

Estrategia de resolución de problemas para el afrontamiento de factores de la salud y su impacto en el rendimiento académico de estudiantes de primera matrícula en la UNAD

Problem solving strategy for addressing health factors and their impact on the academic performance of the first enrollment students at UNAD

Ary Leonardo Joaqui Trujillo¹ ,
Nataly Ruiz Valencia² 

- 1 Psicólogo, maestrando: Terapias de tercera generación, consejero académico de la UNAD, CEAD Popayán ary.joaqui@unad.edu.co
- 2 Psicóloga, estudiante de especialización en Salud Mental Comunitaria. nruizva@unadvirtual.edu.co

LA TUERKA

Revista Formativa. Voces críticas y constructivas
<https://hemeroteca.unad.edu.co/index.php/latuerka>
Bogotá-Colombia • Vol. 1 No. 1 • enero - junio de 2024

Resumen

La investigación pretende analizar la eficacia de una estrategia de resolución de problemas basada en un enfoque cognitivo para abordar factores relacionados con la salud que afectan el rendimiento académico de los estudiantes de primera matrícula en la Universidad Nacional Abierta y a Distancia (UNAD). Utilizando una metodología cuasi-experimental y descriptiva, participaron 50 estudiantes del CEAD Popayán durante el primer semestre de 2024. La intervención incluyó el uso del cuestionario de salud SF-36, una encuesta personalizada para identificar desafíos como la adaptación al modelo virtual, la gestión del estrés y barreras relacionadas con la salud.

El protocolo de resolución de problemas se estructuró en cuatro etapas: identificación del problema, establecimiento de metas, generación de soluciones y toma de decisiones. Esta estrategia se implementó mediante sesiones individuales y grupales. Los resultados mostraron una mejora en los mecanismos de afrontamiento y el compromiso académico, con avances significativos en la reducción del estrés, la gestión del tiempo y la integración al entorno de aprendizaje virtual. Los hallazgos resaltan la importancia de estrategias psicológicas estructuradas con base en psicología científica (psicología cognitiva) para apoyar a los estudiantes en la superación de retos académicos y de salud, promoviendo su bienestar y permanencia en la universidad.

Palabras Clave:

percepción de salud, factores de la salud, rendimiento académico, resolución de problemas, dificultades personales.

Abstract

This study examines the effectiveness of a cognitive-based problem-solving strategy to

address health-related factors impacting the academic performance of first-enrollment students at the Universidad Nacional Abierta y a Distancia (UNAD). Using a quasi-experimental, descriptive methodology, 50 first-semester students from the CEAD Popayán participated in this research during the first semester of 2024. The intervention employed the SF-36 health questionnaire alongside a customized survey to identify challenges such as adaptation to the virtual learning model, stress management, and health-related barriers.

The problem-solving protocol focused on four stages: problem identification, goal setting, generating solutions, and decision-making. This approach was implemented through individual and group sessions. Results revealed improved coping mechanisms and academic engagement, with notable progress in stress reduction, time management, and integration into the virtual learning environment. Additionally, six out of fifteen students achieved their goals through this intervention, reflecting enhanced self-efficacy and problem-solving skills.

The findings highlight the importance of structured psychological strategies based on scientific psychology (cognitive psychology) to support students in overcoming academic and health challenges, promoting their well-being and permanence in university.

Keywords

health perception; health factors; academic performance; problem solving; personal difficulties

Introducción.

La retención estudiantil en las instituciones de educación superior en Latinoamérica constituye un desafío multifactorial. Los estudiantes de nuevo ingreso suelen enfrentar una serie de

obstáculos que comprometen su permanencia en la universidad, tales como dificultades en la adaptación al entorno académico, problemas económicos, presiones familiares y problemas de salud mental. Diversos estudios han demostrado que estos factores inciden significativamente en el abandono escolar (Vega, 2018). Tinto (1993) señala que la retención estudiantil es un proceso complejo influenciado por factores tanto académicos como sociales, y Bean y Metzner (1985) destacan la importancia de la adaptación social al entorno universitario para prevenir la deserción.

