempo libre 28. Satisfacción general con relaciones familiares 29. Satisfacción general con relaciones sociales 30. Satisfacción general con la capacidad de participar en la vida diaria 31. Satisfacción general con el deseo sexual, interés, rendimiento o desempeño 32. Satisfacción general con la situación económica 33. Satisfacción general de la vida 34. Satisfacción general con la vida estudiantil 35. Satisfacción general con las actividades laborales (Si se tiene trabajo)

Preguntas específicas de la investigación	Hipótesis específicas	Objetivos específicos	Variable	Indicador	Ítem
¿Cuál es el sentido y el grado de influencia del componente inteligencia emocional en el nivel de paz y calidad de vida en estudiantes de la licenciatura de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo?	El componente inteligencia emocional tiene una influencia positiva determinante en el nivel de paz y calidad de vida en los estudiantes de licenciatura de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo.	Identificar cuál es el sentido y el grado de influencia del componente inteligencia emocional en el nivel de paz y calidad de vida en estudiantes de licenciatura de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo.	4. Inteligencia emocional	VII. Percepción de conectividad	36. ¿Te sientes sólo(a) con los de tu vecindario?
					37. Si así fue, a partir de ello ¿has aprendido algo?
					38. ¿Te han llamado de alguna forma que te han lastimado emocionalmente?
					39. ¿Te has sentido solo(a) sin a quién acudir?
			VIII. Percepción de adaptabilidad	VIII. Percepción de adaptabilidad	40. Generalmente, ¿te sientes fuera de lugar en tú hogar?
					41. Generalmente, ¿te sientes fuera de lugar en tú escuela?
					42. ¿Sientes un ambiente seguro en torno a ti?
					43. Tú generalmente, ¿confías en la gente?
			IX. Percepción de vulnerabilidad	IX. Percepción de vulnerabilidad	44. ¿Te has sentido vulnerable en tu integridad física?
					45. ¿Te has sentido vulnerable en tu integridad emocional?
					46. En cuanto a la vulnerabilidad física, ¿Crees que puedes hacer algo para evitarla?
					47. En cuanto a la vulnerabilidad emocional, ¿crees que puedes hacer algo para evitarla?

Preguntas específicas de la investigación	Hipótesis específicas	Objetivos específicos	Variable	Indicador	Ítem
¿Cuál es el sentido y el grado de influencia del componente competencias emocionales fundamentales en el nivel de paz y calidad de vida en estudiantes de la licenciatura de Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo?	El componente competencias emocionales tiene una influencia positiva determinante en el nivel de paz y calidad de vida en los estudiantes de licenciatura de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo.	Identificar cuál es el sentido y el grado de influencia del componente competencias emocionales fundamentales en el nivel de paz y calidad de vida en estudiantes de licenciatura de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo.	5. Competencias Emocionales fundamentales	X. Conexión	48. ¿Tienes un buen amigo(a)?
					49. ¿Tienes buenos amigos(as)?
					50. ¿Tienes amigos en tu vecindario?
					51. ¿Conoces a los de tu vecindario?
					52. ¿Tienes amigos en los que confías?
				XI. Conflicto	53. ¿Tienes familiares en los que confías?
					54. ¿Has tenido alguna discusión con alguien en el último mes?
					55. ¿Has tenido alguna discusión en donde hayan lastimado a alguien (o incluso tú hayas salido lastimado(a))?
					56. ¿Tienes un grupo de amigos con los que nunca has peleado?
					57. ¿Alguna vez has sido lastimado(a) físicamente por alguien?
					58. ¿Alguna vez has lastimado físicamente a alguien?
					59. ¿Tú has sido sacado(a) de clases, de una sesión de trabajo o de una junta vecinal?
					60. ¿Alguna vez has recurrido o sido citado(a) a alguna reunión de mediación por una discusión o una pelea?
					61. ¿Te has visto involucrado(a) en una pelea en la que no tuvieras que ver, en algún lugar x?

Preguntas específicas de la investigación	Hipótesis específicas	Objetivos específicos	Variable	Indicador	Ítem
					62. ¿Has sido responsable por organizar una pelea en algún lugar X?
				XII. Organización	63. ¿Has percibido dispositivos y operativos de seguridad en tu ambiente en general?
					64. ¿Vecinos, maestros, familiares y/o compañeros de trabajo se han organizado para la supervisión de la seguridad?
					65. ¿Tú y tus compañeros de tu grupo escolar se han organizado para la supervisión de la seguridad?

Fuente: Elaboración propia, basada en el cuestionario propuesto por el *Institute for Economics and Peace* en el año 2013, en el primer bloque de su documento pedagógico de Educación para la Paz; así como en las tesis de Rojas (2016) y de Becerril (2020).