

Comparación de la calidad de vida en estudiantes universitarios de Cataluña, Coahuila y Nuevo México

Quality of Life comparison in college students of Catalunya, Coahuila and New Mexico.

Mayra L. Salgado Espinosa*, Javier Álvarez Bermúdez*, Daniela Nieto Escamilla**, Mayra Chávez Martínez**

* Universidad Autónoma de Nuevo León.

** Universidad Autónoma de Coahuila.

RESUMEN

Marco Teórico: La calidad de vida es un constructo que involucra la percepción de la persona respecto a su situación en la vida, donde tiene que ver el estado de salud, estado de ánimo, tareas domésticas y del curso/clase y las actividades de ocio. El objetivo de esta investigación fue conocer los grados de satisfacción de los universitarios ubicados en diferentes contextos culturales respecto a las dimensiones de la calidad de vida. **Método:** La muestra estuvo conformada por estudiantes de la Eastern New Mexico University [n=50], la Universitat de Barcelona [n=50] y la Universidad Autónoma de Coahuila [n=50]. Se utilizó el instrumento de auto-reporte "Cuestionario sobre Calidad de Vida: satisfacción y placer". Se realizó un análisis de comparación de medias por ANOVA de un factor mediante el SPSS versión 19. **Resultados:** Se encontraron diferencias significativas en todas las dimensiones, a excepción de la buena coordinación de los movimientos. **Discusión:** De forma general, los universitarios se reportaron satisfechos con sus vidas y las diferencias en la calidad de vida se explican a través de factores culturales y socioeconómicos. **Palabras clave:** Calidad de vida, universitarios, salud, satisfacción, cultura.

ABSTRACT

Theoretical Framework: Quality of Life is a construct which involves the perception of the person of his situation in life, in relation with his health status, mood, household duties, class/course work and leisure activities. The aim of this research was to know the degrees of satisfaction on college students located in different cultural contexts about the quality of life dimensions. **Method:** The sample was composed by college students of Eastern New Mexico University [n=50], the Universitat de Barcelona [n=50] and the Universidad Autónoma de Coahuila [n=50], self-report instrument *Quality of Life Enjoyment and Satisfaction Questionnaire* was used. A comparison by means was performed by one way ANOVA using the statistical program SPSS 19. **Results:** Significant differences in all the dimensions, except for the good coordination of movements were found. **Discussion:** In general, college students were satisfied with their lives and differences in Quality of Life can be explained through cultural and socioeconomic factors. **Key words:** Quality of life, college students, health, satisfaction, culture.

INTRODUCCIÓN.

La calidad de vida es concepto que ha adoptado diversos significados a lo largo del tiempo, en un principio relacionado con el bienestar material hasta pasar a ser un constructo que se explica mediante el carácter subjetivo del pensamiento del ser humano: la percepción; aunque no existe un consenso respecto a la definición, tanto la Organización Mundial de la Salud (OMS) como otros autores (Endicott, Nee, Harrison, & Blumenthal, 1993; Fayers & Machin, 2007; Verdugo, Schalock, Arias, Gómez, & Jordán, 2013) destacan la importancia de la salud física, estado psicológico, independencia, relaciones sociales y relaciones con el entorno, así como creencias personales en la percepción de la calidad de vida, que es resultado de la dinámica de los distintos planos del sistema social, como el contexto social inmediato, la comunidad, las organizaciones, o los patrones culturales más amplios (Verdugo et al., 2013).

La OMS la define en 1997 como: “La percepción del individuo de su posición en la vida en el contexto de la cultura y sistemas de valores en los cuales ellos viven y en relación a sus metas, expectativas, estándares y preocupaciones” (p. 1), por lo que la calidad de vida es un proceso, que resulta de las interacciones entre múltiples dimensiones o subsistemas, que implica reestructuraciones de esquemas valorativos, cognitivo-emocionales y de comportamiento (Labiano, 2010).

El estudio de la calidad de vida de los universitarios ha cobrado especial importancia en la actualidad debido a que los jóvenes son considerados como un grupo heterogéneo relativamente sano, y que se encuentra en un proceso de constante evolución (Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura, s.f.), refiriéndonos principalmente a su desarrollo profesional, lo cual tendrá un impacto a nivel personal, social, político, económico y científico (Banda, & Morales, 2012), por lo que es necesario que sus necesidades personales estén satisfechas y que tengan la oportunidad de enriquecer su vida en las áreas en las que se desenvuelven (Verdugo et al., 2013).

