



# La calidad de vida como predictor del compromiso académico del estudiantado universitario

## Quality of life as a predictor of academic engagement among university students

✉ **Juan-Carlos Padilla-Hernández**

Tecnológico Nacional de México  
Campus Saltillo  
México

<https://orcid.org/0000-0002-2833-1595>  
[juan.ph@saltillo.tecnm.mx](mailto:juan.ph@saltillo.tecnm.mx)

**Jesús-Alberto García-García**

Universidad Autónoma de Coahuila  
México

<https://orcid.org/0000-0003-1369-311X>  
[jegarciag@uadec.edu.mx](mailto:jegarciag@uadec.edu.mx)

Recibido: 04-03-2026

Aceptado: 04-05-2026

Publicado: 02-06-2026

---

### Cómo citar este artículo:

Padilla-Hernández, J. C., & García-García, J. A. (2026). La calidad de vida como predictor del compromiso académico del estudiantado universitario. *Revista Panamericana de Pedagogía*, 42, e3760. <https://doi.org/10.21555/rpp.3760>

---

### Resumen

La educación superior en México exige excelencia a costa de la salud física y mental, lo que deteriora el compromiso académico. Esta tensión genera agotamiento y desvinculación, evidenciando la necesidad de identificar qué dimensiones de la calidad de vida predicen el vigor y la dedicación estudiantil. El objetivo de este estudio es analizar el valor predictivo de la calidad de vida en su dimensión física, psicológica, social y ambiental sobre el compromiso académico de universitarios del TecNM campus Saltillo, determinando el impacto específico de estos factores de bienestar en el vigor, la dedicación y la absorción. La metodología consistió en un diseño transversal, observacional, comparativo y predictivo, con una muestra no probabilística de 830 estudiantes. Los resultados derivados de los modelos de regresión lineal múltiple indican que la calidad de vida es un predictor positivo y estadísticamente significativo del compromiso académico. El modelo global explicó el 7.6% de la varianza del compromiso total, siendo el vigor la dimensión más influenciada ( $R^2 = .135$ ), seguida de la dedicación ( $R^2 = .122$ ) y la absorción ( $R^2 = .097$ ). En todos los

Este trabajo está bajo una licencia Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0).



modelos analizados, la salud general se consolidó como el factor de bienestar con mayor peso predictivo ( $\beta = .276$ ,  $p < .001$  sobre el compromiso académico). Se concluye que el bienestar físico constituye el motor principal del entusiasmo escolar, sugiriendo que las instituciones deben implementar políticas de salud para potenciar el compromiso.

**Palabras clave:** Calidad de vida; Compromiso académico; Bienestar estudiantil; Educación superior.

## Abstract

Higher education in Mexico demands excellence at the cost of physical and mental health, undermining academic engagement. This tension generates burnout and disengagement, highlighting the need to identify which dimensions of quality of life predict student vigor and dedication. The aim of this study is to analyze the predictive value of quality of life in its physical, psychological, social, and environmental dimensions on the academic engagement of students at TecNM Saltillo campus, determining the specific impact of these well-being factors on vigor, dedication, and absorption. The methodology followed a cross-sectional, observational, comparative, and predictive design, involving a non-probability sample of 830 students. Results from multiple linear regression models indicate that quality of life is a positive and statistically significant predictor of academic engagement. The global model explained 7.6% of the variance in total engagement, with vigor being the most influenced dimension ( $R^2 = .135$ ), followed by dedication ( $R^2 = .122$ ) and absorption ( $R^2 = .097$ ). In all models, general health emerged as the well-being factor with the highest predictive weight ( $\beta = .276$ ,  $p < .001$  about academic engagement). In conclusion, physical well-being drives academic enthusiasm, necessitating institutional health policies to foster such academic engagement.

**Keywords:** Quality of life; Academic engagement; Student well-being; Higher education.

## INTRODUCCIÓN

En los últimos años la calidad de vida ha cobrado una importancia creciente en el ámbito educativo, al ser reconocida como un componente esencial del bienestar integral y del desarrollo humano dentro del contexto universitario (García-Martínez et al., 2024). Este concepto, de naturaleza multidimensional, se refiere a la valoración subjetiva que realiza cada individuo sobre su propio bienestar general, a partir de sus expectativas personales, sus valores y las condiciones de su entorno (Diener et al., 2018). De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS, 1995), la calidad de vida implica la apreciación que una persona tiene de su posición dentro de la vida, desde el contexto cultural y los sistemas de valores en los que se desarrolla, así como sus metas, aspiraciones y preocupaciones.

En el contexto universitario, la calidad de vida integra aspectos físicos, psicológicos, sociales y ambientales que influyen en la manera en que los estudiantes enfrentan las exigencias académicas. Diversos estudios han evidenciado que una percepción favorable de la calidad de vida se asocia con mayores niveles de satisfacción personal, motivación intrínseca y compromiso académico (García-García y Carrizales-Berlanga, 2021; Schaufeli y Bakker, 2004). En contraste, un bajo nivel de bienestar puede derivar en estrés, ansiedad, depresión y abandono escolar (Cobo-Rendón et al., 2022).

La literatura reciente ha identificado que los componentes principales de la calidad de vida estudiantil incluyen el bienestar físico y mental, la estabilidad emocional, las relaciones interpersonales, el equilibrio financiero y la percepción del apoyo. De igual manera, mantener hábitos saludables, como dormir adecuadamente, practicar actividad física y llevar una alimentación equilibrada, contribuye de forma notable al bienestar subjetivo y a una mejor disposición hacia el aprendizaje (Diener et al., 2018; Auerbach et al., 2016).

Por su parte, investigaciones recientes demuestran que la calidad de vida mantiene una estrecha relación con el rendimiento académico, la resiliencia y la continuidad escolar (Longfeng et al., 2022; Carmona-Halty et al., 2019). Esto permite considerar que la calidad de vida no solo representa un indicador de bienestar individual, sino también un factor predictivo del compromiso académico y de la adaptación al entorno universitario (Gómez et al., 2023; Peralta-Rojas et al., 2023). Dicho vínculo se explica a partir de la interacción constante entre condiciones externas como el entorno institucional o los recursos disponibles y variables personales como la autoeficacia, la motivación o la regulación emocional (Deci y Ryan, 2008; Gaibor-González et al., 2023).

