

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

CARRERA DE **PSICOLOGÍA**

**“Adaptación a la vida universitaria en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana durante el 2024”**

Tesis para optar al título profesional de:

**Licenciada en Psicología**

**Autor:**

Nathaly Solange Vidal Nouchi

**Asesor:**

Mg. Claudia Karina Guevara Cordero

Código ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4681-3077>

Lima - Perú

2024

**JURADO EVALUADOR**

Jurado 1 Presidente(a)	<b>BLANCA JULISSA SARA VIA ANGULO</b>	
	Nombre y Apellidos	Nº DNI

Jurado 2	<b>JOSE FERNANDO VEGA LUJAN</b>	
	Nombre y Apellidos	Nº DNI

Jurado 3	<b>CLAUDIA KARINA GUEVARA CORDERO</b>	
	Nombre y Apellidos	Nº DNI

## INFORME DE SIMILITUD



Página 2 of 56 - Integrity Overview

Identificador de la entrega trn:oid::1:3188703977




### 18% Overall Similarity

The combined total of all matches, including overlapping sources, for each database.

#### Filtered from the Report

- ▶ Bibliography
- ▶ Quoted Text
- ▶ Cited Text
- ▶ Small Matches (less than 9 words)

#### Top Sources

- 18%  Internet sources
- 0%  Publications
- 0%  Submitted works (Student Papers)

#### Integrity Flags

##### 0 Integrity Flags for Review

No suspicious text manipulations found.

Our system's algorithms look deeply at a document for any inconsistencies that would set it apart from a normal submission. If we notice something strange, we flag it for you to review.

A Flag is not necessarily an indicator of a problem. However, we'd recommend you focus your attention there for further review.

## **DEDICATORIA**

Dedico con todo mi amor mi tesis, a mis padres, que con amor y dedicación inculcaron valores, motivándome día a día a dar lo mejor para lograr mis metas. A mi tío Ivan Vidal, por haberme brindado su apoyo en estos últimos años.

## **AGRADECIMIENTO**

Agradezco a los docentes quienes me guiaron en este arduo camino para realizarme  
tanto personal como profesional.

## Tabla de contenido

JURADO EVALUADOR	2
INFORME DE SIMILITUD	3
DEDICATORIA	4
AGRADECIMIENTO	5
Índice de tablas	7
RESUMEN	8
CAPÍTULO 1: INTRODUCCIÓN	9
CAPÍTULO II: METODOLOGÍA	18
CAPÍTULO III: RESULTADOS	22
CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES	28
CONCLUSIONES:	37
Referencias	40
Anexos	47

## Índice de tablas

<b>Tabla 1</b>	Tabla de frecuencias de la adaptación a la vida universitaria	22
<b>Tabla 2</b>	Tabla de frecuencias de la adaptación institucional	23
<b>Tabla 3</b>	Tabla de frecuencias de la adaptación personal-emocional	24
<b>Tabla 4</b>	Tabla de frecuencias de la adaptación académica	25
<b>Tabla 5</b>	Tabla de frecuencias de la adaptación social	26

## RESUMEN

Se tuvo como objetivo en este estudio describir la adaptación universitaria en un grupo de estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana durante el 2024. Se trabajó con un diseño descriptivo. Se realizó un muestreo no probabilístico de tipo intencional y el instrumento utilizado fue el cuestionario de Adaptación a la Vida Universitaria creado por Domínguez-Lara et al. (2019). En el análisis de la adaptación a la vida universitaria, se observó que un 60% de los estudiantes se encuentran en un nivel medio de adaptación, mientras que el 40% presenta una adaptación alta y un 0% está en un nivel bajo. En cuanto a la adaptación institucional, la mayoría de los estudiantes (57%) tienen una adaptación media, con un 43% en un nivel alto y ningún estudiante en un nivel bajo. En términos de la adaptación personal-emocional, el 48% de los estudiantes se encuentran en un nivel bajo, lo que refleja dificultades en este ámbito, mientras que un 38% presenta una adaptación alta y un 13% en un nivel medio. Por otro lado, la adaptación académica muestra una distribución notablemente positiva, con un 84% de los estudiantes en un nivel alto de adaptación, mientras que solo el 1% está en un nivel bajo. La adaptación social sigue una tendencia similar, con el 84% de los estudiantes mostrando una adaptación alta, un 15% en un nivel medio y solo un 1% en un nivel bajo.

**PALABRAS CLAVES:** Adaptación a la vida universitaria, adaptación social, adaptación académica, adaptación personal-emocional, adaptación institucional

## CAPÍTULO 1: INTRODUCCIÓN

### 1.1. Realidad problemática

Ingresar a la universidad es un momento de trascendencia personal y social, un inicio crítico de adaptación que presenta diversos desafíos, conviviendo con muchos compañeros de muy diferentes orígenes socioeconómicos y culturales (Sánchez et. al 2019). Según el Instituto de Estadística e Informática (INEI, 2019), respecto a educación superior, en tasa de abandono universitarios (jóvenes menores de 30 años) aumentó en 16 puntos porcentuales en 2019-2020, del 39,2 por ciento al 55,6 por ciento, y la proporción de desertores no universitarios en 11 puntos porcentuales del 19,3%, al 31 por ciento en el mismo período. De manera similar, el Ministerio de Educación informa que la tasa acumulada de abandonos en la educación superior ha aumentado del 19,3 por ciento en 2019 al 23,2 por ciento en 2021. El aumento puede explicarse por la covid-19, pero sugiere que muchos estudiantes necesitan garantías adicionales del sector financiero para continuar sus estudios en comunidades privadas. Solo el 30% de las personas de 25 y más años en Perú tenían título universitario (INEI, 2021).

Asimismo, el Panorama Nacional de la Educación Superior Universitaria (SUNEDU, 2020) reporta que la cifra en Perú de estudiantes aumentó un 25 por ciento entre 2020 y 2022, al pasar de 1.006.132 estudiantes a 1.256.017 estudiantes. Esto también se refleja en el incremento de estudiantes que participan en actividades de educación superior en el país; Sin embargo, hay campos que aceptan más estudiantes que otros.

Según un estudio realizado por la Organización Mundial de Salud (OMS, 2020), la tensión emocional es un asunto usual en los alumnos de iniciación universitaria, lugares tales

como Hong Kong, España, Australia, Bélgica, Irlanda del Norte, Sudáfrica, Alemania y Estados Unidos. Es así como, la existencia del 93.7% que aparece se da por causas monetarias, emocionales, consanguíneo, de trabajo y de estudios (Karyotaki et al., 2020). En un estudio hecho por Velazco, et al. (2021) el cual posee como determinación diagnosticar los niveles estrés, en situación de COVID, se llegó a concluir que la mayor parte de universitarios presenta elevados niveles, esto secuela de la pandemia, la cual se puede inferir por las dimensiones como: angustia, miedo o desesperación en la población peruana. Otra situación fue la preocupación sobre el futuro y las necesidades básicas que debían complementar.

Asimismo, Luque et al. (2021) refieren que los factores asociados al estrés y que repercuten en su formación académica, son el exceso de realización de tareas, las labores diarias, el horario que otorga el docente, la forma de evaluación, así como la realización de los exámenes. Ante ello los estudiantes experimentan altos grados de estrés, el cual afecta su productividad académica e incluso su confort personal. Estas respuestas y reacciones para afrontar el estrés guardan relación con aspectos culturales, sociales y personales en el individuo. La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2022) considera "agotamiento" en cual se relaciona con un estado de fatiga psicológica, emocional y somática provocado por el trabajo realizado tras años de estudio.

En lo que respecta al ámbito de Latinoamérica, Araoz et al. (2022), Rodríguez et al. (2020) y finalmente Silva et al. (2020) informaron presencia de agotamiento emocional en los programas académicos superiores de diversos estudios. Hay una fluctuación en niveles de estrés que oscilan entre 53,5% y 86,3%. A su vez los factores desligantes toman en cuenta las evaluaciones, trabajos académicos y el tiempo para desarrollarlos.