En este contexto, la Universidad Nacional Abierta y a Distancia (UNAD), es una institución educativa de educación a distancia y virtual, siendo la universidad más grande de Colombia en número de estudiantes y que continúa en un proceso de crecimiento constante. No obstante, su crecimiento, uno de sus principales desafíos es continuar fortaleciendo los esfuerzos encaminados en la retención y permanencia de sus estudiantes, en particular, aquellos que recién inician sus estudios que presentan mayores dificultades relacionadas con las exigencias académicas que se requieren y con la adaptación al modelo educativo virtual.

Con el fin de reducir la deserción estudiantil y fortalecer la adaptación de los estudiantes, existe el Sistema de Consejería Académica, que hace parte de la Vicerrectoría de Servicios a Aspirantes, Estudiantes y Egresados, el cual cuenta con docentes encargados de acompañar a los estudiantes nuevos.

Dentro de esos ejercicios realizado por los consejeros académicos, se encuentran aquellos realizados por los psicólogos que hacen parte del equipo, los cuales realizan un acompañamiento tutorial a practicantes del programa de Psicología de la universidad. En el marco de las Prácticas profesionales de Psicología, en

la sede de Popayán de la universidad, se vienen desarrollando ejercicios que buscan fortalecer la retención estudiantil.

Se busca establecer estrategias eficaces para la retención estudiantil que estén basadas en fundamentos teóricos pertinentes y en intervenciones eficaces, con un interés especial en la psicología experimental y basada en la evidencia, considerando además que el aprendizaje en modalidad virtual implica un cambio significativo que demanda no solo habilidades académicas, sino también un equilibrio emocional y una adecuada salud mental y física para afrontar las exigencias del entorno.

A partir de los ejercicios realizados previamente y considerando el interés académico por parte de las practicantes, se articularon dos inquietudes fundamentales en la siguiente pregunta de investigación: ¿Cuál es el impacto de los factores de la salud en el rendimiento académico de estudiantes de primera matrícula de la UNAD, y de qué manera estas y otras dificultades personales pueden ser abordadas desde una perspectiva psicológica que sea pertinente y eficaz?

Teniendo en cuenta lo anterior, el presente artículo tiene como objetivo presentar una estrategia psicológica de resolución de problemas dirigida a estudiantes nuevos de la UNAD, con el fin de fortalecer sus habilidades para afrontar las diversas dificultades, especialmente aquellas relacionadas con la salud, que pueden incidir en su rendimiento académico y, en consecuencia, en su retención estudiantil.

Teniendo en cuenta el ejercicio de indagación teórica por parte las practicantes en acompañamientos con el psicólogo consejero del centro y de la consulta a través de un instrumento no estandarizado, desarrollado por motivos de la práctica, acompañado de la implementación del instrumento SF-36 estandarizado, el cual evalúa

la percepción de la salud y el bienestar con el fin de obtener información sobre la situación de salud general de los estudiantes. Se lograron identificar las principales dificultades de los estudiantes que participaron en el estudio, definiendo los principales factores de la salud, dificultades de adaptación a la modalidad y problemas psicológicos relacionados, así como las condiciones actuales de salud de los estudiantes a partir de sus experiencias subjetivas (SF-36), teniendo en cuenta que el instrumento abarca la salud global.

Se propone una estrategia basada en la resolución de problemas desde un enfoque cognitivo, como una intervención breve, eficaz y basada en evidencia, dirigida a estudiantes nuevos en el CEAD Popayán de la UNAD. Este enfoque tiene como objetivo fortalecer las habilidades para afrontar problemas personales, psicológicos y factores de salud, promoviendo su adaptación y éxito académico.

De esta manera, se busca minimizar los riesgos asociados a la salud mental y física, mejorando la calidad de vida de los estudiantes y promoviendo su permanencia académica. Además, esta estrategia es consistente con los valores y políticas de la UNAD, como la inclusión, el bienestar estudiantil y la retención académica, contribuyendo al cumplimiento de su misión institucional.