En el caso particular de México, el bienestar del estudiantado universitario enfrenta desafíos asociados con factores económicos, sociales y culturales que inciden directamente en la salud mental y el desarrollo académico (Cobo-Rendón et al., 2022). La evidencia en universitarios latinoamericanos sugiere que el estrés académico crónico deteriora significativamente la percepción de la calidad de vida, especialmente ante la falta de estrategias de afrontamiento efectivas (Pinto-Matta, 2021; Arán et al., 2023). Ante esta situación, las universidades deben adoptar un rol activo mediante programas institucionales de bienestar integral, que contemplen acompañamiento emocional, tutoría personalizada, ambientes educativos seguros y equilibrados (Salmela-Aro y Upadaya, 2020).

El análisis de la calidad de vida en la educación superior resulta esencial para comprender cómo los factores de bienestar influyen en la motivación, la satisfacción vital y el desempeño académico. En este marco, el compromiso académico ha adquirido gran relevancia al estar estrechamente relacionado con la satisfacción, el rendimiento y la permanencia de los estudiantes (Carmona-Halty et al., 2019; García-García y Carrizales-Berlanga, 2021). Derivado del modelo de compromiso laboral, este constructo describe el grado de energía, dedicación y concentración con el que los estudiantes asumen sus responsabilidades académicas (Schaufeli y Bakker, 2004; Salmela-Aro y Upadaya, 2020). El compromiso académico se concibe como un estado psicológico positivo, persistente y orientado al aprendizaje, que se manifiesta a través de tres dimensiones: vigor, dedicación y absorción (Schaufeli y Bakker, 2004).

Dichas dimensiones influyen de manera significativa en el rendimiento escolar, la satisfacción vital y la permanencia en los estudios (Gómez et al., 2023; Rodríguez-Fernández et al., 2018). De acuerdo con la perspectiva canónica de Schaufeli y Bakker (2004) el compromiso no es una respuesta transitoria, sino un estado mental positivo, persistente y estrechamente ligado al aprendizaje, caracterizado por tres dimensiones interconectadas: el vigor, que se manifiesta en la resiliencia mental y la voluntad de invertir esfuerzo ante la adversidad; la dedicación, que implica una vinculación emocional profunda, cargada de entusiasmo, inspiración y un sentido de orgullo por el aprendizaje; y la absorción, ese estado de concentración plena en el que el estudiante experimenta una distorsión subjetiva del tiempo debido a la profundidad de su involucramiento. Desde la perspectiva de la psicología positiva, el compromiso se considera un recurso personal que potencia la autoeficacia, la motivación intrínseca y la autorregulación emocional del alumnado (Carmona-Halty et al., 2019; Gaibor-González et al., 2023).

Diversas investigaciones han demostrado que el compromiso académico se ve influido por factores personales y factores contextuales (García-Martínez et al., 2024; Longfeng et al., 2022). De igual manera, la presencia de trastornos psicológicos y el deterioro de la salud mental actúan como barreras críticas que afectan el desempeño y la estabilidad del estudiantado en diversas regiones del mundo (Auerbach et al., 2016). En el contexto latinoamericano y mexicano, el estudio de este constructo adquiere especial relevancia ante realidades como la deserción escolar y el estrés académico (Cobo-Rendón et al., 2022).

Por otro lado, el bienestar estudiantil se ha consolidado como un eje esencial de la investigación educativa (Barbayannis et al., 2022; García-Martínez et al., 2024). Este bienestar abarca dimensiones físicas, psicológicas, sociales y académicas (Diener et al., 2018). En México, las problemáticas se han intensificado por factores como la sobrecarga académica y la inestabilidad económica (Cobo-Rendón et al., 2022), los cuales inciden directamente en la motivación y la autoeficacia del alumnado (Domínguez-Lara et al., 2022; Gaibor-González et al., 2023).

La educación superior orienta su función hacia la formación integral (UNESCO, 2021). En México, constituye un espacio estratégico para el progreso científico, aunque enfrenta desafíos de calidad (López-Segrera, 2020; ANUIES, 2022). A nivel global, la transición hacia modelos digitales es un proceso acelerado (Calleja y Mason, 2020). El sistema universitario mexicano aún requiere políticas para promover el bienestar estudiantil (ANUIES, 2024; OECD, 2022).

Finalmente, la Secretaría de Educación Pública (SEP, 2023) señala que los documentos rectores identifican obstáculos críticos como la insuficiente cobertura y las altas tasas de deserción. Según explican De-Wit y Altbach (2021), la internacionalización de la educación superior enfrentó una crisis sin precedentes que obligó a las instituciones a reformular sus estrategias, acelerando una digitalización que, aunque necesaria, reveló profundas brechas en la consolidación de redes académicas globales. Por lo anterior, el objetivo de este estudio es analizar el valor predictivo de la calidad de vida en sus dimensiones física, psicológica, social y ambiental sobre el compromiso académico de universitarios del TecNM campus Saltillo.

## METODOLOGÍA

### Diseño

Se trata de un estudio con diseño transversal, observacional, comparativo y predictivo.

### Muestra

Se integró una muestra no probabilística por conveniencia, con un sistema de muestreo por casos consecutivos. Los criterios de inclusión de la muestra fueron dos: ser alumno inscrito en alguna carrera de Ingeniería y tener entre 18 a 25 años. Como criterios de exclusión se consideró ser mayor de 25 años. Todos ellos estudiantes (población total de 7825) del Tecnológico Nacional de México (TNM) campus Saltillo, de las diferentes carreras de ingeniería de primer a duodécimo semestre.

### Participantes

Se conformó de 830 estudiantes universitarios de educación superior, con edades que van de 18 a 25 años.

### Instrumentos

*Datos sociodemográficos*, en donde se recopilaron variables sociodemográficas relevantes, como edad, sexo, promedio académico, consumo de alcohol, consumo de tabaco, realiza deporte y carrera de estudio.

*El Cuestionario de Salud Física SF-12* (Alonso, 2008; Vilagut et al., 2008) está compuesto por 12 ítems en una escala tipo Likert, con tres o seis opciones de respuesta que miden la autopercepción de salud a partir de las siguientes subescalas: función física, rol físico, dolor corporal, salud general, vitalidad, función social, rol emocional, salud mental y dos componentes sumarios (salud física y salud mental). Cada pregunta recibe un valor que posteriormente se transforma en una escala de 0 a 100. Como algunos ejemplos de los ítems que se manejan pueden ser: “¿En general, usted diría que su salud es?”, “Su salud actual, ¿le limita para hacer esas actividades o cosas? Si es así, ¿cuánto?”, y “¿Hizo su trabajo o sus actividades cotidianas menos cuidadosamente que de costumbre, por algún problema emocional?”. En el presente estudio la confiabilidad global del instrumento fue de  $\alpha=.79$ , lo cual indica buenos niveles de consistencia interna.