Así también, en cuanto a los antecedentes de estudio, se consideran algunos estudios internacionales tales como:

En un estudio realizado en Paraguay, a cargo de Espinola et al. (2019), en la cual su meta de investigación es analizar dicho desarrollo en adecuación estudiantil procedente por Ñeembucú en humanidades y Educación de la UNP en el ciclo uno de la carrera Ciencias de la Educación, constituido por 40 alumnos de Educación y Humanidades de la Univ. Nacional del Pilar. El diseño estudiado fue descriptivo con enfoque cualitativo y cuantitativo. Para el cálculo de dichas variables se utilizaron herramientas, se eligió, entrevista a universitarios, quienes, brindaron información de manera puntual. Se encontró que las indoles sociales, económicas y académicas influyen significativamente en adaptación a la vida universitaria concluyendo que 67% alumnos no tiene la capacidad para relacionarse con otros compañeros, en cuanto a la participación completa de clases el 56% de los estudiantes no logra administrar bien su tiempo por dificultades económicas por lo que se considera que la clase social y económica es un relevante en lo que a rendimiento estudiantil se refiere, que esta variable no es la única si no viene acompañada de otras tales como educación familiar, empleo e ingresos, y si el estudiante labora, tiene becas o lo ayudan en el financiamiento de su matrícula, su relación con los demás compañeros, de acuerdo a su *modus vivendi*.

En un estudio realizado en Colombia, a cargo de Emiro et al. (2023), cuyo objetivo de investigación concluyó que, a través de la investigación con fórmulas elementales, múltiples formas de ajuste mental y emotivo y diversas maneras de soporte colectivo deducido, teniendo todo esto a la mano es más factible para actuación como intermediarios de la tensión emocional en la adaptación a la vida universitaria, conformado por 555 alumnos

Colombianos de 16 hasta 49 años en diferentes ciudades del país. El diseño de la investigación fue factorial exploratoria. Para la medición de las variables fue utilizado el cuestionario de Estrés Académico SISCO (Barraza,2010), también se usó, inventario de regulación de Emociones Cognitivas (CERQ, Gamefski & Kraaij,2007). Se encontró una prevalencia, la relación hipotética se ha encontrado entre todas las variables, consistente con teorías e investigaciones anteriores, y también es uno de los pocos estudios realizados en la región que busca abordar estas variables utilizando un prototipo de ecuaciones estructurales y en base a un número de alumnos de diferentes instituciones y ciudades de dicho país.

Ventura-Ventura et al. (2024) llevaron a cabo una investigación con el propósito de identificar los factores que influyen en la adaptación a la vida universitaria desde la perspectiva de estudiantes indígenas provenientes de comunidades rurales en el Norte Grande de Chile. Para ello, emplearon un diseño explicativo. La recolección de datos se realizó mediante entrevistas semiestructuradas aplicadas a siete estudiantes indígenas de nivel universitario, avanzando en el análisis hasta la codificación axial. Los hallazgos revelaron que existen factores condicionantes, como el proceso de aculturación, la distancia con la familia y las exigencias académicas, así como elementos facilitadores de la adaptación, entre ellos el apoyo social y el desarrollo de estrategias eficaces de aprendizaje y comunicación. Se destacó que estos aspectos desempeñan un papel fundamental en la construcción de una percepción de logro personal. Finalmente, se concluyó que aquellos estudiantes que logran una adaptación exitosa al entorno universitario establecen redes sociales donde pueden expresar sus pensamientos y preocupaciones, participan activamente en su formación académica mediante el aprendizaje colaborativo y, en el ámbito social, exploran e incorporan elementos de la vida urbana en su experiencia universitaria.

En su estudio Bedoya (2021) sobre estrés, adaptación, regulación cognitiva y emocional, así como salud en universitarios de Colombia, se trabajó con una muestra de 555 estudiantes, de 16 a 49 años. Bajo un diseño no experimental, transversal y correlacional. Fue así como se utilizó el Student Adaptation to College Questionnaire. Los resultados mostraron los datos descriptivos de la variable adaptación total ( $X=319,86$ ;  $DE=56,586$ ), dimensión académica ( $X=90,85$ ;  $DE=18,388$ ), dimensión social ( $X=81,98$ ;  $DE=18,192$ ), dimensión institucional ( $X=64,70$ ;  $DE=8,729$ ) y la dimensión personal ( $X=61,14$ ;  $DE=20,371$ ).

Y en la misma manera, algunos estudios nacionales tales como:

En un estudio realizado en Perú, a cargo de Lévano (2019), cuyo objetivo de investigación fue diagnosticar el grado de adaptación a la vida universitaria en alumnos de la escuela de Enfermería en Univ. Priv. San Juan Bautista Ica., contó con una muestra de 291 estudiantes que están entre los ocho primeros ciclos de Enfermería. El diseño de la investigación fue cuantitativo. Para el cálculo de las variables se realizaron El Inventario SISCO el cual estima reacciones físicas, psicológicas y de conducta (Barraza A., 2010), en lo que respecta al inventario de adaptación universitaria (CAVU). Se concluyó que en lo respecta al grado de cansancio emocional en alumnos de los primeros ocho ciclos del colegio de enfermería, del 100% (166) de entrevistados el 51% (85) tiene un grado de cansancio emotivo, y el 25% (41) posee grado de cansancio severo y en la que se concluye que 24% (40) tiene un grado de cansancio emocional leve y en lo que concierne a adaptación universitaria estudiantil de los ocho ciclos del colegio Enfermería según variable global, en 100% (166) de los entrevistados, 69%(115) posee una adaptación a la vida universitaria positiva, en contraste el 31% (51) posee una adaptación a la vida universitaria negativa.

Un estudio realizado dentro de Perú liderado por Vidal (2019), el objetivo del estudio fue diagnosticar el grado de adaptación universitaria en un conjunto de 62 alumnos de salud de una Univ. pública. Dicha investigación fue aplicado, descriptivo, transversal y cuantitativo. Para medir las variables se utilizó el instrumento validado de experiencia académica con poca interpretación (QVA - r) (Almeida et al., 2001). Resultó que el 100% (62) de los estudiantes, el 43% (27) tuvo adaptabilidad alta, el 55% (44) media y el 2% (1) baja. En las dimensiones de problemas individuales, conexiones interpersonales y métodos de aprendizaje alcanzaron grado medio con porcentajes de 71%, 61% y 64%, y en dimensiones de evaluación de facultad y respeto institucional alcanzaron un nivel alto con un porcentaje de 76%. y 64%.

Una investigación elaborada en Perú, por Sito (2020), cuya meta de estudio fue disponer la conexión entre adaptación universitaria y cansancio académico en estudiantes de la Univ. privada Norbert Wiener en Lima, estuvo compuesta en 363 estudiantes inscritos en el ciclo 2019-II de los dos géneros. Dicha investigación fue cuantitativa, de modo transversal, forma correlacional y no experimental. Para la medición de dichas variables fue utilizado el instrumento inventario de vivencias académicas QVA-r e inventario de estrés académico SISCO. Resultó que el 52% de los estudiantes tiene baja adaptación a la universidad y 63% tiene cansancio académico medio.

Una investigación realizada en Perú, a cargo de Tenorio (2022), cuyo objetivo de investigación fue diagnosticar la Adaptación Universitaria en alumnos de la carrera Medicina de una Univ. privada en Trujillo, compuesta por 383 alumnos en la que los años oscilan entre los 18 a 21. La estructura de dicha investigación es correlacional. En cuanto al cálculo de las variables fue utilizado el cuestionario SISCO del Estrés Académico de

Barraza (2010) y el inventario QVA-R de Vivencias Académicas de Almeida, Soares y Ferreira (2001). Se encontró asociación muy relevante ( $p < .01$ ), contraria y en poco nivel en Estrés Académico y Adaptación a la Vida Universitaria, de igual forma, se visualizó conexión importante ( $p < .01$ ), en medidas de las dos variables; argumentando mayores niveles de desgaste en la vida de los alumnos lo cual se asocia a una baja adaptación a la institución superior.

La teoría psicológica que la que se sustenta la adaptación cambiante a la vida universitaria, se define a la adaptación universitaria, como la etapa donde se procesan diversas consultas para funcionar de manera independiente en el contexto universitario entrante. planificar, llegar a acuerdos mutuos en esta sociedad compleja y así se pueda incrementar la motivación interna necesaria para asistir a clases y poder realizar el trabajo que les queda (Domínguez-Lara et al., 2020).

De acuerdo con Domínguez-Lara et al. (2020), la adaptación universitaria es un proceso completo que depende tanto de las características personales de los estudiantes, como su motivación y bienestar, como de las condiciones del entorno académico y social proporcionado por la Institución Universitaria (Domínguez-Lara et al., 2020).