Sin embargo, a pesar de ser un grupo relativamente sano, se encuentran en una condición de vulnerabilidad psicosocial, debido a los factores de riesgo a los que se enfrentan en la cotidianidad, como pueden ser eventos negativos en la vida familiar, personal, estudiantil y laboral, conductas antisociales, abuso de sustancias, entre otras, sucesos que igualmente comprometen la salud de los universitarios (Lara, Saldaña, Fernández, & Delgadillo, 2015).

En cuanto a las dimensiones de la calidad de vida, la salud es “un proceso de adaptación, resultado de una reacción autónoma y al mismo tiempo culturalmente compartida” (Illich, 1976; citado en Gómez, Jurado, Viana, Da Silva, & Hernández, 2005) así que es percibida de diferentes formas de acuerdo al entorno en el que se desarrolla la persona (Moral &

Álvarez, 2009), además de ser un proceso dinámico que implica la capacidad de interactuar y mantener un equilibrio entre lo que sucede en el propio cuerpo y el entorno (Álvarez, 2004; Nuñez et al., 2010).

En la parte subjetiva de la calidad de vida tienen gran influencia los afectos positivos y negativos. Cada sujeto es autoridad para juzgar su propio bienestar, donde las emociones y estados de ánimo que la persona experimenta son una fuente de información fundamental para ver qué tan bien marcha su vida y su situación de bienestar (Rojas, 2011), ya que las emociones son un reflejo de cómo impactan los eventos vitales en la vida personal (Carballeira, González, & Marrero, 2015).

Ahora bien, las actividades en el hogar implican diferentes aspectos dependiendo de la situación de vivienda del sujeto, donde para unos exige autonomía e independencia, para otros es en el hogar donde existe mayor interdependencia y subordinación ante los intereses de los miembros del grupo (Carballeira et al., 2015), lo cual merma en la satisfacción en esta área, por lo que dentro de la dinámica en el hogar también intervienen los valores culturales individualistas o colectivistas

Mientras que en la parte académica, se ha encontrado que la mayoría de los estudiantes estuvieron satisfechos con esta área de su vida (Lara et al., 2015), además el nivel educativo funge como factor de protección para los estudiantes en relación a la valoración del estado de salud, esto porque

se poseen una mejor capacidad para evaluar objetivamente su situación vital (Moral, Ybarra, Álvarez, Zapata, & González, 2011).

Dentro de las dimensiones de la calidad de vida, se encuentran las actividades de tiempo libre. Según Cuenca (1995), las actividades de ocio descansan sobre tres pilares “la percepción de elección libre, el autotelismo y la sensación gratificante” (Cuenca, 1995, p. 59), las cuales tienen efectos positivos sobre el bienestar psicológico, como en la creatividad, resolución de problemas, autoestima, entre otros beneficios (Oropesa, Moreno, Pérez, & Muñoz-Tinoco, 2013), que convierten a las actividades de tiempo libre en una necesidad vital, porque contribuye a la autorrealización de las persona (Setién, 2000).

En esa medida nosotros creemos que hay que tratar de comprender las percepciones de los jóvenes respecto a su cotidianidad en temas de la salud-enfermedad. Asumimos que los jóvenes y sus ideas son formadas por la información de diversas fuentes sociales, así como desde sus propias experiencias. Dichas percepciones juegan un papel importante en dirigir los comportamientos de los jóvenes, a corto, mediano y largo plazo, ya que, a partir de ellas, es como orientan sus estrategias de acción.

Así, nos interesa comprender como la gente joven se percibe en función de la satisfacción con su salud física, su estado de ánimo, el trabajo, las tareas del hogar, las tareas del curso/clase, actividades de tiempo libre y relaciones sociales; ya que la evaluación de la calidad de

vida en universitarios se ha convertido en un instrumento de gran valor para orientar y evaluar la adaptación académica y a la vida adulta (Verdugo et al., 2013).

Por otro lado, resulta interesante realizar una investigación transcultural debido a los diversos factores culturales que intervienen en la construcción de esquemas cognitivos en los universitarios, que se basan en el significado que cada cultura otorga a cada uno de los dominios de la calidad de vida (Carballeira et al., 2015).

Existen pocas investigaciones transculturales que aborden el tema de calidad de vida en universitarios. Sin embargo, en las que lo han abordado encontraron diferencias en la satisfacción con la vida en estudiantes dependiendo de la orientación colectivista o individualista de la cultura (Herrera, Matos, Martínez, & Lens, 2015, Carballeira et al., 2015), lo cual nos da una perspectiva de la importancia de adecuar estrategias de intervención pertinentes para cada grupo cultural (Gómez, 2013).

Dado lo anteriormente señalado el objetivo de la presente investigación es el de conocer los grados de satisfacción de estudiantes universitarios ubicados en diferentes contextos culturales como son Barcelona en Cataluña, España; Saltillo en Coahuila, México; y Portales en Nuevo México, Estados Unidos de América, respecto a su estado de salud, estado de ánimo, las tareas domésticas que realiza, su curso/clase, sus actividades de tiempo libre, sus relaciones sociales y familiares.