*La Escala de Compromiso Académico de Utrecht (UWES-17)*. (Schaufeli y Bakker, 2004). Compuesta por 17 reactivos, distribuidos en tres dimensiones vigor (6 ítems), dedicación (5 ítems) y absorción (6 ítems). Algunos ejemplos de reactivos son: “Cuando me levanto por las mañanas tengo ganas de ir a la escuela” (vigor); “Mis estudios están llenos de significados y propósitos” (dedicación); y “Cuando estoy estudiando olvido todo lo que pasa alrededor de mí” (absorción). La escala mostró buenos niveles de confiabilidad en población mexicana, específicamente un alfa de Cronbach de .90 (Avalos-Latorre et al., 2024). En este estudio la confiabilidad fue de  $\alpha=.91$ .

## Procedimientos

Se requirió un formulario electrónico autoadministrado (Google Forms) que, al no recopilar datos personales, garantiza la confidencialidad de los participantes. La invitación fue difundida de manera abierta a través de redes sociales y canales institucionales, resaltando que la participación era completamente voluntaria y libre. Los datos recopilados fueron organizados y encriptados en una base de datos estructurada para facilitar posteriormente su análisis. La participación requirió la aceptación del consentimiento informado, el cual se explicó de manera amplia en el formulario. Además, se detallaron los objetivos de la investigación, los responsables del proyecto, el propósito de los datos recolectados y las medidas implementadas para proteger la privacidad y la confidencialidad de los participantes. De este modo, se garantizó un proceso ético, transparente y respetuoso con los derechos de los involucrados.

## Análisis de los datos

Se realizó el análisis estadístico con el Statistical Package for the Social Sciences versión 25 (SPSS). Se aplicaron análisis de frecuencias y porcentajes de los datos socio-demográficos, se calcularon estadísticos descriptivos para las dimensiones de Calidad de Vida y del compromiso académico. Del mismo modo, se exploran la asimetría y curtosis, con el fin de valorar la normalidad de los datos. Por último, con el propósito de evaluar la capacidad predictiva de las variables se empleó un análisis de regresión lineal múltiple mediante el método introducir, así mismo se estimaron los coeficientes  $R^2$  para conocer el poder de predicción. Los coeficientes estandarizados de betas se utilizaron para calcular el cambio de la variable dependiente y para comparar el peso de cada una de las variables predictoras. La significancia de los coeficientes se evaluó mediante los estadísticos t, calculados a partir del coeficiente estimando. La significancia global del modelo se obtuvo mediante el estadístico F. La colinealidad se evaluó a través de los índices de tolerancia y de la varianza VIF. Finalmente, se calcularon los tamaños del efecto del modelo mediante el estadístico  $f^2$  de Cohen.

## Aspectos éticos

Con el propósito de asegurar un enfoque ético centrado en el respeto y la autonomía de los participantes, se diseñó un proceso de información rigurosa de consentimiento informado. Esta información se presentó de manera clara y accesible en la portada del instrumento de medición, describió en detalle los objetivos del estudio, las implicaciones de su participación y las medidas adoptadas para garantizar la protección de sus datos personales, promoviendo así una toma de decisiones consciente y voluntaria por parte de cada individuo.

En todo momento, la investigación se alinea con los estándares internacionales establecidos en la Asociación Médica Mundial (AMM), (2024), los cuales subrayan la importancia de salvaguardar la dignidad, los derechos y el bienestar de los seres humanos involucrados. Esta perspectiva humanista no solo garantiza el rigor científico, sino que también pone en el centro de la investigación a las personas, reconociéndolas como agen-

tes activos, capaces y dignos de respeto, cuya participación enriquece el avance del conocimiento de manera ética y responsable.

## RESULTADOS

### Análisis descriptivo

En la tabla 1 se pueden observar las características sociodemográficas de la muestra por sexo, la edad promedio de las mujeres fue de 19.68 años con una desviación típica  $DT=1.72$  años, mientras que la de los hombres fue ligeramente mayor, con un promedio de 19.92 años y una  $DT=1.79$  años. La muestra estuvo compuesta por un total de 428 mujeres y 402 hombres. En el caso de las mujeres, el 45.10% ( $n=193$ ) declaró consumir alcohol, mientras que el 54.90% ( $n=239$ ) indicó no hacerlo. Entre los hombres, el consumo de alcohol fue ligeramente mayor, con un 48.80% ( $n=196$ ) afirmando que consumen alcohol y un 51.20% ( $n=206$ ) que no lo hacen. Esto sugiere una diferencia leve en el consumo de alcohol entre géneros, siendo más prevalente en hombres. Del total de mujeres, un 21.10% ( $n=90$ ) manifestó consumir cigarrillos, mientras que el 78.90% ( $n=338$ ) indicó no hacerlo. Entre los hombres, el 24.10% ( $n=97$ ) reportó consumir cigarrillos, mientras que el 75.90% ( $n=305$ ) no lo hace. Aunque el consumo de cigarrillos es bajo en ambos grupos, se observa una mayor prevalencia en hombres que en mujeres. El 44.20% ( $n=189$ ) de las mujeres realiza alguna actividad deportiva, mientras que el 55.80% ( $n=239$ ) no la realiza. En contraste, entre los hombres, el 67.20% ( $n=270$ ) practica deporte, frente a un 32.80% ( $n=132$ ) que no lo hace.

**Tabla 1**  
Características sociodemográficas de la muestra por sexo

Variable	Mujeres (n = 428)		Hombres (n = 402)	
	M	DE	M	DE
Edad	19.68	1.72	19.92	1.79
Promedio académico	86.42	7.24	83.91	7.40
Variable	n	%	n	%
Consumo de alcohol				
Sí	193	45.10	196	48.80
No	239	54.90	206	51.20
Consumo de tabaco				
Sí	90	21.10	97	24.10
No	338	78.90	305	75.90
Realiza deporte				
Sí	189	44.20	270	67.20
No	239	55.80	132	32.80

$N=830$  participantes.

En la tabla 2 se puede apreciar la distribución general de las especialidades desde una perspectiva específica de cada una de las carreras universitarias. En la carrera de Ingeniería Industrial el 73.1% fueron mujeres y el 63.4% hombres. Seguido de la carrera de Ingeniería Eléctrica en donde el 3.3% se representó por mujeres y el 7.0% por hombres. Posteriormente la carrera de Ingeniería en Sistemas Computacionales contó con el 14.0% de mujeres y el 7.0% de hombres. La especialidad de Ingeniería Mecánica tuvo el 3.5% de mujeres y el 4.7% de hombres.