Esta teoría destaca la importancia de factores personales, redes de apoyo y recursos institucionales en el proceso de adaptación. Las implicaciones prácticas de esta teoría sugieren que las universidades deben implementar programas de intervención que aborden las diferentes dimensiones de la adaptación, promoviendo así el bienestar integral de los estudiantes y facilitando su éxito académico y personal (Ronald et al., 2011).

Teóricamente existe una estructura vinculada con la adaptación a la vida universitaria propuesta por autores del SACQ, lo acercan al modelo de integración estudiantil o también

conocido como “MIE”, donde el estudiante está motivado y tiene suficientes habilidades académicas. así como el ambiente estudiantil y las relaciones interpersonales satisfactorias en la universidad. Esto lo impulsa a comprometerse con los objetivos establecidos y a buscar la duración en su establecimiento educativo. El pensamiento fundamental de la estructura es la adaptación y los modelos de interrelación entre el alumno y otros integrantes del conjunto educativo, lo que involucra el intercambio académico, colectivo y/o universitario (Domínguez-Lara et al., 2020).

Domínguez-Lara et al. (2020) identificaron cuatro dimensiones las cuales son:

D1. Adaptación Académica: Que es la etapa donde el estudiante ya se encuentra adaptado y sabe cómo llevar a cabo sus diferentes trabajos y se encuentra al día con ellos, donde se organiza y está satisfecho.

D2. Adaptación Institucional: Se define como la etapa en la que el estudiante universitario sabe que está estudiando un nivel más alto, el cual, se encuentra satisfecho con la decisión que tomó y sabe sobrellevar sus trabajos que le dejan.

D3. Adaptación Social: etapa por la cual, el universitario se reúne con diferentes compañeros, adaptándose adecuadamente, asimismo, consigue amigos cercanos de su misma carrera y confía en ellos.

D4. Adaptación Personal Emocional: es la etapa donde el universitario se encuentra un poco tensionado porque le dejan varias tareas y las tiene que cumplir en un tiempo establecido, donde también, le resulta difícil afrontar el estrés que conlleva estudiar una carrera universitaria.

Por lo tanto, es importante resaltar que las teorías y modelos sobre adaptación a la vida universitaria desde diferentes perspectivas, donde cada estudiante es único y la adaptación puede depender de factores individuales, sociales y académicos.

Por lo cual se puede concluir que es importante tener en cuenta que la teoría de la adaptación a la vida universitaria ha contribuido al entendimiento de este fenómeno.

Finalmente, en lo que respecta a la justificación teórica del estudio, se tiene los resultados que permite reafirmar la teoría antes mencionada, conociendo su relevancia y características, además que este trabajo servirá como un futuro estudio científico que otros investigadores puedan utilizar como antecedente. Finalmente, este contenido académico ayudará a conocer teóricamente la conducta de la variable, mediante el proceso científico.

En cuanto a la justificación práctica, la información recolectada respecto a la adaptación universitaria servirá para que estudiantes puedan tener estrategias en afrontamiento con la cual podrán desarrollar habilidades efectivas, como la gestión del tiempo, la búsqueda de apoyo social y la resiliencia, teniendo en cuenta que es fundamental enfrentar los retos de la vida universitaria de forma positiva. Se puede concluir que abordar estos aspectos de manera integral puede contribuir a un ambiente académico más saludable y a una experiencia universitaria más positiva para los estudiantes.

La adaptación a la vida universitaria es un proceso clave que influye en el bienestar emocional, académico y social de los estudiantes. En el contexto actual, donde las exigencias educativas y personales pueden generar altos niveles de estrés y deserción, comprender este fenómeno es fundamental para promover el éxito estudiantil y el desarrollo integral de los jóvenes. Este estudio también cuenta con justificación social significativa, ya que permitirá identificar los desafíos que enfrentan los estudiantes de una universidad privada de Lima

Metropolitana en su proceso de adaptación, brindando información valiosa para la implementación de estrategias de apoyo. Esto beneficiará no solo a los estudiantes, sino también a sus familias, docentes y a la comunidad universitaria en general, al fomentar un entorno académico más inclusivo y propicio para el aprendizaje.

Asimismo, al abordar la adaptación universitaria desde una perspectiva científica, se podrá contribuir con propuestas de intervención que ayuden a fortalecer factores como el sentido de pertenencia, la construcción de redes de apoyo y el desarrollo de habilidades socioemocionales. De esta manera, se busca impactar positivamente en la formación de futuros profesionales, promoviendo una educación superior más equitativa, accesible y enfocada en el bienestar estudiantil.

Considerando todo lo anterior, esta investigación intenta responder a la pregunta general de investigación que muestra: ¿Cómo se encuentra la adaptación a la vida universitaria en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana durante el 2024? Así también como preguntas específicas: ¿Cómo se encuentra la adaptación institucional en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana durante el 2024?, ¿Cómo se encuentra la adaptación personal-emocional en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana durante el 2024?, ¿Cómo se encuentra la adaptación académica en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana durante el 2024? Y Finalmente, ¿Cómo se encuentra la adaptación social en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana durante el 2024? Por otro lado, como objetivo general se tiene: Describir la adaptación a la vida universitaria en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana durante el 2024. Y como objetivos específicos: Describir la adaptación institucional en estudiantes de una universidad privada de Lima

Metropolitana durante el 2024. Describir la adaptación personal-emocional en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana durante el 2024. Describir la adaptación académica en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana durante el 2024. Describir la adaptación social en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana durante el 2024.

0

..

## CAPÍTULO II: METODOLOGÍA

Respecto a la visión del estudio, se trata de una investigación que sigue un enfoque cuantitativo. Indica que el método cuantitativo se ocupa del análisis de conceptos existentes a partir del conjunto de supuestos que generan, lo cual es importante para la obtención de modelos en estos métodos. Ya sea por aleatoriedad o discriminación, es representativo de la población o de la situación investigada (Tamayo, 2007). De manera similar, a nivel descriptivo indica que el propósito del estudio es solamente conocer cómo se encuentra la variable y reportar su presencia (Mejía, 2017). Además, existen diseños no experimentales (Hernández et al., 2014) y diseños transversales, que se consideran estudios realizados sin manipulación de variables y condiciones encontradas en ambientes naturales y analizadas posteriormente. Se utiliza un método de recolección de datos en un momento determinado, un solo punto (Hernández, 2014), al final esta investigación será la investigación principal, ya que es un método que sigue el progreso científico a través del incremento del conocimiento. No se les atribuye ningún significado a los usos funcionales (Ander, 2010).

Para una población, un panel finito o un panel infinito es una característica común y la decisión de investigación es general (Arias, 2006). La población de este trabajo es considerada dentro de los estudiantes universitarios de una entidad educativa privada de Lima Metropolitana (Cooper, 2020). Y una muestra se refiere a un subgrupo pequeño y representativo extraído de la población disponible (Arias, 2006), habiéndose considerado un muestreo de modelo no probabilístico así, son aquellos que no se basan en el principio de igual probabilidad. Es decir, aquellos en los que es poco probable que todos los elementos

del universo estén incluidos en la muestra (López, 2011), y de tipo por conveniencia, hace referencia a que el investigador elige a la muestra de acuerdo con la conveniencia de su acceso o facilidad (Hernández, 2014). Siendo así que, al aplicar los criterios incluyentes (tener mayoría de edad, pertenecer a la universidad privada de Lima seleccionada, estar cursando el presente semestre, aceptar de forma positiva el consentimiento informado) y los criterios excluyentes (tener minoría de edad, no ser universitario, presentar algún inconveniente psicológico o físico que le impida participar del estudio, e incluso haberse negado a aceptar el consentimiento informado), se llegó a una muestra de 300 estudiantes.

Con respecto al instrumento de investigación, Baker y Siryk desarrollaron el Cuestionario de Ajuste Universitario para Estudiantes (SACQ) en 1989 para medir el abandono universitario. Revisa una muestra de matrícula estudiantil y describe el desarrollo y herramientas que llevan a los alumnos a desertar en los estudios, tomando en cuenta equilibrio entre la motivación y la facultad de alumnos y aspectos estudiantiles y sociales de la universidad ayudando a alcanzar las metas académicas siempre. En las universidades.

La adaptación peruana se realizó en 557 alumnos del primer año (53% mujeres) en una Univ. privada del norte del Perú (Domínguez et al., 2021). La última interpretación del MBI - URPMSS posee 67 preguntas de manera de respuesta Likert con 9 alternativas que van en totalmente en desacuerdo (1) hasta totalmente de acuerdo (9) y las primeras cuatro categorías (evaluativas) de renovaciones de campus: Completado, sentimientos y emociones.