MÉTODO.

Diseño

Investigación comparativa, transversal dirigido a estudiantes universitarios de la Eastern New Mexico University [n=50], la Universitat de Barcelona [n=50] y la Universidad Autónoma de Coahuila [n=50].

Participantes

La muestra estuvo conformada por la misma cantidad de estudiantes de los tres países (33.3% de cada uno).

Las edades fueron agrupadas de la siguiente manera:

Tabla 1.

Porcentaje de participantes en cada grupo de edad.

Grupo de edad	Porcentaje
15 a 20 años	59.3%
21 a 23 años	28%
24 a 26	8%
Más de 26 años	4.7%

Mientras que de la totalidad de la muestra, el 59.3% de las participantes fueron mujeres y el 40.7%, hombres.

Medidas

Se utilizó el instrumento de auto-reporte “Cuestionario sobre Calidad de Vida: satisfacción y placer” (*Quality of Life Enjoyment and Satisfaction*

Questionnaire, QLES-Q) (Endicott, Nee, Harrison, & Blumenthal, 1993) en la versión en castellano e inglés, este instrumento posee una consistencia interna de .966.

Consta de 88 ítems separados en 8 dimensiones: satisfacción con la salud física ($\alpha=.90$), estado de ánimo ($\alpha=.90$), trabajo, tareas del hogar ($\alpha=.90$), tareas del curso/clase ($\alpha=.92$), actividades de tiempo libre y relaciones sociales ($\alpha=.83$), las cuales son evaluadas por una escala tipo Likert de cinco puntos (Nunca-Siempre); y finalmente la dimensión de satisfacción general ($\alpha=.89$) $\alpha=.90$, con una escala de 6 puntos (Muy insatisfecho- Muy satisfecho). Para fines de la investigación se eliminó el indicador “Trabajo” ya que no todos los universitarios se encontraban laborando al momento de la aplicación.

Procedimiento

El proyecto fue aprobado por la Escuela de Psicología en la Universidad Autónoma de Coahuila, se acudió a los centros universitarios y se obtuvo autorización para la aplicación de los instrumentos. En el caso la universidad norteamericana, el permiso se obtuvo mediante el *Human Subjects Committee*.

Los participantes fueron informados respecto al objetivo de la investigación, así como el carácter voluntario y anónimo al responder el instrumento.

Análisis de Datos

Con el objetivo de contrastar los grupos de estudiantes de las diferentes localidades respecto a las dimensiones de la calidad de vida medidas por el instrumento, se realizaron análisis de comparación de medias por ANOVA de un factor mediante el programa estadístico “*Statistical Package for the Social Sciences*” (SPSS, versión 19), revisando la parte descriptiva y de significancia, donde el factor fue la ciudad y la lista de dependientes fueron los ítems que evaluaban las distintas dimensiones.

RESULTADOS.

En la tabla 1 respecto al estado de salud físico se hacen notar diferencias significativas en todos los ítems, excepto en la buena coordinación de los movimientos que incluso fue la variable con la media total más alta, seguida de la percepción de un buen funcionamiento de la memoria; mientras que las medias más bajas se reportaron en la sensación de haber dormido lo suficiente y sentirse descansados. En todas las variables, los norteamericanos reportaron los niveles más altos de satisfacción, seguido de los catalanes y los menos satisfechos fueron los coahuilenses.

Tabla 1.

Análisis de medias por ANOVA de un factor de la percepción del estado de salud física en relación a la variable localidad.

	N	Media	Desviación típica	F	Sig.
Sentirse descansado.					
Nuevo México	50	3.82	1.004	17.509	.000*
Coahuila	50	2.76	.894		
Cataluña	50	3.06	.867		
Total	150	3.21	1.021		
Sentir que durmieron lo suficiente.					
Nuevo México	50	3.58	.971	13.612	.000*
Coahuila	50	2.50	1.015		
Cataluña	50	2.96	1.124		
Total	150	3.01	1.123		
Buena coordinación de los movimientos.					
Nuevo México	50	4.34	.772	1.997	.139
Coahuila	50	4.04	.947		
Cataluña	50	4.30	.707		
Total	150	4.23	.820		
Buen funcionamiento de la memoria.					
Nuevo México	50	4.50	.839	10.347	.000*
Coahuila	50	3.72	.882		
Cataluña	50	4.08	.853		
Total	150	4.10	.910		
Satisfacción general con estado de salud física ^a .					
Nuevo México	50	5.58	.609	16.767	.000*
Coahuila	49	4.58	1.144		
Cataluña	50	4.64	1.064		
Total	149	4.93	1.066		

^a La escala fue evaluada en una escala tipo Likert del 1 (muy insatisfecho) al 6 (muy satisfecho).