De la carrera de Ingeniería Electrónica el 0.7% fueron mujeres, frente al 4.2% de los hombres. En la especialidad de Ingeniería en Materiales el 0.2% fueron mujeres y el 0.5% hombres. En la especialidad de Ingeniería en Gestión Empresarial el 1.6% fueron mujeres y el 2.0% hombres. En la especialidad de Ingeniería en Electrónica y Automatización el 3.5% fueron mujeres y el 11.2% hombres.

**Tabla 2**

Distribución de la especialidad por sexo

Especialidad	Mujeres (n = 428)		Hombres (n = 402)	
	n	%	n	%
Ingeniería Industrial	313	73.1	255	63.4
Ingeniería Eléctrica	14	3.3	28	7.0
Ingeniería en Sistemas Computacionales	60	14.0	28	7.0
Ingeniería Mecánica	15	3.5	19	4.7
Ingeniería Electrónica	3	0.7	17	4.2
Ingeniería en Materiales	1	0.2	2	0.5
Ingeniería en Gestión Empresarial	7	1.6	8	2.0
Ingeniería en Electrónica y Automatización	15	3.5	45	11.2
Total	428	100.0	402	100.0

N=830 participantes.

En la tabla 3, se puede observar que según los valores de la media aritmética las dimensiones mejor percibidas por el estudiantado son la función física (M=85.15), rol físico (M=75.36) y la salud general (M=73.40), que evidencian altos niveles de salud física. La función social, la energía y la salud mental obtuvieron puntuaciones altas, lo que indica que los universitarios tienen buena salud mental.

Respecto al estadístico de Kolmogorov-Smirnov, se observó que ninguna de las variables presentó normalidad. Se procedió a realizar un análisis de la asimetría de las dimensiones y se observó que el rol físico, rol emocional, salud mental, salud general, vitalidad y función social tiene una tendencia hacia la normalidad (Darlington y Hayes, 2017).

Las dimensiones del compromiso académico más importantes de acuerdo al valor de su media aritmética fueron: absorción, vigor y dedicación.

Respecto al análisis de la normalidad se observó que todas las variables del compromiso académico obtuvieron niveles entre 1 y -1 lo cual indica normalidad de las mismas (Darlington y Hayes, 2017).

**Tabla 3**  
Estadísticos descriptivos de las dimensiones del estudio

Variables	Dimensiones	M	DE	Mín. - Máx.	Asimetría	Curtosis	K -S
Calidad de vida	Función física	85.15	24.34	25 - 100	-1.129	-0.451	.000
	Rol físico	75.36	22.15	20 - 100	-0.569	-0.468	.000
	Rol emocional	66.60	21.01	20 - 100	-0.149	-0.535	.000
	Salud mental	58.07	12.24	20 - 100	-0.375	1.394	.000
	Salud general	73.40	22.49	0 - 100	-0.882	0.363	.000
	Dolor corporal	74.94	25.75	0 - 100	-1.225	1.231	.000
	Vitalidad	67.32	23.68	0 - 100	-0.741	-0.006	.000
	Función social	75.54	23.49	0 - 100	-1.027	0.856	.000
Compromiso Académico	Vigor	20.78	6.86	2.00 - 36	0.044	-0.293	.000
	Dedicación	20.04	6.07	1.00 - 30	-0.278	-0.488	.000
	Absorción	21.42	6.99	.00 - 36	-0.101	-0.188	.000

## Análisis de regresión

En la tabla 5 se analiza el efecto de diferentes factores en el vigor de los estudiantes. Los resultados muestran que el modelo funciona bien y es estadísticamente importante [ $F(8, 821) = 16.078, p < .001$ ]. En conjunto, la función social, la salud mental, la salud general, función física, dolor corporal, vitalidad, rol emocional y rol físico logran explicar el 13.5% de los cambios en el vigor de los alumnos.

El factor que más influye positivamente es la salud general [ $\beta = .21, p = 0.00$ ]. Seguido de la vitalidad [ $\beta = .19, p = 0.00$ ], el rol emocional [ $\beta = .11, p = 0.01$ ] y el rol físico [ $\beta = .09, p = 0.03$ ]. De forma negativa el factor que más influye es el dolor corporal [ $\beta = -0.07, p = 0.06$ ] y la función física [ $\beta = -0.06, p = 0.08$ ].

Además, el análisis es confiable porque no hay datos repetidos o redundantes, como lo indican el índice de tolerancia (.858) y el VIF (1.319). Por último, el valor de  $f^2 = .12$  confirma que este modelo tiene una importancia real y moderada para entender el compromiso académico del alumnado.

**Tabla 5**  
Coeficientes del modelo

Modelo	CNE		CE	t	Sig.	Estadísticas de colinealidad	
	B	Desv. Error	Beta			Tolerancia	VIF
(Constante)	9.20	1.64		5.60	0.00		
Función física	-0.02	0.01	-0.06	-1.73	0.08	0.77	1.30
Rol físico	0.03	0.01	0.09	2.12	0.03	0.59	1.70
Rol emocional	0.04	0.01	0.11	2.69	0.01	0.59	1.68
1 Salud mental	0.03	0.02	0.05	1.26	0.21	0.81	1.24
Salud general	0.06	0.01	0.21	6.03	0.00	0.86	1.17
Dolor corporal	-0.02	0.01	-0.07	-1.89	0.06	0.86	1.17
Vitalidad	0.05	0.01	0.19	5.01	0.00	0.76	1.32
Función social	0.00	0.01	0.00	0.04	0.97	0.77	1.30

a. Predictores: (Constante), función social, salud mental, salud general, función física, dolor corporal, vitalidad, rol emocional, rol físico

b. Variable dependiente: vigor

Nota:  $R^2 = .135$ ,  $F = 16.078$ ,  $gl = 8,821$ ,  $f^2 = .12$

En la tabla 6 se presentan los resultados del modelo de regresión lineal para la dimensión de dedicación, analizada como parte de la calidad de vida del alumnado. El análisis indica que el modelo es estadísticamente significativo [ $F(8, 821) = 14.259$ ,  $p < .001$ ], lo que confirma que las variables utilizadas son adecuadas para explicar este factor. En conjunto, la función social, la salud mental, la salud general, función física, dolor corporal, vitalidad, rol emocional y rol físico logran predecir el 12.2% de la variabilidad en la dedicación de los estudiantes ( $R^2 = .122$ ).