La población con la cual se realizó esta propuesta se trata de estudiantes nuevos de la UNAD, matriculados en la sede de Popayán (CEAD Popayán) en el periodo 16-01 de 2024 (primera cohorte del año), el acompañamiento, si bien se tuvo en cuenta a todos los estudiantes, se consideró de manera especial a los estudiantes ausentes, así como estudiantes que no habían entregado actividades en el curso Cátedra Unadista (curso a cargo de los consejeros académicos de la institución).

En cuanto a los fundamentos teóricos de la estrategia de resolución de problemas, el enfoque cognitivo resulta relevante en el contexto académico universitario, considerando la necesidad de los estudiantes de resolver las distintas dificultades relacionadas con el esfuerzo intelectual que se demanda al identificar y abordar aquellas situaciones que requieren una solución, pero para las cuales no se tienen claros los pasos o acciones necesarias.

La psicología de la salud reconoce que la salud y el desempeño académico son el resultado de la interacción de factores físicos, emocionales, conductuales y sociales. Teniendo en cuenta que para Engel (1977) la salud y el desempeño académico son un resultado de la interacción de múltiples factores.

El afrontamiento eficaz de problemas relacionados con la salud requiere herramientas basadas en la psicología de la salud, las cuales facilitan el desarrollo de habilidades cognitivas y conductuales. Estas estrategias ayudan a los estudiantes a gestionar el estrés, mejorar su resiliencia y adoptar estilos de vida saludables, lo que contribuye no solo a su bienestar general sino también a su capacidad de adaptación a las exigencias académicas de la educación superior.

A continuación, los conceptos relevantes a tener en cuenta:

Resolución de Problemas (RDP): Es un proceso Metacognitivo que permite a las personas comprender, analizar y abordar las situaciones problemáticas de su vida. Según García et al. (1999), la Terapia de Resolución de Problemas (TRP) es una intervención breve, efectiva y de corta duración, útil para casi cualquier situación de estrés, organizada no por patologías, sino por procesos reconstructivos de las personas.

Retención Estudiantil: Hace referencia a los esfuerzos institucionales para garantizar que los estudiantes permanezcan y culminen exitosamente sus programas académicos. En el caso de la UNAD, este concepto implica la implementación de estrategias que aborden los factores que contribuyen a la deserción.

“Tinto (1993) señala que la retención estudiantil es un proceso complejo influenciado por factores tanto académicos como sociales. En este sentido, Bean y Metzner (1985) destacan la importancia de la adaptación social al entorno universitario para prevenir la deserción. Diversos estudios, como el de Vega (2018), han corroborado que problemas de salud mental y dificultades personales pueden incidir significativamente en el abandono escolar.”

Factores de Salud Física: Son elementos relacionados con el bienestar corporal, como enfermedades crónicas, condiciones físicas limitantes o hábitos de vida no saludables, que pueden impactar el rendimiento académico de los estudiantes.

Factores Psicológicos: Incluyen aspectos emocionales, cognitivos y conductuales que afectan la capacidad de los estudiantes para afrontar las demandas académicas, como el estrés, la ansiedad, la depresión o las creencias disfuncionales.

Problemas Personales: Dificultades individuales, familiares o sociales que interfieren en la adaptación y desempeño académico de los estudiantes.

Adaptación al Modelo Educativo: Proceso mediante el cual los estudiantes desarrollan las habilidades necesarias para integrarse al entorno virtual de aprendizaje, enfrentando desafíos relacionados con la autogestión del tiempo, las plataformas tecnológicas y el aislamiento social

Metodología

Tipo de investigación

La investigación se desarrolla desde un enfoque metodológico cuasi-experimental, con un alcance descriptivo, ya que pretende analizar la eficacia de la estrategia de resolución de problemas como herramienta para afrontar factores de salud que afectan el rendimiento académico. Siendo este el fenómeno de análisis que a su vez permite describir las tendencias de la población a estudiar, sus contextos y situaciones (Hernández, 2014).