*Sig.<.05

En la tabla 2 de la dimensión del estado de ánimo se encontraron diferencias significativas en todas las variables; la media total más alta se obtuvo en la capacidad de cuidar de sí mismos, seguido del interés en cuidar el aspecto físico e higiene personal, aunque una de las medias más bajas estuvo relacionada con el sentirse a gusto con el aspecto físico, relajados y con la mente despejada. En cuanto a las diferencias entre los tres estados se observa que Nuevo México obtuvo los niveles de

satisfacción más altos en todos los ítems incluyendo el de satisfacción general; los mexicanos en último lugar en casi todos los ítems excepto en la sensación de relajación, donde los catalanes reportaron una satisfacción más baja.

Tabla 2.

Análisis de medias por ANOVA de un factor de la percepción del estado de ánimo en relación a la variable localidad.

	N	Media	Desviación típica	F	Sig.
Mente despejada.					
Nuevo México	50	4.26	.694	33.388	.000*
Coahuila	50	2.88	1.023		
Cataluña	50	3.28	.858		
Total	150	3.47	1.041		
A gusto con aspecto físico.					
Nuevo México	50	4.18	.873	4.572	.012*
Coahuila	50	3.62	1.105		
Cataluña	50	3.78	.864		
Total	150	3.86	.976		
Interés en cuidar el aspecto físico e higiene personal.					
Nuevo México	50	4.82	.438	10.138	.000*
Coahuila	50	4.16	.889		
Cataluña	50	4.38	.830		
Total	150	4.45	.791		
Sentirse relajado.					
Nuevo México	50	4.14	.904	16.127	.000*
Coahuila	50	3.26	1.084		
Cataluña	50	3.06	1.038		
Total	150	3.49	1.110		
Capaz de cuidar de sí mismo.					
Nuevo México	50	4.82	.438	12.896	.000*
Coahuila	50	4.20	.808		
Cataluña	50	4.68	.621		
Total	150	4.57	.689		
Satisfacción general con estado de ánimo ^a .					
Nuevo México	50	5.46	.676	10.406	.000*
Coahuila	50	4.72	1.089		
Cataluña	50	4.80	.857		
Total	150	4.99	.945		

^a La escala fue evaluada en una escala tipo Likert del 1 (muy insatisfecho) al 6 (muy satisfecho).

*Sig.<.05

En la tabla 3 se observa que los universitarios obtuvieron la media más alta en lo relacionado a la preparación de la comida (4.11), seguido de la compra de comida u otros artículos para la casa y la media más baja, en la satisfacción con la manera en que limpió su hogar.

Tabla 3

Análisis de medias por ANOVA de un factor de la satisfacción en las tareas del hogar en relación a la variable localidad.

	N	Media	Desviación típica	F	Sig.
Manera en que limpió su habitación/apartamento/casa.					
Nuevo México	50	4.42	.883	17.881	.000*
Coahuila	49	3.35	.969		
Cataluña	49	3.39	1.169		
Total	148	3.72	1.124		
Con la compra de comida u otros artículos para la casa.					
Nuevo México	50	4.62	.567	19.152	.000*
Coahuila	49	3.63	.951		
Cataluña	42	4.02	.841		
Total	141	4.10	.897		
Con la preparación de la comida.					
Nuevo México	50	4.60	.606	11.614	.000*
Coahuila	49	3.69	1.176		
Cataluña	42	4.02	.978		
Total	141	4.11	1.014		
Satisfacción general con las tareas de la casa ^a .					
Nuevo México	50	5.42	.702	19.345	.000*
Coahuila	50	4.40	1.030		
Cataluña	49	4.27	1.238		
Total	149	4.70	1.131		
Satisfacción general en cuanto a la situación de alojamiento y vivienda ^a .					
Nuevo México	50	5.54	.676	10.108	.000*
Coahuila	50	4.64	1.139		
Cataluña	50	5.04	1.124		
Total	150	5.07	1.062		

^a La escala fue evaluada en una escala tipo Likert del 1 (muy insatisfecho) al 6 (muy satisfecho).

*Sig.<.05

De manera general, se observa que se encuentran satisfechos con la situación de alojamiento y vivienda, y satisfacción con las tareas de la casa,

aunque los coahuilenses obtuvieron la media más baja dejando a los catalanes en un punto intermedio en el primer ítem y los de Nuevo México la más alta en ambos; no obstante los catalanes obtuvieron la media más baja en el segundo.