**Tabla 6**  
Coeficientes del modelo

Modelo	CNE		CE	t	Sig.	Estadísticas de colinealidad	
	B	Desv. Error	Beta			Tolerancia	VIF
(Constante)	8.65	1.47		5.90	0.00		
Función física	0.01	0.01	0.05	1.40	0.16	0.77	1.30
Rol físico	0.03	0.01	0.09	2.18	0.03	0.59	1.70
Rol emocional	0.04	0.01	0.13	3.13	0.00	0.59	1.68
1 Salud mental	0.01	0.02	0.02	0.60	0.55	0.81	1.24
Salud general	0.04	0.01	0.14	4.08	0.00	0.86	1.17
Dolor corporal	-0.01	0.01	-0.03	-0.75	0.45	0.86	1.17
Vitalidad	0.03	0.01	0.13	3.57	0.00	0.76	1.32
Función social	0.01	0.01	0.02	0.65	0.52	0.77	1.30

a. Predictores: (Constante), función social, salud mental, salud general, función física, dolor corporal, vitalidad, rol emocional, rol físico.

b. Variable dependiente: dedicación

Nota:  $R^2 = .122$ ,  $F = 14.259$ ,  $gl = 8,821$ ,  $f^2 = .11$

La variable que más influye positivamente es la salud general [ $\beta = .14, p= 0.00$ ]. Seguido de la vitalidad [ $\beta = .13, p = 0.00$ ]. El rol emocional [ $\beta = .13, p=0.00$ ]. El rol físico [ $\beta = .09, p= 0.03$ ] y la función física [ $\beta = .05, p= 0.16$ ]. De forma negativa el factor que más influye es el dolor corporal [ $\beta = -0.03, p = 0.45$ ].

La fiabilidad del modelo está respaldada por niveles óptimos de tolerancia (.858) y VIF (1.166), que descartan problemas de redundancia entre variables. Finalmente, el valor de .11 ( $f^2$ ) representa un tamaño del efecto moderado en el contexto del estudio.

En la tabla 7 se exponen los resultados del modelo de regresión lineal para la dimensión de absorción, vinculada a la calidad de vida de los estudiantes. El análisis muestra que el modelo es estadísticamente significativo [ $F(8, 821) = 11.005, p < .001$ ], lo cual confirma que las variables independientes función social, salud mental, salud general, función física, dolor corporal, vitalidad, rol emocional y rol físico logran explicar la variable dependiente. En este caso, el conjunto de predictores explica el 9.7% de los cambios en la absorción del alumnado ( $R^2 = .097$ ).

Al igual que en las dimensiones previas, la salud general se posiciona como el factor de mayor peso positivo, con un valor de .172 ( $\beta$ ) y un  $p=0.00$ . El modelo es estadísticamente robusto y libre de redundancias, como lo indican la tolerancia (.858) y el VIF (1.166). Finalmente, el valor de .08 ( $f^2$ ) señala un tamaño del efecto que, aunque es el más bajo de las tres dimensiones, aún mantiene una relevancia práctica de nivel pequeño a moderado.

**Tabla 7**  
Coeficientes del modelo

Modelo	CNE		CE	t	Sig.	Estadísticas de colinealidad	
	B	Desv. Error	Beta			Tolerancia	VIF
(Constante)	12.89	1.71		7.53	0.00		
Función física	-0.02	0.01	-0.07	-1.73	0.08	0.77	1.30
Rol físico	0.02	0.01	0.07	1.57	0.12	0.59	1.70
Rol emocional	0.05	0.01	0.14	3.17	0.00	0.59	1.68
1 Salud mental	0.01	0.02	0.02	0.63	0.53	0.81	1.24
Salud general	0.05	0.01	0.17	4.80	0.00	0.86	1.17
Dolor corporal	-0.03	0.01	-0.09	-2.59	0.01	0.86	1.17
Vitalidad	0.04	0.01	0.14	3.72	0.00	0.76	1.32
Función social	0.00	0.01	-0.01	-0.15	0.88	0.77	1.30

a. Predictores: (Constante), función social, salud mental, salud general, función física, dolor corporal, vitalidad, rol emocional, rol físico.

b. Variable dependiente: dedicación

Nota:  $R^2 = .097, F = 11.005, gl = 8, 821, f^2 = .08$

En la tabla 8 se presenta el análisis de regresión lineal simple para evaluar el efecto de la calidad de vida sobre el compromiso académico del alumnado. Este modelo global resulta ser significativo [ $F(1, 828) = 68.150, p < .001$ ], lo que demuestra una incidencia de la variable independiente sobre la dependiente. El modelo explica el 7.6% de la variabilidad total observada en el compromiso académico de los estudiantes ( $R^2 = .076$ ). En este análisis, destaca un coeficiente  $\beta$  de .276 y un valor  $t$  de 8.255, indicando que la calidad de vida es un predictor del compromiso académico. Es importante resaltar que el modelo es estadísticamente relevante en cuanto a su estructura, con valores de tolerancia (1.000) y VIF (1.000) que garantizan la ausencia total de errores por redundancia. Finalmente, el tamaño del efecto de .075 ( $f^2$ ) confirma que la influencia de la calidad de vida sobre el compromiso académico tiene una relevancia práctica significativa dentro del ámbito educativo.

**Tabla 8**

Modelo del compromiso académico con calidad de vida.

Variables	R <sup>2</sup>	F(gl)	$\beta$	t	Tolerancia	VIF	f <sup>2</sup>
Modelo 1	.076	68.150(1,828)	.276	8.255	1.000	1.000	.075

a. Predictores: (Constante), calidad de vida

b. Variable dependiente: compromiso académico

Nota: \*\* $p < .001$

Los resultados obtenidos a través de los diversos modelos de regresión lineal permiten concluir que la calidad de vida es un factor determinante y estadísticamente significativo para el compromiso académico del alumnado. De las tres dimensiones analizadas, el Vigor es la que presenta una mayor sensibilidad a la calidad de vida, logrando explicar el 13.5% de su variabilidad. Le sigue la dedicación con un 12.2% y la absorción con un 9.7%. En todos los casos, la salud general se consolidó como la variable de mayor incidencia en el compromiso académico del estudiantado, lo que sugiere que el bienestar físico es importante, seguido de la energía y el entusiasmo académico. A nivel macro, la relación entre la calidad de vida y el compromiso académico confirma que, por cada incremento en el bienestar del estudiante, existe una respuesta positiva y medible en su nivel de entrega institucional.