Participantes

La universidad nacional abierta y a distancia UNAD tiene 42 años en funcionamiento, su objetivo ha sido diseñar e implementar programas académicos con la estrategia pedagógica de la educación a distancia. Considerando las necesidades locales, regionales, nacionales e internacionales, de acuerdo con una sociedad democrática, participativa y dinámica con el soporte de los modelos científicos, sociales y culturales del siglo XXI.

Su misión es contribuir en la educación para todos a través de la modalidad abierta y a distancia, mediante; la acción pedagógica, proyección social, el desarrollo regional, la acción comunitaria, la inclusión, la solidaridad, la investigación, la internacionalización y la innovación.

En la investigación participaron inicialmente 50 estudiantes de primer periodo académico de la UNAD, del periodo 16-01 del 2024, específicamente del CEAD Popayán. Los cuales fueron filtrados por consejería académica, tomando de referente el curso de cátedra Unadista, por ser uno de los primeros cursos que todo estudiante nuevo matricula y cursa.

Instrumentación y Procedimiento

La investigación se inició en febrero del 2024 y culminó en mayo del mismo año, esta se desarrolló en tres fases con una propuesta metodológica estructurada. En la fase de diagnóstico se aplicó la encuesta “Acompañamiento consejería académica” para identificar los principales factores de salud que afectan el rendimiento académico en los estudiantes de primera matrícula en la UNAD, teniendo en cuenta las principales dificultades que han tenido en su proceso de formación, los factores psicológicos y de aprendizaje que han afectado su proceso académico, los factores de salud física que en alguna ocasión ha afectado su proceso académico.

Seguidamente se aplicó el Cuestionario de Salud SF-36 de Ware y Sherbourne (1992). Evalúa la percepción de la salud y el bienestar para obtener información sobre la situación de salud general de los estudiantes en relación con Función física, Rol físico, Dolor corporal, Salud general, Vitalidad, Función social, Rol emocional, Salud mental y Evolución de la salud. (Olivares, Tirado P. 2005. P. 2).

Este instrumento se ha tenido en cuenta por su validez y confiabilidad sobre la salud física y mental, así como de la calidad de vida relacionada con la salud, lo que puede ser crucial para comprender y apoyar a los estudiantes en modalidad a distancia. Desde la psicología de la salud ya que se encuentra encaminada en el cuidado, mantenimiento o recuperación de la salud (Piña y Rivera, 2006) Buscando identificar y dar solución a los problemas de salud (Torres y Beltrán, 1986 citados en Piña y Rivera, 2006) que aquejan a una comunidad.

Durante la fase de intervención, se aplicó la técnica de resolución de problemas desde los procesos reconstructivos de las personas a través del Protocolo en RDP diseñada previamente,

adaptado de Terapia de resolución de problemas: psicoterapia de elección para atención primaria (García et al. 1999).

Dividido en cuatro estadios; primer estadio (paso A), definición del problema ya que la orientación hacia los problemas mejora el malestar psicológico. Segundo estadio (paso b), la elección de metas alcanzables y realistas teniendo en cuenta la relación recursos vs obstáculos. Tercer estadio (paso C), la generación de alternativas de solución, una vez que se ha seleccionado de común acuerdo una meta alcanzable. Cuarto estadio (paso D), la toma de decisión para poner en práctica la solución elegida. En dos sesiones grupales de forma virtual y de forma individual en cuatro sesiones, aplicado a un total 15 estudiantes por medio de llamada telefónica registrando la información el protocolo. De forma simultánea en la fase de evaluación se registró la información una matriz de seguimiento y se aplicó una encuesta no estandarizada de 13 preguntas.

Discusión y Resultados

La encuesta no estandarizada fue respondida por 50 participantes, con base en las respuestas suministradas se lograron identificar como problemáticas principales, las dificultades para realizar los trabajos colaborativos, de acceso a internet, la falta de tiempo, manejo de los contenidos educativos, adaptación al modelo educativo. Como factores psicológicos y de aprendizaje que afectan el proceso académico predomina el estrés, factores de salud física como la falta de sueño y la intención de recibir acompañamiento y psico orientación por parte de 26 estudiantes y 24 que indicaron que tal vez les gustaría.