Tabla 4

Análisis de medias por ANOVA de un factor de la satisfacción en las tareas del curso/clase en relación a la variable localidad.

	N	Media	Desviación típica	F	Sig.
Deseo por empezar las tareas del curso/clase.					
Nuevo México	50	4.00	1.010	9.877	.000*
Coahuila	50	3.58	1.032		
Cataluña	50	3.08	1.066		
Total	150	3.55	1.096		
Satisfacción con los logros conseguidos en el trabajo del curso/clase.					
Nuevo México	50	4.40	.808	6.310	.002*
Coahuila	50	3.78	1.036		
Cataluña	50	3.96	.832		
Total	150	4.05	.929		
Comunicación e intercambio de opiniones con facilidad con los compañeros de curso/clase.					
Nuevo México	50	4.46	.762	5.985	.003*
Coahuila	50	3.88	1.003		
Cataluña	50	4.30	.814		
Total	150	4.21	.894		

*Sig.<.05

En la tabla 4 los universitarios reportaron la media más alta en la comunicación e intercambio de opiniones con facilidad con los compañeros de clase, mientras que la más baja fue la relacionada con el deseo por empezar las tareas del curso/clase, en la cual los catalanes reportaron ser los menos satisfechos, mientras que los estadounidenses obtuvieron la media más alta en todas las variables.

En la tabla 5 en las actividades de tiempo libre se hace notar que la media más alta tiene que ver con la concentración al realizar actividades de tiempo libre. Tanto en el uso del tiempo para actividades de tiempo libre como en la concentración al realizarlas, los estadounidenses obtuvieron la media de satisfacción más alta, seguida de los coahuilenses y los de media más baja fueron los catalanes en ambos casos.

Tabla 5

Análisis de medias por ANOVA de un factor de la satisfacción con las actividades de tiempo libre en relación a la variable localidad.

	N	Media	Desviación típica	F	Sig.
Uso del tiempo para actividades de ocio.					
Nuevo México	50	4.34	.688	8.235	.000*
Coahuila	49	3.84	.921		
Cataluña	50	3.64	1.025		
Total	149	3.94	.932		
Concentración en las actividades de tiempo libre.					
Nuevo México	50	4.58	.673	6.928	.001*
Coahuila	50	4.04	1.009		
Cataluña	50	4.02	.845		
Total	150	4.21	.887		
Satisfacción general con actividades de tiempo libre ^a .					
Nuevo México	50	5.84	.370	14.746	.000*
Coahuila	50	5.06	1.077		
Cataluña	50	4.86	1.195		
Total	150	5.25	1.037		
Satisfacción general con relaciones familiares ^a .					
Nuevo México	50	5.62	.635	14.887	.000*
Coahuila	50	4.62	1.048		
Cataluña	50	5.28	1.051		
Total	150	5.17	1.015		
Satisfacción general con relaciones sociales ^a .					
Nuevo México	50	5.60	.639	14.746	.000*
Coahuila	50	4.66	1.099		
Cataluña	50	5.32	.868		
Total	150	5.19	.967		

^a La escala fue evaluada en una escala tipo Likert del 1 (muy insatisfecho) al 6 (muy satisfecho).

*Sig.<.05

En los aspectos relacionados con la satisfacción general con aspectos del tiempo libre, los estadounidenses reportaron un nivel de satisfacción mayor; se hizo notar que los catalanes obtuvieron la media más baja en la satisfacción general de las actividades de tiempo libre; mientras que los coahuilenses se reportaron menos satisfechos con las relaciones familiares y con las relaciones sociales.

Tabla 6

Análisis de medias por ANOVA de un factor de la satisfacción general de otros aspectos en relación a la variable localidad.

	N	Media	Desviación típica	F	Sig.
Satisfacción general con la capacidad de participar en la vida diaria ^a .					
Nuevo México	50	5.80	.452	20.908	.000*
Coahuila	50	4.74	1.084		
Cataluña	50	4.98	.915		
Total	150	5.17	.968		
Satisfacción general con el deseo sexual, interés, rendimiento o desempeño ^a .					
Nuevo México	50	5.58	.609	12.301	.000*
Coahuila	50	4.58	1.090		
Cataluña	50	4.68	1.463		
Total	150	4.95	1.192		
Satisfacción general con la situación económica ^a .					
Nuevo México	50	5.32	.621	19.508	.000*
Coahuila	50	4.36	1.005		
Cataluña	50	4.06	1.391		
Total	150	4.58	1.777		
Satisfacción general de la vida ^a .					
Nuevo México	50	5.72	.536	20.988	.000*
Coahuila	50	4.72	1.011		
Cataluña	50	5.08	.724		
Total	150	5.17	.880		

^a La escala fue evaluada en una escala tipo Likert del 1 (muy insatisfecho) al 6 (muy satisfecho).

