

Bienestar psicológico en Estudiantes Universitarios

Autoras: Edith Barinaga; Livia Garcia Labandal

Institución: Universidad Isalud

Email: ebarinaga@isalud.edu.ar

Introducción

El desarrollo del concepto de salud en las últimas décadas y la realización de investigaciones clinico-epidemiológicas han demostrado en vínculo de la salud con un conjunto de factores que trascienden lo biológico, por lo cual estudios psicosociales han contribuido a la explicación de factores psicológicos y sociales en la percepción del bienestar psicológico. Sin embargo, la diversidad de enfoques, la falta de consenso sobre la delimitación conceptual, la naturaleza pluri-determinada y el carácter temporal de la percepción del bienestar, donde intervienen factores objetivos y subjetivos, dificultan su medición. Estudiar el bienestar resulta vital, a nivel social que incluye movilización de las masas para el cambio social y la responsabilidad común ante hechos ambientales y ecológicos y a nivel individual, toma en cuenta aspectos cualitativos y cotidianos del hombre vinculados a su felicidad que categorías sociales tales como el desarrollo económico no pueden por sí solas explicar. Uno de los componentes fundamentales del bienestar es la satisfacción personal con la vida. Esa satisfacción surge a punto de partida de una transacción entre el individuo y su entorno micro y macrosocial, con sus elementos actuales e históricos, donde se incluyen las condiciones objetivas materiales y sociales, que brindan al hombre determinadas oportunidades para la realización personal. La Psicología Positiva aborda el bienestar psicológico y la exploración de fortalezas humanas mostrando las relaciones significativas con el estado de salud. Recientes investigaciones en el campo de la Psicología Positiva demuestran que existe asociación entre los componentes del Bienestar Psicológico y la salud psíquica y propone la potenciación de las emociones positivas para prevenir posibles enfermedades (Seligman & Christopher 2000). En la Universidad de Valencia, José Sánchez-Cánova (1998) desarrolló una Escala de Bienestar Psicológico

El propósito de este trabajo es dar a conocer el informe de avance de una investigación sobre la percepción de bienestar psicológico en estudiantes de la carrera de licenciatura en nutrición de la Universidad Isalud.

Metodología: Se administró la escala de Bienestar psicológico, cuestionario auto-administrado en forma grupal que consta de 65 ítems con afirmaciones para ser valoradas de 1 a 5, de acuerdo con el grado de frecuencia o conformidad, cuyo objetivo es medir la percepción de bienestar psicológico, explorando la etapa concreta vital que está atravesando el estudiante, a 60 alumnos de tercero y cuarto año de la carrera de licenciatura en nutrición de la Universidad Isalud.

Objetivo y conclusión: Comunicar un informe de avance de investigación en marcha sobre la identificación de la percepción del bienestar psicológico e los estudiantes de la carrera de licenciatura en nutrición de la Universidad Isalud y mostrar los resultados preliminares hasta la fecha.

El objetivo de identificar la percepción del bienestar psicológico es para posibilitar la realización de intervenciones docentes en pos de generar cambios en los comportamientos y resultados de su desempeño académico, como así también a la percepción de autoeficacia, salud mental y la calidad de vida de los estudiantes

Palabras clave: Bienestar psicológico-Satisfacción-Percepción-Estudiantes Universitarios.