El cuestionario SF-36 permitió la identificación de las condiciones actuales de salud de los estudiantes a partir de sus experiencias subjetivas, teniendo en cuenta que la OMS define

la calidad de vida en función como la persona percibe el lugar que ocupa en la vida, en su contexto cultural y del sistema de valores en que vive. Esto se relaciona con sus objetivos, expectativas, normas y preocupaciones desde sus experiencias subjetivas sobre su salud global (Lugo et al., 2006).

Proporcionando información con validez científica ya que el SF-36 en su idioma original mostró confiabilidad y validez de apariencia, de contenido, de criterio (concurrente y predictiva) y de constructo (Lugo et al., 2006).

Así, aplicar la estrategia de resolución de problemas, definida como la capacidad mediante la cual, la persona intenta identificar o descubrir una solución o respuesta de afrontamiento eficaz para un problema particular (D’Zurilla,

1986/1993; D’Zurilla y Nezu, 2007, citado en Bados A. y García Grau E. (2014).

En la primera sesión grupal se desarrolló la primera parte del protocolo de Resolución de Problemas. A partir del dialogo con los estudiantes a fin de ser ellos mismos quienes identifiquen su dificultad, logrando así que la situación/necesidad sea definida desde su naturaleza misma. Por ejemplo “el estudiante Duván Andrés Erazo, expreso “que en ocasiones las responsabilidades laborales y familiares más el estudio se le convierten en cargas que le generan estrés” esto permite que la persona pueda identificar y resolver los problemas actuales en ocasiones generados por respuestas des-adaptativas y enseñar a la persona habilidades generales que le permitirán manejar más eficaz e independientemente futuros problemas (D’Zurilla, 1986/1993).

Identificando así, los cambios que desea alcanzar el estudiante, a partir de la revisión de sus metas, bajo la premisa de ¿Las metas del estudiante son realistas? Ya que es prudente

no utilizar la resolución de problemas con personas que persiguen metas no realistas para un problema determinado (Hawton y Kirk, 1989 citado en Garritz, 2018).

Se iniciaron las sesiones individuales con 15 estudiantes con el protocolo de resolución de problemas Paso A (primer estadio) sensibilización (valorar la idoneidad del proceso). Esta etapa ha permitido identificar diferentes situaciones (problemas) que están afectando el proceso académico de los estudiantes tales como: inconvenientes con los trabajos en equipo, falta de tiempo para realizar sus actividades por otras obligaciones, dificultades de acceso a internet, no contar con un computador propio y permanente. De igual modo, algunos de los estudiantes presentan dificultades de salud física visual y de audición que dificultan de alguna manera su desempeño académico.

En la segunda sesión grupal, se indagó sobre las situaciones particulares que están presentando los participantes, se realizó el diligenciamiento del protocolo de resolución de problemas para que ellos comprendan el proceso y su aplicación, se tomó como ejemplo la situación de uno de los participantes cuya problemática principal es la conexión a internet por residir en zona rural. Se diligenciaron los estadios A B y C quedando pendiente el estadio D para contactar telefónicamente al estudiante y revisar la puesta en práctica de las posibles soluciones. Desarrollando así nuevas habilidades de solución de problemas que proporcionan herramientas necesarias no sólo para resolver los problemas actuales sino también las herramientas que le puedan ser útiles en el futuro (Nezu y Perri, 1989 citados en Areán, 2000).

Aplicando el protocolo de resolución de problemas desde los procesos reconstructivos de las personas, desde el establecimiento de compromisos y alternativas de solución que

permitieran identificar actividades concretas, sus redes de apoyo y el establecimiento de tiempo y plazos. A partir de esto se evidenciaron metas alcanzables en los estudiantes desde la generación de soluciones y los resultados de colocar en práctica la solución elegida.