*Sig.<.05

En la tabla 6 que refleja otros aspectos relacionados con la calidad de vida, en cuanto a la capacidad de participar en la vida diaria y el aspecto sexual, los estadounidenses obtuvieron la media de satisfacción más alta,

en segundo lugar los españoles y finalmente los mexicanos. Mientras que en la situación económica, los catalanes se ubicaron en último lugar en cuanto a la media de satisfacción, en segundo los coahuilenses y en primero los estudiantes de Nuevo México.

En el nivel de satisfacción general de la vida, los estadounidenses obtuvieron la media más alta, en segundo lugar los catalanes y finalmente los coahuilenses, aunque de manera general reportaron un nivel de satisfacción alto.

DISCUSIÓN.

De manera general, los estudiantes universitarios de los tres países poseen un alto nivel de satisfacción general de sus vidas, lo cual podemos entender como un reflejo de su etapa de desarrollo, nivel de escolaridad (Herrera et al., 2015), así como las interacciones positivas, las cuales son un medio de salud y recreación, y que además tienen que ver con las habilidades sociales que permiten una adaptación eficaz y efectiva a las áreas de su vida (Urdaneta & Morales, 2013), áreas en la que los estudiantes se reportaron satisfechos; coincidiendo con otros estudios con poblaciones similares (Vargas, 2006; Vera, Laborín, Córdova, & Parra, 2007; Cieslak et al., 2007).

Por otro lado, la salud es uno de los aspectos principales como reguladora de la percepción de la calidad de vida; y en esta área, los

universitarios obtuvieron niveles medios de satisfacción en los aspectos relacionados al descanso, los cuales funcionan como elemento propiciador de una buena calidad de vida. Lo anterior puede ser relacionado con la calidad del sueño, que se refiere tanto a dormir bien como a un buen rendimiento durante el día en cuestiones de atención en las diversas actividades que se llevan a cabo (Sierra, Jiménez-Navarro, & Martín-Ortiz, 2002; Ramón-Salvador, Cámara-Flores, Cabral-León, Juárez-Rojop, & Díaz-Zagoya, 2013); y se encuentran influidas por la biología y los valores culturales; sin embargo, en la época universitaria se hace necesario reducir las horas de sueño para cumplir con las actividades académicas o actividades extracurriculares (Claros, Rodríguez, Forero, Camargo, & Niño, 2013).

Los resultados permiten destacar que los mayores niveles de satisfacción correspondieron a los aspectos relacionados con la autonomía y la libre elección de los universitarios como las actividades de tiempo libre, relaciones sociales y situación de alojamiento y vivienda; destacando que los estadounidenses reportaron el nivel más alto de satisfacción, lo cual se puede explicar siguiendo a Hofstede (2010) y sus estudios de las diferencias culturales en torno a los valores de individualismo y colectivismo que se practican en cada cultura. De esta forma, se hace notar que los estadounidenses forman parte de una sociedad individualista,

mientras que el colectivismo es predominante en la dinámica nacional mexicana; no obstante, los catalanes reciben influencia de ambos estilos culturales, ya que pertenecen a una sociedad donde prevalecen los valores colectivistas inherentes a su cultura pero a la vez están influenciados por los condicionantes de las sociedades individualistas de los países que le rodean (Carballeira et al., 2015).

De esta forma, el contexto cultural y la percepción del bienestar material tienen un ligero impacto en la evaluación de la calidad de vida (Ruvalcaba, Salazar, & Fernández-Berrocal, 2012), es así como la variable contextual toma importancia en nuestra investigación; donde el nivel socioeconómico influye en la percepción de la calidad de vida (Grimaldo, 2009). En el plano económico, la OCDE en el 2015 dio a conocer que México percibe un ingreso anual nacional per cápita debajo del promedio, así como España; mientras que Estados Unidos se encuentra notablemente arriba del promedio, y además poseen el nivel más alto de bienestar al igual que en nuestra investigación; sin embargo, según los resultados de esta organización, México reportó mejores niveles de bienestar que España, contrario a lo que reportaron los universitarios en el presente trabajo.

Profundizando en los estados donde fue aplicado el instrumento encontramos que a pesar de que los universitarios de Nuevo México acuden a una universidad con una atmósfera rural mostraron niveles de satisfacción

más alto que los universitarios de Cataluña cuyo centro educativo se encuentra en una zona urbana, así como los coahuilenses, lo cual se puede relacionar con las condiciones objetivas de vida donde las ciudades grandes implican un ritmo de vida más acelerado lo que puede llevar a mayor estrés para sus habitantes al tener que compartir con más personas los espacios vitales, recorrer grandes distancias para trasladarse, además de la contaminación ambiental y sonora a la que pueden estar expuestos (Moral et al., 2011; Tamanji, Gallien, Bian, & Moulton, 2013).