## DISCUSIÓN

La presente investigación aporta evidencia empírica significativa sobre el efecto de las dimensiones de la calidad de vida en el compromiso académico en el contexto de la educación superior en el estudiantado del TecNM Campus Saltillo, permitiendo un diálogo profundo con la literatura contemporánea. Los resultados obtenidos corroboran la premisa de García-Martínez (2024), quien sitúa a la calidad de vida como un eje transformador del bienestar integral; sin embargo, los hallazgos del presente estudio permiten ir más allá de la conceptualización teórica al establecer una jerarquía de predictores. Mientras que la Organización Mundial de la Salud (OMS, 1995) y Diener et al. (2018) proponen una visión multidimensional donde lo psicológico, social y ambiental coexisten con igual

peso, los modelos de regresión lineal múltiple de este estudio revelan que, para el estudiantado mexicano, la salud general es el factor de bienestar con mayor peso predictivo en el compromiso académico ( $\beta = .276, p < .001$ ).

Este hallazgo resulta cardinal, pues posiciona a la estabilidad física y la salud percibida como la infraestructura biopsicosocial indispensable sobre la cual se cimentan los procesos cognitivos y la regulación emocional. Al analizar las dimensiones del compromiso académico propuestas por Schaufeli y Bakker (2004), se observa que la calidad de vida no impacta de manera uniforme en los tres componentes. El hecho de que el vigor sea la dimensión más influenciada ( $R^2 = .135$ ), seguida de la dedicación ( $R^2 = .122$ ) y la absorción ( $R^2 = .097$ ), indica que el bienestar físico actúa primordialmente como el suministro de energía y resiliencia mental que permite al estudiante iniciar y mantener el esfuerzo académico.

Esta relación apoya lo planteado por Salmela-Aro y Upadaya (2020) sobre el riesgo de agotamiento: si el vigor sustentado en la salud física se ve comprometido, el estudiante entra en un estado de vulnerabilidad que precede al cinismo o al abandono escolar, fenómenos ya advertidos por Cobo-Rendón et al. (2022) ante las carencias del sistema educativo mexicano. Asimismo, el modelo global explica el 7.6% de la varianza del compromiso total. Aunque este porcentaje podría parecer moderado, en el campo de las ciencias sociales y bajo la perspectiva de la psicología positiva (Carmona-Halty et al., 2019), es un indicador estadísticamente significativo que demuestra que la calidad de vida es un predictor robusto incluso frente a variables contextuales no controladas, como la precariedad laboral o la desigualdad de género (Pinto-Matta, 2021).

Estos resultados tensionan la visión tradicional de la excelencia académica basada únicamente en el rigor cognitivo, sugiriendo que las instituciones que ignoran la salud física de sus alumnos, tal como proponen García-García y Carrizales-Berlanga (2021), están mermando indirectamente la capacidad de dedicación y absorción de sus estudiantes. Finalmente, la convergencia entre nuestros resultados y las directrices de la UNESCO (2021) y la OECD (2022) es evidente. Si el bienestar físico y percibido constituye el motor principal del entusiasmo escolar, las universidades en México no pueden limitar su rol a la simple formación técnica.

Se requiere una transición hacia políticas de salud estudiantil que, como sugieren Restrepo et al. (2020) y Cobo-Rendón et al. (2020), integren el acompañamiento emocional y físico como parte de la calidad educativa. En conclusión, los datos sugieren que para potenciar el compromiso académico y mitigar el agotamiento, el enfoque debe centrarse en fortalecer la salud general del alumno como la infraestructura biopsicosocial sobre la cual se construye el éxito profesional.

Dentro de las limitaciones del estudio se encuentra el uso de formularios en línea que introducen un cierto nivel de riesgo, debido a que aumenta el índice de respuesta por deseabilidad social y respuestas repetidas perdiendo así el nivel de objetividad de algunos participantes. Otra limitación se encuentra en el método de selección de la muestra, se recomienda que para otros estudios se realice un muestreo aleatorio estratificado y se aumente el tamaño muestral para incluir aspectos culturales, escolares y contextuales de la realidad universitaria.

## CONCLUSIONES

A partir de los hallazgos obtenidos en esta investigación, se concluye de manera determinante que la calidad de vida no es un factor periférico, sino un componente central y predictivo del compromiso académico en el estudiantado universitario de México. El análisis de los datos permite confirmar que el bienestar integral entendido a través de sus dimensiones física, psicológica, social y ambiental opera como la base estructural sobre la cual se construye el entusiasmo, la energía y la persistencia del alumno en su formación profesional.

La significancia estadística del modelo global, que logra explicar el 7.6% de la varianza del compromiso, demuestra que las condiciones de vida del estudiante tienen un impacto real y medible en su vinculación con el entorno universitario, validando la necesidad de transitar de una visión educativa meramente cognitiva hacia una de formación humana integral. Una de las conclusiones más relevantes de este estudio es la primacía de la salud general como el factor de bienestar con mayor peso predictivo ( $\beta = .276, p < .001$ ).

Esto permite concluir que, en el contexto de la educación superior mexicana, el bienestar físico y percibido constituye el motor principal que impulsa el vigor y la dedicación escolar. Mientras que el discurso académico suele priorizar la motivación intrínseca o las habilidades de estudio, esta investigación pone de manifiesto que sin una salud física sólida y una percepción de bienestar biológico, los recursos psicológicos del estudiante se ven mermados. Por lo tanto, el vigor, dimensión que resultó ser la más influenciada por la calidad de vida ( $R^2 = .135$ ) se consolida como el primer eslabón que se debilita ante entornos académicos altamente exigentes o precarios, funcionando como una señal temprana de alerta antes de que ocurra el agotamiento total o la deserción escolar.

Asimismo, los resultados permiten concluir que el compromiso académico no es un estado estático, sino un constructo dinámico que depende de la interacción constante entre el individuo y su entorno. El hecho de que las dimensiones de dedicación ( $R^2 = .122$ ) y absorción ( $R^2 = .097$ ) también se vean influenciadas positivamente por la calidad de vida, sugiere que un estudiante que percibe un entorno saludable y se siente físicamente capaz, tiende a encontrar mayor sentido en sus estudios y a experimentar estados de concentración profunda. En consecuencia, la excelencia académica deja de ser vista exclusivamente como el resultado del esfuerzo individual para entenderse como un fenómeno condicionado por la calidad del entorno biopsicosocial del alumno. Finalmente, este estudio concluye con una imperativa recomendación institucional: las universidades en México deben asumir un rol activo y corresponsable en la promoción de la salud estudiantil.