Retomando las sesiones individuales desde la psicología de la salud con la revisión del paso D, es decir la puesta en práctica de la solución elegida desde la narrativa del estudiante ya que las capacidades mentales básicas se cimientan sobre competencias para reconocer expresiones de estados subjetivos y disposiciones (Hobson, 1993 citado en Mascaró, 2017). Teniendo presente que esta solo “captura” una parte de la experiencia vivida por el estudiante, es decir solo una unidad de la vida de la persona (Drummond, 2004 citado en Mascaró, 2017)

Por medio de preguntas abiertas acerca del sentir, siendo estas sencillas según cada caso desde la premisa central ¿Para qué le sirvió el encuentro y cómo sale de este?

Finalizando con una evaluación general, desde la narrativa como expresión, de acuerdo con Bruner (1987) citado en Mascaró (2017), “la vida como narrativa” es una modalidad de cognición más o menos primaria alejada de modelos representacionales predominantes, siendo las narraciones selecciones y organizaciones reflexivas de una vida (Drummond, 2004 citado en Mascaró, 2017).

Esto permitió recoger comentarios de los estudiantes sobre la experiencia con el protocolo, evidenciado pensamientos racionales y realistas, metas, creencias y autopercepción. La comprensión de la experiencia emocional y la forma de comunicarla. El desarrollo de estrategias, modificación de comportamientos y conductas de forma adaptativa. Cuantitativamente de los 15 estudiantes 6 alcanzaron sus metas

establecidas durante el proceso psicorientación, como desarrollar estrategias de estudios, cronograma de actividades, distribución del tiempo y hábitos saludables.

Finalmente, un plan de mejora trabajado con 15 estudiantes desde su experiencia subjetiva, en como la estrategia de RDP ha tenido un impacto en el resultado que arrojo a cada uno el SF-36, teniendo presente que este mide la salud física y emocional desde la percepción, es decir, recoge los aspectos relevantes para caracterizar la salud de una persona.

Así a partir de estrategias sencillas los estudiantes alcanzaron metas realistas para solucionar un problema actual y poder resolver problemas futuros, quedando para ellos como insumo el protocolo de RDP ajustado, es decir una versión que no ha perdido su esencia teórica, pero sí, de fácil auto-aplicación. Incentivando a los estudiantes a la revisión periódica de las metas organizadas en los cuatro periodos del año a partir de las metas a corto plazo hasta llegar a las metas generales, cerrando con indicadores objetivos como el rendimiento académico (promedio de calificaciones) y continuidad (porcentaje de estudiantes que avanzan al siguiente semestre).

Conclusiones

Mediante la estrategia se logró analizar la eficacia de la estrategia de resolución de problemas como herramienta para afrontar factores de salud que afectan el rendimiento académico de los estudiantes de primera matrícula en la Universidad Nacional Abierta y a Distancia (UNAD). Mostrando versatilidad y hasta qué punto permite un abordaje integral, partiendo de situaciones problemas que se viven a diario, ayudando a modificar y cambiar con el tiempo las habilidades de las personas desde sus propios recursos.

Con la aplicación del cuestionario de salud SF-36 se logró conocer aspectos sobre la percepción de la salud y la calidad de vida de los estudiantes esta información es útil para identificar áreas de mejora. Para así con el “protocolo de resolución de problemas” identificar algunas de las situaciones y necesidades que afectan a los estudiantes para llevar a cabo un adecuado proceso académico y fortalecer su afrontamiento a estas. Además, es posible generar soluciones y estrategias que contribuyan a su rendimiento académico y bienestar estudiantil

Bibliografía

Acuerdo no. 002. Política de Retención y permanencia. UNAD, consejería académica, Retención y permanencia (30 de enero de 2018). chrome-extension://efaidnbmn-nibpcajpcglclefindmkaj/https://sgeneral.unad.edu.co/images/documentos/consejoSuperior/acuerdos/2018/COSU_ACUE_002_20180130.pdf

Areán, P. A. (2000). Terapia de solución de problemas para la depresión: Teoría, investigación y aplicaciones. *Psicología Conductual*, 8(3), 547-559.