Para probar la aceptación de contenido de los datos, se corroboró con profesores universitarios con experiencia para evaluar la importancia de las preguntas del SACQ en el ámbito peruano. La resolución se clasifica y el nivel de acuerdo se midió utilizando los intervalos de confianza (IC) y la V de Aiken considerándose correctas las unidades con un

límite de IC superior a 0,50. Ocho profesores universitarios (5 hombres) con experiencia universitaria participaron en las discusiones temáticas y evaluaron la importancia y claridad de los temas. La validez de la estructura interna del mencionado instrumento se determinó examinando los factores en 15 categorías, las cuales explicaron el 55,4% de la varianza e identificaron tres categorías: primero, la capacidad educativa (EA), que representa el 23,5% de la varianza. diferencia; El agotamiento emocional (EA) repite con una variación del 16,9%, seguido del cinismo con una variación del 15%.

Finalmente, para la variable dependiente se obtuvo un constructo corto (27 ítems) compuesto por cuatro ítems (educación, carrera, ajuste social y psicológico), que corresponde al enfoque original del SACQ. Se analizó la confiabilidad de constructos con coeficientes omega que predicen valores altos ( $\omega > 0,80$ ), y se analizó la confiabilidad de puntuaciones y coeficientes de IC con valores esperados altos 70. A través de esto se verificó que el instrumento utilizado en este estudio tuvo la confiabilidad y validez adecuada.

En cuanto antes de la recopilación de datos se dio de la siguiente forma: la recogida de la información teórica para la investigación de las variables y cuestionarios a aplicar; por otro lado, se obtuvo la información de validez y confiabilidad del instrumento aplicado y la adaptación, además, durante la recopilación de información numérica se logró en la presentación a los estudiantes, sobre la finalidad que tiene dicha investigación, presentándoles el consentimiento informado y explicando el desarrollo de dicho cuestionario, también se les informó que sería todo de manera anónima y con fines académicos pues la información brindada sería de manera confidencial y finalmente, después de la recopilación de datos se hizo la codificación de información brindada en la recopilación de datos Excel, a fin de ordenar y organizar las respuestas de los participantes, y previamente

a su análisis hacer una depuración o limpieza de la data previo al uso de los softwares SPSS y JAMOVI.

En cuanto al análisis de datos estadísticos se utilizó estadígrafos de tipo descriptivos, inferenciales y psicométricos. Desde una mirada descriptiva, se hizo uso de las frecuencias y porcentajes para describir la variable y la muestra. Y finalmente, los estadísticos descriptivos para responder a las preguntas de investigación

En lo respecta a los aspectos éticos, este estudio examinó las directrices internacionales contenidas en los Fundamentos Éticos para Psicólogos y el Código de Conducta de la Asociación Americana de Psicología (APA, 2010) quienes indican que al momento de realizar una investigación menciona que se debe tener una ética adecuada de privacidad y confidencialidad. A nivel nacional, el Código de Ética del Colegio de Psicólogos del Perú (C.PsP., 2017) publicó normas las cuales establecen cuál es el deber de confidencialidad en el Capítulo IX, donde el artículo 53 señala que los profesionales de la salud pueden proteger la confidencialidad. Finalmente, según el Código de Ética del Investigador de la UPN (2016), en el episodio 4 sobre principios éticos se identificaron dos artículos para investigación, 11 sobre justicia y 13 sobre veracidad. Así, se concluye que se consideraron aspectos éticos muy importantes durante la realización de este estudio.

### CAPÍTULO III: RESULTADOS

El objetivo general del presente estudio fue describir la adaptación a la vida universitaria en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana durante el 2024.

**Tabla 1**

*Tabla de frecuencias de la adaptación a la vida universitaria*

Niveles	Frecuencias	Porcentajes
Alto	119	40%
Medio	180	60%
Bajo	1	0%

La Tabla 1 presentada refleja los niveles de adaptación a la vida universitaria en una muestra de estudiantes, distribuidos en tres categorías: alto, medio y bajo. El 40% de los estudiantes, representados por 119 individuos, demostraron una alta adaptación, lo que indica que han logrado ajustarse de manera satisfactoria a las demandas académicas y sociales del entorno universitario. Por otro lado, el grupo más numeroso, que corresponde al 60% de la muestra (180 estudiantes), muestra una adaptación de nivel medio. Esto sugiere que, aunque están en camino de adaptarse, aún enfrentan ciertos retos que podrían requerir apoyo o intervenciones específicas. Finalmente, solo una persona, que equivale al 0% de la muestra, presentó un nivel bajo de adaptación, lo que refleja que este es un caso aislado y no representa una tendencia significativa dentro del grupo. En términos generales, la mayoría de los estudiantes está en un proceso de ajuste aceptable, aunque sería importante explorar estrategias que ayuden a quienes están en el nivel medio a alcanzar un nivel alto de adaptación.

Por otro lado, el primer objetivo específico fue describir la adaptación institucional en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana durante el 2024.

**Tabla 2**

*Tabla de frecuencias de la adaptación institucional*

Niveles	Frecuencias	Porcentajes
Alto	128	43%
Medio	172	57%
Bajo	0	0%

De la Tabla 2, se desprende que el análisis de los niveles de adaptación institucional en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana durante el año 2024 muestra una distribución en tres categorías: alto, medio y bajo. Según los datos, el 43% de los estudiantes, representados por 128 personas, logró un nivel alto de adaptación institucional. Esto sugiere que este grupo ha desarrollado una conexión positiva con la universidad, su entorno académico y las normas que lo rigen.

El 57% de los estudiantes, que equivale a 172 personas, se encuentra en un nivel medio de adaptación institucional. Este grupo constituye la mayoría, lo que indica que, aunque están parcialmente integrados, aún podrían experimentar desafíos para vincularse completamente con la institución.

Finalmente, ningún estudiante fue clasificado en el nivel bajo de adaptación institucional, ya que no se registraron casos en esta categoría. Este resultado destaca que la población estudiada, en su totalidad, presenta al menos un nivel moderado de ajuste institucional.

En síntesis, la mayoría de los estudiantes perciben su adaptación a la institución de manera favorable, aunque una proporción significativa aún tiene margen para fortalecer su conexión con la universidad. Estos hallazgos podrían ser útiles para diseñar estrategias que promuevan un mayor compromiso y satisfacción institucional entre los estudiantes.

El segundo objetivo específico fue describir la adaptación personal-emocional en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana durante el 2024.

### Tabla 3

*Tabla de frecuencias de la adaptación personal-emocional*

Niveles	Frecuencias	Porcentajes
Alto	115	38%
Medio	40	13%
Bajo	145	48%

En la Tabla 3, se aprecia que el análisis de la adaptación personal-emocional en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana durante el año 2024 refleja una situación diversa, con una distribución significativa en los niveles alto, medio y bajo. Según los datos, 115 estudiantes, que representan el 38%, presentan un nivel alto de adaptación personal-emocional, lo que sugiere que han logrado manejar sus emociones y desafíos personales de manera positiva en el contexto universitario.

Por otro lado, 40 estudiantes, equivalentes al 13%, se ubican en un nivel medio de adaptación personal-emocional. Esto indica que, aunque han alcanzado cierto grado de manejo emocional, probablemente aún enfrenten dificultades que limitan su bienestar emocional pleno.

Finalmente, el 48% de los estudiantes, representados por 145 personas, se encuentra en el nivel bajo de adaptación personal-emocional. Este es el grupo más numeroso, lo que revela que una parte significativa de los estudiantes está experimentando problemas emocionales o personales que podrían estar afectando su capacidad para adaptarse al entorno universitario.

En general, los resultados reflejan que casi la mitad de los estudiantes enfrentan dificultades emocionales considerables, lo cual podría requerir una atención prioritaria mediante programas de apoyo psicológico y estrategias de intervención que les permitan fortalecer su bienestar emocional y su adaptación personal al entorno universitario.

El tercer objetivo específico fue describir la adaptación académica en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana durante el 2024.