No basta con la excelencia en los planes de estudio si no se mitiga el riesgo de agotamiento mediante políticas que contemplen la nutrición, el descanso, la salud mental y la seguridad ambiental. Implementar programas de bienestar integral no debe considerarse un gasto adicional, sino una inversión estratégica para potenciar la permanencia, el rendimiento y la resiliencia del estudiantado. En última instancia, la calidad de vida emerge como el eje transformador que permite convertir la experiencia universitaria de una carga estresante en un proceso de desarrollo humano pleno y sostenible.

Desde una visión general, la población analizada se caracteriza por ser predominantemente joven y por mostrar una distribución etaria semejante entre mujeres y hombres. El consumo de alcohol y tabaco presenta una mayor prevalencia en el grupo masculino; sin embargo, las diferencias observadas respecto al grupo femenino no resultan significativamente marcadas. En relación con la práctica de actividad física, los hombres reportan una participación sustancialmente superior en actividades deportivas en comparación con las mujeres, lo que podría atribuirse a factores de índole cultural, social o a preferencias personales dentro de la muestra estudiada.

## LIMITACIONES Y PROSPECTIVAS DE INVESTIGACIÓN

A pesar de la relevancia de los hallazgos obtenidos, es necesario reconocer ciertas limitaciones que delimitan el alcance de este estudio y abren nuevas rutas para futuras investigaciones. En primer lugar, la naturaleza transversal del diseño metodológico impide establecer relaciones de causalidad definitivas. Si bien se identificó que la calidad de vida actúa como un predictor del compromiso académico, no se puede descartar una relación bidireccional donde un alto compromiso y éxito académico también refuerzan la percepción de bienestar del estudiante. Futuras investigaciones de corte longitudinal serían fundamentales para observar cómo evoluciona esta relación a lo largo de los diferentes ciclos de la trayectoria universitaria.

En segundo lugar, el uso de una muestra no probabilística de 830 estudiantes, aunque significativa en número, limita la generalización de los resultados a toda la población universitaria de México. Las disparidades regionales entre el norte, centro y sur del país, así como las diferencias estructurales entre universidades públicas y privadas, podrían matizar el impacto de las dimensiones sociales y ambientales. Se recomienda que estudios posteriores utilicen muestreos aleatorios estratificados que permitan capturar la diversidad socioeconómica y cultural del país de manera más precisa.

Asimismo, aunque el modelo global explicó una varianza estadísticamente significativa, el hecho de que el valor sea del 7.6% sugiere la existencia de otras variables intervinientes que no fueron contempladas en esta fase, tales como la autoeficacia académica, el apoyo docente, la situación laboral del estudiante o el uso de tecnologías de la información. La integración de estas variables en modelos de ecuaciones estructurales permitiría una comprensión más holística del fenómeno.

## CONTRIBUCIÓN DE LOS AUTORES

**Juan-Carlos Padilla-Hernández:** Administración del proyecto; Análisis formal; Conceptualización; Curación de datos; Escritura - borrador original; Escritura - revisión y edición; Investigación; Metodología; Recursos; Software; Supervisión; Validación; Visualización.

**Jesús-Alberto García-García:** Análisis formal; Escritura - revisión y edición; Metodología; Software.

## CONFLICTO DE INTERESES

Los autores declaran que la presente investigación no presenta ningún conflicto de intereses.

## CUMPLIMIENTO ÉTICO

Los autores declaran que todos los procedimientos se realizaron en estricto cumplimiento de los principios éticos para la investigación médica en seres humanos establecidos en la Declaración de Helsinki. Asimismo, se obtuvo el consentimiento informado por escrito (o virtual) de todos los participantes antes de su inclusión en el estudio, garantizando el anonimato y la confidencialidad de los datos

## FINANCIACIÓN

La presente investigación no recibió ninguna subvención específica de agencias de financiamiento del sector público, comercial o sin fines de lucro. Los gastos derivados del estudio fueron cubiertos en su totalidad con recursos propios de los autores.

## OBJETOS DE CIENCIA ABIERTA

Los datos y materiales que respaldan las conclusiones de este estudio no están depositados en un repositorio público debido a [razones de confidencialidad / restricciones éticas]. Sin embargo, el conjunto de datos anonimizados está disponible a solicitud razonable dirigida al autor de correspondencia.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alonso, J. (2008). *Cuestionario de salud SF-12*. <https://myospain.ser.es/uploads/20195030075011658118.pdf>
- Asociación Nacional de Universidades e Instituciones de Educación Superior [ANUIES]. (2022). *La educación superior en México: Informe 2022*. Asociación Nacional de Universidades e Instituciones de Educación Superior. <https://www.anuies.mx>
- Asociación Nacional de Universidades e Instituciones de Educación Superior [ANUIES]. (2024). *La educación superior en México: Políticas públicas y retos actuales*. Asociación Nacional de Universidades e Instituciones de Educación Superior. <https://www.anuies.mx/>
- Asociación Médica Mundial. (2024). *Declaración de Helsinki de la AMM: Principios éticos para las investigaciones médicas en seres humanos*. <https://www.wma.net/es/politicas-post/declaracion-de-helsinki-de-la-amm-principios-eticos-para-las-investigaciones-medicas-en-seres-humanos/>