La evaluación de la calidad de vida de los universitarios es un punto de especial importancia ya que el grado de satisfacción está relacionado con el logro actual y a largo plazo de los objetivos vitales (Álvarez, 2004), además de que permite prever cuáles podrían ser los problemas de salud que pueden presentar las poblaciones a mediano y largo plazo (Castro & Sánchez, 2000; Moral & Álvarez, 2009). De ahí, que el haber comprendido que dimensiones como actividades de tiempo libre, relaciones sociales y relaciones familiares son elementos relevantes en la percepción de la calidad de vida por los jóvenes en diferentes países-contextos, nos hace ver la importancia que estos tiene a nivel general, en términos de salud desde un punto de vista psicológico

En cuanto a las limitaciones de esta investigación podemos mencionar que es una muestra pequeña, no representativa. Además

consideramos interesante ahondar en el estudio de las variables en cada una de las dimensiones e integrando variables de indicadores objetivos de salud así como variables de orden contextual, con el objetivo de ir más allá del aspecto subjetivo de la calidad de vida.

REFERENCIAS.

- Álvarez, J. (2004). *Los jóvenes y sus hábitos de salud*. Trillas, México.
- Carbelleira, M., González, J., y Marrero, R. (2015). Diferencias transculturales en bienestar subjetivo: México y España. *Anales de Psicología*, 31(1), 199-206. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/167/16732936021.pdf>
- Castro, A., & Sánchez, M. (2000). Objetivos de vida y satisfacción autopercebida en estudiantes universitarios. *Psicothema*, 12(1), 87-92.
- Cieslak, F., Levandoski, G., Meira, S., Krzesinski, T., Barros, G., y Leite, N. (2007). The relationship between quality of life and physical activity in college students attending a physical education course. *Fitness Performancé*, 6(6), 357-361.
- Claros, G., Rodríguez, A., Forero, D., Camargo, A., y Niño, C. (2013). Influencia familiar en el hábito del sueño en una muestra de estudiantes universitarios sanos en Bogotá, Colombia-2012. *Revista CUIDARTE*, 4(1). Recuperado de <http://www.revistacuidarte.org/index.php/cuidarte/article/view/2/4>
- Cuenca, M. (1995). *Temas de Pedagogía del Ocio*. Bilbao: Universidad de Deusto.

- Endicott, J., Nee, J., Harrison, W., & Blumenthal, R. (1993). Quality of Life Enjoyment and Satisfaction Questionnaire: A new measure. *Psychopharmacology Bulletin*, 29(2), 321-326.
- Fayers, P., & Machin, D. (2007). *Quality of Life: The Assessment, Analysis and Interpretation of Patient-Reported Outcomes*. doi: 10.1002/9780470024522
- García, E. (2001). *Calidad de vida en el estudiante universitario* (Tesis de Maestría). Recuperada de <http://eprints.uanl.mx/6345/1/1080095028.PDF>
- Gómez, M. (2013). Comparación del estadio de cambio para la actividad física y para el ejercicio físico entre universitarios brasileños y catalanes. *Revista Científica "General José María Córdova"*, 11(12), 173-198. Recuperado de <http://www.scielo.org.co/pdf/recig/v11n12/v11n12a09.pdf>
- Gómez, J., Jurado, M., Viana, B., Da Silva, M., & Hernández, A. (2005). Estilos y calidad de vida. *Educación física y deportes*, 10 (90). Recuperado de <http://www.efdeportes.com/efd90/estilos.htm>
- Grimaldo, M. (2009). Calidad de vida en estudiantes de secundaria de la Ciudad de Lima. *Informes Psicológicos*, 11(12), 33-47.
- Herrera, D., Matos, L., Martínez, P., y Lens, W. (2015). Perspectiva de tiempo futuro y satisfacción con la vida en adolescentes: un estudio transcultural. *Revista de Orientacion Educacional*, 29(55), 37-54.

- Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (2011). Realidad, datos y espacio. *Revista Internacional de Estadística y Geografía*, 2 (2), 82-95.
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (2015). “*Estadísticas a propósito del...Día Internacional de la Juventud (12 de agosto)*”. Recuperado de <http://www.inegi.org.mx/saladeprensa/aproposito/2015/juventud0.pdf>
- Labiano, M. (2010). Estrategias de mejoramiento de la calidad de vida. En L. Oblitas (Eds.), *Psicología de la salud y calidad de vida* (299-333). México: Cengage Learning.
- Lara, N., Saldaña, Y., Fernández, N., y Delgadillo, H. (2015). Salud, calidad de vida y entorno universitario en estudiantes mexicanos de una universidad pública. *Hacia la promoción de la salud*, 20(2), 102-117. doi: 10.17151/hpsal.2015.20.2.8
- Ministerio de Educación, Cultura y Deporte. (2015). *Datos y Cifras del sistema universitario español: Curso 2014:2015*. Recuperado de <http://www.mecd.gob.es/dms/mecd/educacion-mecd/areas-educacion/universidades/estadisticas-informes/datos-cifras/Datos-y-Cifras-del-SUE-Curso-2014-2015.pdf>

- Moral, J., & Álvarez, J. (2009). *De la salud a la enfermedad. Hábitos tóxicos y alimenticios*. México: Universidad Autónoma de Nuevo León.
- Moral, J., Ybarra, J., Álvarez, J., Zapata, J., & González J. (2011). *Adolescentes escolarizados, sus hábitos de actividad física y alimentación. Un estudio comparativo en el Noreste de México*. México: Fontamara.
- National Center for Education Statistics (2013). *Fast facts*. Recuperado de <https://nces.ed.gov/fastfacts/display.asp?id=98>
- Núñez, A., Tobón, S., Arias, D., Hidalgo, C., Santoyo, F., Hidalgo, A., & Rasmussen, B. (2010). Calidad de vida, salud y factores psicológicos asociados. *Perspectivas de Psicología*, 13 (1), 11-32.
- Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico. (2015). *Cómo va la vida, country notes*. Recuperado de www.oecd.org/statistics/Hows-Life-2015-country-notes-data.xlsx
- Oropesa, F., Moreno, C., Pérez, P., Muñoz-Tinoco, V. (2013). Routine leisure activities: opportunity and risk in adolescence. *Cultura y Educación*, 26(1), 159-183.
- Pascarella, E., & Terenzini, P. (1991). *How College Affects Students*. California: Jossey Bass.

- Ramón-Salvador, D., Cámara-Flores, J., Cabral-León, F., Juárez-Rojop, I., y Díaz-Zagoya, J. (2013). Consumo de bebidas energéticas en una población de estudiantes universitarios del estado de Tabasco, México. *Salud en Tabasco*, 19(1), 10-14. Recuperado de <http://salud.tabasco.gob.mx/sites/all/files/sites/salud.tabasco.gob.mx/fi/pag10.pdf>
- Rojas, M. (2011). El bienestar subjetivo: su contribución a la apreciación y la consecución del progreso y bienestar humano. *Realidad, datos y espacio*, 2(1).
- Ruvalcaba, N., Salazar, J., & Fernández- Berrocal, P. (2012). Indicadores sociales, condiciones de vida y calidad de vida en jóvenes mexicanos. *Revista Iberoamericana de Psicología: Ciencia y Tecnología*, 5(1), 71-80.
- Setién, M. (2000). El papel del ocio en una vida con calidad. En *Ocio, calidad de vida y discapacidad: Actas de las Cuartas Jornadas de la Cátedra de Ocio y Minusvalías*, (9). Bilbao: Universidad de Deusto.
- Sierra, J., Jiménez-Navarro, C., & Martín-Ortiz, J. (2002). Calidad del sueño en estudiantes universitarios: importancia de la higiene del sueño. *Salud Mental*, 25(6), 35-44.

- Tamanji, E., Gallien, T., Bian, H., Moulton, M. (2013). The relationship between Spiritual Well-Being and Health-Related Quality of Life in College Students. *Journal of American College Health*, 61(7), 414-421.
- Urdaneta, G., y Morales, M. (2013). Manejo de habilidades sociales e inteligencia emocional en ambientes universitarios. *Revista electrónica de Humanidades, Educación y Comunicación Social*, 8(14), 40-60.
- Vargas, O. (2006). Uso del tiempo libre en el cantón de Turrialba y su influencia en la calidad de vida según edad y género. *Revista de Ciencias del Ejército y la Salud*, 4(1).
- Vera, J., Laborín, J., Córdova, M., & Parra, E. (2007). Bienestar subjetivo: comparación en dos contextos culturales. *Psicología para América Latina*. 11 (1) Recuperado de <http://psicolatina.org/11/bienestar.html>
- Verdugo, M., Schalock, R., Arias, B., Gómez, L., y Jordán, B. (2013). *Capítulo 19. Calidad de Vida*. En M. Verdugo y R. Schalock (2013). *Discapacidad e Inclusión, manual para la docencia* (pp. 443-461). Salamanca: Amarú

La correspondencia concerniente a este artículo debe dirigirse a:

Mayra L. Salgado Espinosa

Universidad Autónoma de Nuevo León, México.

Email: mayraslgd@gmail.com