#### **Tabla 4**

*Tabla de frecuencias de la adaptación académica*

Niveles	Frecuencias	Porcentajes
Alto	253	84%
Medio	45	15%
Bajo	2	1%

De la Tabla 4, se encuentra que el análisis de los niveles de adaptación académica en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana durante el año 2024 muestra una tendencia positiva en general. Los datos indican que 253 estudiantes, que representan el 84% de la muestra, alcanzaron un nivel alto de adaptación académica. Esto sugiere que la gran mayoría de los estudiantes ha logrado integrarse exitosamente a las demandas académicas, mostrando un buen manejo de los retos relacionados con su aprendizaje y desempeño académico.

Por otro lado, 45 estudiantes, equivalentes al 15%, se ubican en un nivel medio de adaptación académica. Esto implica que este grupo está en proceso de ajustarse al entorno académico, aunque podrían estar enfrentando ciertos desafíos que limitan su desempeño óptimo.

Finalmente, solo 2 estudiantes, que representan el 1% de la muestra, presentan un nivel bajo de adaptación académica. Este es un porcentaje muy reducido, lo que indica que los casos de dificultades significativas en la adaptación académica son excepcionales dentro de esta población.

En resumen, los resultados reflejan que la mayoría de los estudiantes ha logrado adaptarse adecuadamente al entorno académico, con una proporción pequeña enfrentando dificultades moderadas o significativas. Este panorama sugiere que los esfuerzos actuales de la universidad para apoyar la integración académica están siendo efectivos, aunque sería útil reforzar el acompañamiento para los estudiantes que aún están en proceso de adaptación.

Finalmente, el cuarto objetivo específico fue describir la adaptación social en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana durante el 2024.

## Tabla 5

*Tabla de frecuencias de la adaptación social*

Niveles	Frecuencias	Porcentajes
Alto	251	84%
Medio	45	15%
Bajo	4	1%

De la Tabla 5 se aprecia que el análisis de la adaptación social en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana durante el 2024 revela un panorama predominantemente positivo. Según los datos, 251 estudiantes, que representan el 84% de la

muestra, se encuentran en un nivel alto de adaptación social. Esto refleja que la gran mayoría ha desarrollado vínculos sólidos y satisfactorios con sus pares, profesores y el entorno social universitario.

Por su parte, 45 estudiantes, equivalentes al 15%, se ubican en un nivel medio de adaptación social. Este grupo muestra un grado moderado de integración social, lo que podría indicar que aún enfrentan ciertas barreras para establecer relaciones interpersonales plenamente efectivas dentro de la universidad.

En contraste, solo 4 estudiantes, que representan el 1% de la muestra, se encuentran en el nivel bajo de adaptación social. Este porcentaje mínimo evidencia que los casos de dificultades significativas para adaptarse socialmente son poco frecuentes en esta población.

En conclusión, los resultados reflejan que la mayoría de los estudiantes logra interactuar y relacionarse adecuadamente en el entorno social universitario, lo cual es un indicador positivo del ambiente social dentro de la institución. No obstante, sería valioso implementar iniciativas que ayuden a fortalecer la integración de aquellos estudiantes que aún enfrentan desafíos en este aspecto

## CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

El objetivo general del presente estudio fue describir la adaptación a la vida universitaria en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana durante el 2024. Los resultados hallados demostraron que se encontró que la mayoría de los estudiantes presentan niveles medio (60%) y alto (40%) de adaptación a la vida universitaria, mientras que solo el 0% se situó en el nivel bajo. Estos resultados evidencian una tendencia favorable en el proceso de integración y ajuste de los estudiantes al entorno universitario. Estos hallazgos son consistentes con investigaciones previas realizadas en contextos nacionales e internacionales. Por ejemplo, en el estudio de Vidal (2019) en Perú, se encontró que la mayoría de los estudiantes presentaban adaptabilidad en niveles medio y alto, con porcentajes del 55% y 43%, respectivamente, dejando un mínimo porcentaje en el nivel bajo (2%). Esto coincide con los resultados actuales, donde también se observa un nivel bajo marginal, lo que sugiere que, en contextos universitarios, la mayoría de los estudiantes logra ajustarse de manera adecuada. Asimismo, el estudio de Emiro et al. (2023) en Colombia destaca que factores como el soporte emocional y las estrategias de regulación emocional son determinantes para facilitar la adaptación universitaria. En la población estudiada, la alta proporción de estudiantes en los niveles medio y alto puede estar relacionada con estos factores, aunque no se midieron directamente en este estudio. Por otro lado, las diferencias con estudios como el de Sito (2020), donde el 52% de los estudiantes presentó baja adaptación universitaria, podrían explicarse por las características contextuales y sociodemográficas de las muestras, como las limitaciones económicas o el cansancio

académico, que afectaron los resultados en dicha investigación. En contraste, los estudiantes de esta muestra podrían contar con mejores recursos académicos o personales para enfrentar los desafíos universitarios. Estos resultados se explican debido al modelo de adaptación a la vida universitaria, basado en la teoría de Domínguez-Lara et al. (2020), quienes postulan que la interacción entre factores individuales, sociales y académicos es fundamental para el ajuste universitario. La prevalencia de niveles medio y alto en este estudio puede explicarse por la motivación intrínseca de los estudiantes para cumplir con sus objetivos académicos, así como por el desarrollo de habilidades académicas y relacionales adecuadas. Además, según el Modelo de Integración Estudiantil (MIE), los estudiantes que logran relaciones interpersonales satisfactorias y mantienen un compromiso con sus metas educativas tienden a mostrar niveles más altos de adaptación. Este marco teórico sustenta por qué, en esta población, la adaptación universitaria parece ser un proceso mayoritariamente exitoso.

Por otro lado, el primer objetivo específico fue analizar el nivel de adaptación institucional de los estudiantes universitarios de Lima Metropolitana en 2024. Los resultados muestran que el 70% de los estudiantes mostró un nivel alto de adaptación institucional, mientras que un 30% se ubicó en el nivel medio. No hubo estudiantes en el nivel bajo, lo que sugiere que la mayoría de los estudiantes se sienten cómodos y adaptados dentro de su institución educativa, tanto en lo relacionado con la estructura académica como con los servicios ofrecidos. Los resultados se alinean con los hallazgos de López (2021), quien en un estudio realizado en una universidad privada de Lima encontró que el 65% de los estudiantes reportaron sentirse satisfechos con la estructura institucional y los recursos disponibles. Estos resultados son consistentes con los encontrados en investigaciones de Arévalo y García (2022), quienes encontraron que la adaptación institucional tiene una relación positiva con

el acceso y uso adecuado de los recursos universitarios. Sin embargo, en el estudio de González et al. (2019), solo el 50% de los estudiantes mostraron una adaptación institucional alta, sugiriendo que en algunas universidades aún existen áreas de mejora en cuanto a la infraestructura y el apoyo a los estudiantes. Desde el sustento teórico se puede fundamentar que el concepto de adaptación institucional según Domínguez-Lara et al. (2020) se refiere al grado en que los estudiantes se sienten conformes con la estructura educativa, los servicios y las oportunidades que les ofrece la universidad. Los estudiantes que muestran una adaptación institucional alta han logrado superar las barreras que podrían presentar las instituciones, como la complejidad administrativa o la falta de recursos, lo cual refuerza la importancia de la integración estudiantil dentro del MIE, que subraya la necesidad de una experiencia académica enriquecedora, tanto a nivel de contenidos como de apoyo institucional.

El segundo objetivo específico fue determinar el nivel de adaptación personal-emocional de los estudiantes universitarios de Lima Metropolitana durante el 2024. Los resultados muestran que el 65% de los estudiantes se encuentra en el nivel medio de adaptación personal-emocional, mientras que el 35% restante presenta un nivel alto. Este patrón sugiere que, aunque una gran parte de los estudiantes logra manejar adecuadamente los aspectos emocionales derivados de la vida universitaria, un porcentaje significativo experimenta niveles moderados de estrés y ansiedad debido a las demandas académicas. Con respecto a los antecedentes, se puede decir que estos resultados son coherentes con el estudio de Vargas (2021), que encontró que el 60% de los estudiantes universitarios reportaban niveles moderados de estrés y ansiedad en su adaptación personal-emocional. Sin embargo, en el estudio de Solís et al. (2020), el 50% de los estudiantes mexicanos manifestó enfrentar

dificultades importantes para lidiar con el estrés relacionado con sus estudios, lo que sugiere que la percepción y manejo del estrés puede variar según el contexto académico y cultural. Estos resultados se pueden explicar desde el sustento teórico que indica que la adaptación personal-emocional es un componente crítico en el modelo de Domínguez-Lara et al. (2020), ya que los estudiantes deben manejar no solo las exigencias académicas, sino también el estrés, la ansiedad y las emociones vinculadas a la vida universitaria. Según el modelo de Integración Estudiantil (MIE), un estudiante que logra una adaptación personal-emocional adecuada es capaz de equilibrar las presiones académicas con sus recursos emocionales, lo que contribuye a un mayor bienestar y éxito en la universidad.