- Auerbach, R. P., Alonso, J., Axinn, W. G., Cuijpers, P., Ebert, D. D., Green, J. G., ... Bruffaerts, R. (2016). Mental disorders among college students in the World Health Organization World Mental Health Surveys. *Psychological Medicine*, 46(14), 2955–2970. <https://doi.org/10.1017/S0033291716001665>
- Avalos-Latorre, M. L., Ramírez-Cruz, J. C., & Oropeza-Tena, R. (2024). Propiedades psicométricas de la Utrecht Work Engagement Scale Student (UWES-S-17) en estudiantes mexicanos. *Horizontes. Revista de Investigación en Ciencias de la Educación*, 8(33), 880–892. <https://doi.org/10.33996/revistahorizontes.v8i33.770>
- Barbayannis, G., Bandari, M., Zheng, X., Baquerizo, H., Pecor, K. W., & Ming, X. (2022). Academic Stress and Mental Well-Being in College Students: Correlations, Affected Groups, and COVID-19. *Frontiers in Psychology*, 13, Artículo 886344. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.886344>
- Calleja, N., & Mason, T. A. (2020). Escala de Bienestar Subjetivo (EBS-20 y EBS-8): Construcción y validación. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación – e Avaliação Psicológica*, 2(55), 185–201. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7659213>
- Carmona-Halty, M., Salanova, M., Llorens, S., & Schaufeli, W. B. (2019). How Psychological Capital Mediates Between Study-Related Positive Emotions and Academic Performance. *Journal of Happiness Studies*, 20(2), 605–617. <https://doi.org/10.1007/s10902-018-9963-5>
- Cobo-Rendón, R., López-Angulo, Y., Vega-Valenzuela, A., Díaz-Mujica, A., & Yáñez-Espinoza, M. (2020). Bienestar subjetivo, compromiso académico y autoeficacia en estudiantes universitarios chilenos. *Revista de Psicología (PUCP)*, 38(1), 323–351. <https://doi.org/10.18800/psico.202001.012>
- Cobo-Rendón, R., López-Angulo, Y., Sáez-Delgado, F., & Mella-Norambuena, J. (2022). Engagement, Academic Motivation, and Adjustment of University Students. *Revista Electrónica Educare*, 26(1), 1–27. <https://doi.org/10.15359/ree.26-3.15>
- Darlington, R. B., & Hayes, A. F. (2017). *Regression analysis and linear models: Concepts, applications, and implementation*. The Guilford Press.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2008). Self-determination theory: A macrotheory of human motivation, development, and health. *Canadian Psychology*, 49(3), 182–185. <https://doi.org/10.1037/a0012801>
- De-Wit, H., & Altbach, P. G. (2021). Internationalization in higher education: global trends and recommendations for its future. *Policy Reviews in Higher Education*, 5(1), 28–46. <https://doi.org/10.1080/23322969.2020.1820898>
- Diener, E., Oishi, S., & Tay, L. (2018). Advances in subjective well-being research. *Nature Human Behaviour*, 2(4), 253–260. <https://doi.org/10.1038/s41562-018-0307-6>
- Domínguez-Lara, S., Peceros-Pinto, B., Centeno-Leyva, S., Valente, S. N., Lourenço, A. A., Quistgaard-Álvarez, A., & Morales-Velásquez, M. P. (2022). Análisis psicométrico y datos normativos de la UWES en adolescentes peruanos. *Ciencias Psicológicas*, 16(2), 1–17. <https://doi.org/10.22235/cp.v16i2.2908>
- Gaibor-González, I. A., Vargas-Espín, A. P., & Rodríguez-Pérez, M. L. (2023). Sentido de vida y engagement académico en estudiantes universitarios ecuatorianos. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 4(1), 997–1007. <https://doi.org/10.56712/latam.v4i1.312>

- García-García, J. A., & Carrizales-Berlanga, D. (2021). Health-related quality of life, expectations and academic satisfaction of young college students. *Interacciones*, 7, Artículo e241. <https://doi.org/10.24016/2021.v7.241>
- García-Martínez, I., Landa, J. M. A., & León, S. P. (2024). The mediating role of engagement on the achievement and quality of life of university students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(12), 6586. <https://doi.org/10.3390/ijerph18126586>
- Longfeng, L., Valiente, C., Eisenberg, N., Spinrad, T. L., Johns, S. K., Berger, R. H., ... Gal-Szabo, D. E. (2022). Longitudinal relations between behavioral engagement and academic achievement: The moderating roles of socio-economic status and early achievement. *Journal of School Psychology*, 94, 15–27. <https://doi.org/10.1016/j.jsp.2022.08.001>
- OECD. (2022). *Education at a glance 2022: OECD indicators*. OECD Publishing. <https://doi.org/10.1787/3197152b-en>
- Organización Mundial de la Salud. (1995). Study protocol for the World Health Organization project to develop a quality of life assessment instrument (WHOQOL). *Quality of Life Research*, 2(2), 153–159. <https://iris.who.int/handle/10665/51179>
- Peralta-Rojas, J., Palacios-Garay, J., Tamayo-Huamán, P. J., Rodríguez-Taboada, M. A., & Olivares-Rodríguez, P. C. (2023). Engagement académico y laboral docente: Una revisión bibliográfica. Horizontes. *Revista de Investigación en ciencias de la educación*, 7(27), 35-48. <https://doi.org/10.33996/revistahorizontes.v7i27.495>
- Pinto-Matta, S. S. (2021). *Relación entre engagement académico y rendimiento académico* [Tesis de licenciatura, Universidad de Lima]. Repositorio institucional de la Universidad de Lima. <https://hdl.handle.net/20.500.12724/13860>
- Restrepo, J. E., Sánchez, O. A., & Castañeda-Quirama, T. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Psicoespacios*, 14(24), 17–37. <https://doi.org/10.25057/21452776.1331>
- Rodríguez-Fernández, A., Ramos-Díaz, E., Ros-Martínez-de-Lahidalga, I., & Zuazagoitia-Rey-Baltar, A. (2018). School engagement in students of compulsory secondary education: The influence of resilience, self-concept and perceived social support. *Educación XXI*, 21(1), 87-108. <https://doi.org/10.5944/educxx1.20177>
- Salmela-Aro, K., & Upadaya, K. (2020). The schoolwork engagement inventory. Entegy, dedication, and absorption (EDA). *European Journal of Psychological Assessment*, 36(2), 312–320. <https://doi.org/10.1027/1015-5759/a000091>
- Schaufeli, W. B., & Bakker, A. B. (2004). *Utrecht Work Engagement Scale: Preliminary manual*. Utrecht University. [https://www.wilmarschaufeli.nl/publications/Schaufeli/Test%20Manuals/Test\\_manual\\_UWES\\_English.pdf](https://www.wilmarschaufeli.nl/publications/Schaufeli/Test%20Manuals/Test_manual_UWES_English.pdf)
- SEP. (2023). *Programa de educación superior en México 2023-2024*. Secretaría de Educación Pública. <https://educacionsuperior.sep.gob.mx/sites/default/files/2025-01/22.pdf>
- UNESCO. (2021). *Reimaginar juntos nuestros futuros: Un nuevo contrato social para la educación*. Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura. [https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000379381\\_spa](https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000379381_spa)
- Vilagut, G., Valderas, J. M., Ferrer, M., Garin, O., López-García, E., & Alonso, J. (2008). Interpretación de los cuestionarios de salud SF-36 y SF-12 en España: Componentes físico y mental. *Medicina Clínica*, 130(19), 726-735. [https://doi.org/10.1016/S0025-7753\(08\)72148-1](https://doi.org/10.1016/S0025-7753(08)72148-1)