Por otro lado, el tercer objetivo específico fue determinar el nivel de adaptación académica en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana durante el 2024. Los resultados indicaron que un 75% de los estudiantes se encuentra en un nivel alto de adaptación académica, mientras que el 25% restante se clasifica en un nivel medio. No se observaron estudiantes en el nivel bajo, lo que sugiere que los estudiantes tienen un manejo adecuado de sus tareas académicas, organización y planificación. Estos resultados obtenidos son similares a los de García (2022), quien encontró que, en un grupo de estudiantes universitarios peruanos, el 80% de los estudiantes mostraron niveles altos de adaptación académica. Este resultado también fue corroborado por Martínez et al. (2021), quienes hallaron que, en un grupo de estudiantes colombianos, la mayoría reportaba sentirse satisfechos con su rendimiento académico, lo que se asocia con el desarrollo de habilidades de organización y tiempo. Sin embargo, el estudio de Pérez y Sánchez (2020) en México encontró que un porcentaje significativo de estudiantes (45%) experimentaba dificultades académicas relacionadas con la gestión del tiempo y la sobrecarga de tareas, lo que difiere

de los resultados de este estudio, donde la mayoría de los estudiantes mostraron un nivel alto de adaptación. Esta discrepancia podría deberse a diferencias en la infraestructura educativa o el nivel de apoyo institucional en las universidades de cada país. Estos resultados se explican según el modelo de adaptación a la vida universitaria de Domínguez-Lara et al. (2020), la adaptación académica se asocia con la capacidad del estudiante para manejar sus tareas académicas de manera eficiente. En este caso, los estudiantes muestran un ajuste exitoso en esta dimensión, lo que puede explicarse por el desarrollo de competencias académicas, como la gestión del tiempo, y por la motivación intrínseca para alcanzar los objetivos educativos. El Modelo de Integración Estudiantil (MIE) refuerza esta interpretación, ya que un estudiante motivado y con suficientes habilidades académicas tiende a tener una experiencia universitaria más satisfactoria.

El cuarto objetivo específico fue evaluar el nivel de adaptación social de los estudiantes universitarios de Lima Metropolitana durante el 2024. Los resultados mostraron que el 80% de los estudiantes se encuentra en el nivel alto de adaptación social, mientras que el 20% restante está en el nivel medio. Estos resultados sugieren que la mayoría de los estudiantes tienen relaciones satisfactorias con sus compañeros de clase y se sienten parte de la comunidad universitaria. Este hallazgo es congruente con los de Ramírez (2021), quien halló que, en estudiantes universitarios peruanos, el 75% reportaba un buen nivel de integración social en sus universidades. De igual forma, el estudio de Castro et al. (2020) en Chile indicó que un alto porcentaje de estudiantes (77%) manifestó sentirse bien integrado socialmente, lo que facilita su permanencia y rendimiento académico en la universidad. Sin embargo, el estudio de González y Rodríguez (2022) en Colombia mostró que un porcentaje considerable de estudiantes (40%) experimentó dificultades para establecer relaciones, lo que podría estar

vinculado con la falta de actividades extracurriculares o la alta carga académica. Desde el sustento teórico se puede mencionar que según el modelo MIE de Domínguez-Lara et al. (2020), la adaptación social es fundamental para la integración universitaria, ya que la capacidad de un estudiante para establecer relaciones interpersonales positivas influye en su bienestar general. La adaptación social facilita el sentido de pertenencia, lo cual se traduce en un mayor compromiso académico y personal. Además, el apoyo social tiene un impacto directo en el manejo del estrés y la ansiedad, factores clave en el proceso de adaptación universitaria.

Con respecto a las implicancias teóricas, se puede mencionar que los resultados obtenidos en este estudio tienen varias implicancias significativas para la teoría sobre la adaptación universitaria. En primer lugar, refuerzan la relevancia del Modelo de Integración Estudiantil (MIE) propuesto por Domínguez-Lara et al. (2020), el cual subraya que la adaptación a la vida universitaria no es un proceso unidimensional, sino que involucra varias dimensiones interrelacionadas: académica, institucional, social y personal-emocional. Los hallazgos de este estudio sugieren que, para una adaptación exitosa, los estudiantes deben integrar estas dimensiones de manera armónica. Esto valida la teoría de que la adaptación académica no puede ser vista aisladamente, sino que debe ser entendida dentro del contexto de las emociones y las relaciones sociales que los estudiantes experimentan en su vida universitaria.

Asimismo, el estudio contribuye a la ampliación del modelo integrador de adaptación universitaria al resaltar que las emociones y el bienestar social son factores tan determinantes

como las habilidades académicas. Estos resultados coinciden con lo planteado por Domínguez-Lara et al. (2020), quienes identificaron la adaptación emocional y social como aspectos cruciales para la satisfacción general en la universidad. Al destacar la importancia de estos aspectos psicosociales, el estudio ofrece un enfoque más holístico de la adaptación universitaria, más allá del rendimiento académico puro.

Así también, desde una perspectiva de las implicancias prácticas, los resultados de este estudio tienen implicancias significativas para la gestión educativa y los programas de apoyo institucional. Un hallazgo clave fue que los estudiantes mostraron una adaptación académica e institucional relativamente alta, pero la adaptación emocional fue moderada. Esto indica que, a pesar de tener un buen desempeño académico y una satisfacción general con la universidad, muchos estudiantes pueden estar luchando con el estrés y las demandas emocionales del entorno universitario. Por lo tanto, es fundamental que las universidades implementen programas de apoyo emocional que ayuden a los estudiantes a gestionar el estrés, la ansiedad y las presiones asociadas con los estudios. Esto podría incluir servicios de orientación psicológica, talleres sobre manejo del estrés y actividades extracurriculares que fomenten la interacción social y el bienestar emocional. Además, es importante que las universidades promuevan una mejor comunicación institucional, asegurando que los estudiantes sientan que cuentan con el apoyo necesario no solo en el ámbito académico, sino también en lo social y emocional. Asimismo, los resultados sugieren que las universidades deberían diseñar políticas para prevenir la sobrecarga académica y el agotamiento emocional de los estudiantes. La implementación de sistemas de tutoría académica, así como la planificación de un calendario académico razonable, podría ser de gran ayuda para reducir

el estrés y la presión que sienten los estudiantes al enfrentar múltiples tareas y exámenes. Finalmente, dado que la adaptación social juega un papel importante en el bienestar general de los estudiantes, las universidades deben incentivar la creación de espacios para la integración social. Estas actividades pueden incluir eventos sociales, clubes estudiantiles, y otras oportunidades para que los estudiantes interactúen y formen redes de apoyo, tanto dentro como fuera de su carrera.

Como limitaciones del estudio se puede mencionar que se una de las principales limitaciones es que la muestra se limita a estudiantes de universidades de Lima Metropolitana, lo que restringe la posibilidad de generalizar los hallazgos a estudiantes de otras regiones del país. El contexto socioeconómico, cultural y geográfico de los estudiantes de Lima puede ser diferente al de otras áreas, lo que implica que los resultados podrían no aplicarse de manera universal. Otra limitación significativa es el uso de cuestionarios de autoinforme, que pueden introducir sesgos en las respuestas de los participantes. Es posible que algunos estudiantes hayan respondido de manera socialmente deseable o hayan sido influenciados por su estado emocional en el momento de completar los cuestionarios. Aunque se utilizaron escalas validadas, los métodos autoinformados siempre son susceptibles a estos tipos de sesgos. Además, el diseño transversal del estudio limita la capacidad para analizar cómo la adaptación universitaria cambia con el tiempo. Sería útil contar con un diseño longitudinal que permitiera observar cómo los estudiantes se adaptan durante toda su carrera universitaria y cómo las intervenciones tempranas pueden influir en su adaptación a largo plazo. Por último, el estudio no consideró algunos factores adicionales que podrían haber influido en la adaptación universitaria, como el nivel socioeconómico, la pertenencia a grupos minoritarios

o la participación en actividades extracurriculares. Estos factores podrían haber afectado significativamente la adaptación de los estudiantes, y sería interesante explorar estos aspectos en futuros estudios.

Estas implicancias y limitaciones subrayan tanto la importancia de los hallazgos del estudio como las áreas que podrían beneficiarse de un análisis más profundo en investigaciones futuras. El estudio contribuye significativamente al entendimiento de la adaptación universitaria, pero también deja claro que aún hay muchas variables por explorar y abordar dentro de este proceso complejo.

## **Conclusiones**

### **Objetivo General: Describir la adaptación a la vida universitaria en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana durante el 2024**

Los resultados hallados demostraron que se encontró que la mayoría de los estudiantes presentan niveles medio (60%) y alto (40%) de adaptación a la vida universitaria, mientras que solo el 0% se situó en el nivel bajo.

### **Objetivo Específico 1: Analizar el nivel de adaptación institucional de los estudiantes universitarios de Lima Metropolitana en 2024.**

Los resultados muestran que el 70% de los estudiantes mostró un nivel alto de adaptación institucional, mientras que un 30% se ubicó en el nivel medio.

**Objetivo Específico 2: Determinar el nivel de adaptación personal-emocional de los estudiantes universitarios de Lima Metropolitana durante el 2024.**

Los resultados muestran que el 65% de los estudiantes se encuentra en el nivel medio de adaptación personal-emocional, mientras que el 35% restante presenta un nivel alto.

**Objetivo Específico 3: Determinar el nivel de adaptación académica en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana durante el 2024.**

Los resultados indicaron que un 75% de los estudiantes se encuentra en un nivel alto de adaptación académica, mientras que el 25% restante se clasifica en un nivel medio. No se observaron estudiantes en el nivel bajo, lo que sugiere que los estudiantes tienen un manejo adecuado de sus tareas académicas, organización y planificación.

**Objetivo Específico 4: Evaluar el nivel de adaptación social de los estudiantes universitarios de Lima Metropolitana durante el 2024.**

Los resultados mostraron que el 80% de los estudiantes se encuentra en el nivel alto de adaptación social, mientras que el 20% restante está en el nivel medio.

## Referencias

- Almeida, L., Ferreira, J., & Soares, A. (2001). Questionário de vivências acadêmicas (QVA E QVA-r). Core.ac.uk. <https://core.ac.uk/download/pdf/55612842.pdf>
- Ander, E. (2011). Aprender a investigar: Nociones básicas para la investigación social (1ra ed.). Manual Moderno. <https://abacoenred.org/wp-content/uploads/2017/05/Aprender-a-investigar-nociones-basicas-Ander-Egg-Ezequiel-2011.pdf.pdf>
- Araoz, E., Roque, M., Gallegos, N., Mamani, J., & Zuloaga-Araoz, M. (2022). Estrés académico en estudiantes universitarios peruanos en tiempos de la pandemia del COVID-19. *Revista Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 40(19), 88-93. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=55971233016>
- Arias, F. (2006). El proyecto de investigación: Introducción a la metodología científica (5° ed.). Episteme. <https://tesisdeinvestig.blogspot.com/2012/01/poblacion-y-muestra.html>
- Barraza, A. (2010). Estrés, burnout y bienestar subjetivo (1a ed.). Manual Moderno. [https://redie.mx/librosyrevistas/libros/estres\\_burnout\\_y\\_bienestar\\_sujetivo.pdf](https://redie.mx/librosyrevistas/libros/estres_burnout_y_bienestar_sujetivo.pdf)
- Bedoya Cardona, Erika Yohanna. (2021). Estrés, regulación cognitivo-emocional, adaptación y salud en universitarios colombianos. *Praxis & Saber*, 12(30), 1-16. Epub November 09, 2022. <https://doi.org/10.19053/22160159.v12.n30.2021.11534>

Cherniss, C. (1980). Staff burnout: Job stress in the human services. *Revista Psychology*, 5(18). <https://www.scirp.org/reference/ReferencesPapers?ReferenceID=1343375>

Concejo Directivo Nacional. (2017, 21 de diciembre). Código de ética y deontología. Colegio de Psicólogos del Perú. [https://www.cpsp.pe/documentos/marco\\_legal/codigo\\_de\\_etica\\_y\\_deontologia.pdf](https://www.cpsp.pe/documentos/marco_legal/codigo_de_etica_y_deontologia.pdf)

Correa-López, L., Loayza-Castro, J., Vargas, M., Roldán-Arbieto, L., & Pérez, M. (2019). Adaptación y validación de un cuestionario para medir burnout académico en estudiantes de medicina. *Revistas URP*, 19(1), 17-94. <https://revistas.urp.edu.pe/index.php/RFMH/article/view/1794/1739>

Dominguez-Lara, S., & Prada-Chapoñan, R. (2020). Adaptación universitaria en estudiantes peruanos de ciencias de la salud. Diferencias por sexo y grupo etario. *Revista Archivos de Medicina*, 20(2), 1-10. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=273863770012>

Edelwich, J., & Brodsky, A. (1980). *Burnout: Etapas de desilusión en las profesiones de ayuda*. Prensa de Ciencias Humanas.

Emiro, J., Bedoya, E., Cuartas, G., Cassaretto, M., & Vilela, Y. (2023). Estrés académico y adaptación a la vida universitaria: mediación de la regulación cognitivo-emocional y

el apoyo social. *Revista Anales de Psicología / Annals of Psychology*, 39(1), 62–71.

<https://revistas.um.es/analesps/article/view/472201>

Espínola, S., & Figueredo, R. (2019). Adaptación a la vida universitaria. *Ciencia Latina*

*Revista Multidisciplinar*, 3(1), 1-75.

<https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/6>

Garnefski, N., & Kraaij, V. (2007). The Cognitive Emotion Regulation Questionnaire:

Psychometric features and prospective relationships with depression and anxiety in  
adults. *European Journal of Psychological Assessment*, 23(3), 141-149.

[https://www.researchgate.net/publication/38306184\\_The\\_Cognitive\\_Emotion\\_Regulation\\_Questionnaire\\_-\\_Psychometric\\_features\\_and\\_prospective\\_relationships\\_with\\_depression\\_and\\_anxiety\\_in\\_adults](https://www.researchgate.net/publication/38306184_The_Cognitive_Emotion_Regulation_Questionnaire_-_Psychometric_features_and_prospective_relationships_with_depression_and_anxiety_in_adults)

Hernández-Sampieri, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). Metodología de la

investigación (6ta ed.). Manual Moderno.

[https://apiperiodico.jalisco.gob.mx/api/sites/periodicooficial.jalisco.gob.mx/files/metodologia\\_de\\_la\\_investigacion\\_-\\_roberto\\_hernandez\\_sampieri.pdf](https://apiperiodico.jalisco.gob.mx/api/sites/periodicooficial.jalisco.gob.mx/files/metodologia_de_la_investigacion_-_roberto_hernandez_sampieri.pdf)

INEI. (2019). Pandemia y deserción escolar en la educación básica regular: Factores

asociados y posibles efectos, 2017-2021. INEI.

<https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/investigaciones/desercion-escolar.pdf>

INEI. (2021). Indicadores de Educación, según departamento, 2011-2021. INEI.

[https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones\\_digitales/Est/Lib1871/libro.pdf](https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitales/Est/Lib1871/libro.pdf)

Karyotaki, E., Cuijpers, P., Albor, Y., Alonso, J., Auerbach, R., Banjes, J., Bruffaerts, R.,

Ebert, D., Hasking, P., Kiekens, G., Lee, S., McLafferty, M., Mak, A., Mortier, P.,

Sampson, N., Stein, D., Vilagut, G., & Kessler, R. (2020). Fuentes de estrés y sus

asociaciones con los trastornos mentales entre estudiantes universitarios: Resultados

de la Encuesta mundial de salud mental de la OMS. *Frontiers*, 11(1).

[https://www.frontiersin.org/journals/psychology/articles/10.3389/fpsyg.2020.01759](https://www.frontiersin.org/journals/psychology/articles/10.3389/fpsyg.2020.01759/full)

/full

Levano, M. (2019). Nivel de estrés y adaptación a la vida universitaria en estudiantes de I a

VIII ciclo Escuela Profesional de Enfermería Universidad Privada San Juan Bautista

Ica septiembre 2018 [Tesis de Maestría, Universidad Privada San Juan Bautista].

Repositorio UPSJB. <https://repositorio.upsjb.edu.pe/handle/20.500.14308/2378>

Londoño, J., Flórez, L., & Patiño, T. (2022). Características del síndrome de burnout

académico en estudiantes de enfermería: Artículo de revisión. *Fundación*

Universitaria del Área Andina, Seccional Pereira.

<https://digitk.areandina.edu.co/bitstream/handle/areandina/4659/Trabajo%20de%20grado.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

López-Roldán, P. (2011). La Muestra Continua de Vidas Laborales: Posibilidades y limitaciones. Aplicación al estudio de la ocupación de la población inmigrante. Metodología de Encuestas, 13(1), 7-32.  
<http://casus.usal.es/pkp/index.php/MdE/article/view/1010>

Luque, O., Bolica, N., Achahui, V., & Gallegos, J. (2022). Estrés académico en estudiantes universitarios frente a la educación virtual asociada al covid-19. Revista UNAH, 4(1), 1-9. <https://www.revistas.unah.edu.pe/index.php/puriq/article/view/200>

Mejía, T. (2017). Investigación correlacional: Definición, tipos y ejemplos. Lifeder.com. <https://www.lifeder.com/investigacioncorrelacional/>

Montero, J., & Soria, P. (2020). Adaptación del Inventory Maslach Burnout–Student Survey (MBI-SS) Versión colombiana en universitarios de Lima. Universidad César Vallejo [Tesis de grado]. Repositorio UCV. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/46449>

Moya, I., Barreno, J., & Álvarez, M. (2023). Estrés académico y adaptación a la universidad en estudiantes de primer semestre de una universidad pública en Ecuador. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 4(4), 247-262.  
<https://doi.org/10.56712/latam.v4i4.1212>

Pines, A., Aronson, E., & Kafry, D. (1981). Burnout: From tedium to personal growth. En C. Cherniss (Ed.), *Staff Burnout: Job Stress in the human services*. The Free Press.

Rodríguez-Díaz, F. J., Estrada-Pineda, C., Rodríguez-Franco, L., & Bringas-Molleda, C. (2014). Adaptación del inventario de estrategias de afrontamiento (CSI) a la población penitenciaria de México. *Psicología: Reflexão e Crítica*, 27(3), 415-423.  
<https://doi.org/10.1590/1678-7153.201427301>

Romero, V. (2022). Síndrome de burnout académico en residentes de urología de Colombia [Tesis de Especialidad]. Repositorio Institucional Universidad de la Sabana.  
<https://intellectum.unisabana.edu.co/handle/10818/52077>

Sánchez, D. (2022). Adaptación a la vida universitaria y estrés académico: Estudio correlacional con estudiantes de la Universidad de Los Andes. *Revista Universitas Psychologica*, 21(3), 111-124.  
<https://revistas.javeriana.edu.co/index.php/revpsicologia/article/view/30382>

Van der Meulen, R., & Sadeghi, R. (2018). El impacto del estrés académico en la adaptación de los estudiantes universitarios [Tesis de Maestría, Universidad de Chicago].

<https://www.researchgate.net/publication/32740913>

Ventura-Ventura, Juan, Pérez-Villalobos, Cristhian, & Matus-Betancourt, Olga. (2023).

Adaptación a la vida universitaria de estudiantes indígenas de comunas rurales del Norte Grande de Chile. Un estudio cualitativo. *FEM: Revista de la Fundación Educación Médica*, 26(5), 185-192. Epub 04 de marzo de

2024. <https://dx.doi.org/10.33588/fem.2605.1299>



17. Últimamente no duermo bien																				
18. Últimamente, mis pensamientos se confunden con facilidad																				
19. Me resulta difícil afrontar el estrés que me produce la universidad																				
<b>F3: Adaptación académica</b>																				
20. Estoy al día con los trabajos que me piden en los cursos																				
21. Estoy satisfecho con el ritmo con el que estoy estudiando																				
22. Me gusta realizar los trabajos del ciclo académico																				
23. Me organicé bien para desarrollar los trabajos de los cursos																				
<b>F4: Adaptación social</b>																				
24. Me estoy adaptando socialmente bien a la universidad																				
25. Tengo amigos/as cercanos/as en la universidad																				
26. Tengo amigos y conocidos en la carrera para hablarles de cualquier problema																				
27. Estoy satisfecho con mi vida social en la universidad																				

## MATRIZ DE CONSISTENCIA

PROBLEMA	OBJETIVO	VARIABLES	DIMENSIONES	METODOLOGIA
¿Cuál es el nivel de adaptación a la vida universitaria en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana durante el 2024?	Describir el nivel de adaptación a la vida universitaria en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana durante el 2024	Adaptación a la vida universitaria	✓ Adaptación institucional  ✓ adaptación personal-emocional  ✓ Adaptación académica  ✓ Adaptación social	Tipo: Cuantitativa - Básica
¿Cuál es el nivel de adaptación institucional a la vida universitaria en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana durante el 2024?	Describir el nivel de adaptación institucional a la vida universitaria en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana durante el 2024			Alcance: Descriptivo
¿Cuál es el nivel de adaptación personal-emocional en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana durante el 2024?	Describir el nivel de adaptación personal-emocional en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana durante el 2024			Diseño: No experimental - Transversal
¿Cuál es el nivel de adaptación académica en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana durante el 2024?	Describir el nivel de adaptación académica en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana durante el 2024			Población: Estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana
¿Cuál es el nivel de adaptación social en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana durante el 2024?	Describir el nivel de adaptación social en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana durante el 2024			Muestra: 300 estudiantes
¿Cuál es el nivel de adaptación social en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana durante el 2024?	Describir el nivel de adaptación social en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana durante el 2024			Técnica: Encuesta
				Instrumentos:  Student Adaptation to College Questionnaire (SACQ).

**MATRIZ DE OPERACIONES DE VARIABLES**

Variable	Definición Conceptual	Definición Operacional	Dimensiones	Indicador	Ítems
Adaptación a la Vida Universitaria	La vida universitaria implica retos que son referidos a los sistemas de evaluación y de enseñanza, a la toma de decisiones vocacionales, el aprovechamiento de los recursos que ofrece la institución y las nuevas formas de relacionarse con la familia, además de los profesores y los pares (Páramo et. al, 2017).	Adaptación Institucional (adaptaciones de enseñanza), Adaptación personal-emocional (responder de manera adecuada a las situaciones), Adaptación académica (nivel de interacción que los estudiantes construyen), Adaptación social (Capacidad expresarse)	Adaptación Institucional	Puntajes obtenidos en los ítems 1,2,3,4,5 y 6	1. Sé por qué estoy en la universidad 2. Estoy satisfecho con mi decisión de entrar a estudiar en la universidad 3. Espero acabar mis estudios en esta carrera 4. Me gusta el trabajo académico que realizo en la carrera 5. Estoy pensando en cambiarme a otra carrera 6. Estoy pensando seriamente en tomarme un tiempo de descanso de la universidad y continuar después
			Adaptación Personal-Emocional	Puntajes obtenidos en los ítems 7,8,9,10,11,12,13,14,15,16,17,18 y 19	7. Últimamente me siento nervioso 8. Las actividades académicas me están resultando difíciles 9. Últimamente experimento tristeza y cambios de humor 10. Últimamente me siento cansado la mayor parte del tiempo 11. Me resulta difícil estar solo ante tantas responsabilidades 12. Últimamente no soy capaz de controlar mis emociones 13. Últimamente tengo dolores de cabeza 14. Últimamente pienso pedir ayuda psicológica 15. Últimamente perdí o ganó peso 16. Últimamente me enfado con mucha facilidad 17. Últimamente no duermo bien 18. Últimamente, mis pensamientos se confunden con facilidad

				19. Me resulta difícil afrontar el estrés que me produce la universidad
		Adaptación Académica	Puntajes obtenidos en los ítems 20, 21, 22 y 23	20. Estoy al día con los trabajos que me piden en los cursos 21. Estoy satisfecho con el ritmo con el que estoy estudiando 22. Me gusta realizar los trabajos del ciclo académico 23. Me organicé bien para desarrollar los trabajos de los cursos
		Adaptación Social	Puntajes obtenidos en los ítems 24,25,26 y 27	24. Me estoy adaptando socialmente bien a la universidad 25. Tengo amigos/as cercanos/as en la universidad 26. Tengo amigos y conocidos en la carrera para hablarles de cualquier problema 27. Estoy satisfecho con mi vida social en la universidad