Balcázar, F. E. (2003). Investigación acción participativa (iap): Aspectos conceptuales y dificultades de implementación. *Fundamentos en humanidades*, 4, 59-77. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/1272956.pdf>

Bean, J. P., & Metzner, H. (1985). A conceptual model of student attrition. *Review of Higher Education*, 8(4), 485-540

Caranza, V. (2002) EL CONCEPTO DE SALUD MENTAL EN PSICOLOGÍA HUMANISTA-EXISTENCIAL. P. 2 <chrome-extension://efaidnbmn-nibpcajpcglclefindmkaj/http://www.scielo.org.bo/pdf/rap/v1n1/v1n1a01.pdf>.

Cuamba Osorio, Nehemías, & Zazueta Sánchez, Nitzia Astrid. (2020). Salud mental, habilidades de afrontamiento y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Psicumex*, 10(2), 71-94. Epub 02 de marzo de 2021. De https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-59362020000200071

Díaz Facio Lince, Victoria Eugenia. (2010). La psicología de la salud: antecedentes, definición y perspectivas. *Revista de Psicología Universidad de Antioquia*, P. 8. Recuperado em 09 de abril de 2024, de http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2145-48922010000100005&lng=pt&lng=es.

Engel, G. L. (1977). The need for a new medical model: A challenge for the biobehavioral sciences. *Science*, 196(4286), 129-136.

Fisch R. Ray W. A. & Schlanger K. (2009). *Focused problem resolution: selected papers of the mri brief therapy center* ([1st ed.]). Zeig Tucker & Theisen.

García-Vega L. & García Vega Redondo L. (2005). Conducta y conciencia. Origen histórico de dos alternativas contrapuestas en los comienzos de la psicología científica. De http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1657-92672005000300012

García Campayo, J., Claraco, L. M., Tazón, P., & Aseguinolaza, L. (1999). Terapia de resolución de problemas: psicoterapia de elección para atención primaria. *Atención Primaria*, 24(10), 594-601.

Garritz, A. (2018). Resolución de Problemas. *Educación Química*, 16(2), 218.

vH, D. C. I. (2005). BASES DE LA TERAPIA COGNITIVO-CONDUCTUAL. 1-19.

Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación* (6a ed.).

Ley 1616. Ley de salud mental (21 de enero de 2013) <chrome-extension://efaidnbnmnnnibpcajpcgclclefindmkaj/https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/DE/DIJ/ley-1616-del-21-de-enero-2013.pdf>

Ley 1616 (2013). Por medio de la cual se expide la Ley de Salud Mental y se dictan otras disposiciones. De: <https://www.who.int/es/news/item/03-06-2022-why-mental-health-is-a-priority-for-action-on-climate-change>

Lugo, A., Helena, L., García, G., Iván, H., & Gómez, R. (2006). vida en salud SF-36 en Medellín, Colombia. *Red de Revista Científicas de América Latina, Caribe, España y Portugal*, 24, 37-50.

Ministerio de Educación Nacional. Ley 1188 de 2008. POR LA CUAL SE REGULA EL REGISTRO CALIFICADO DE PROGRAMAS DE EDUCACIÓN SUPERIOR Y SE DICTAN OTRAS DISPOSICIONES". P 1-2. De: https://www.mineduccion.gov.co/1621/articles-159149_archivo_pdf.pdf

Ministerio de Educación Nacional (2016). Lineamientos de política de bienestar para instituciones de educación superior. P. 19. De: https://www.mineduccion.gov.co/1759/articles-360314_recurso.pdf

Ministerio de Salud y Protección social (sin fecha). Políticas Salud Mental y SPA. Gov.co. De <https://www.minsalud.gov.co/salud/publica/SMental/Paginas/Políticas-Salud-Mental-y-SPA.aspx>

Narváez, J. H., Obando-Guerrero, L. M., Hernández-Ordoñez, K. M., & De la Cruz-Gordon, E. K. (2021). Bienestar psicológico y estrategias de afrontamiento frente a la COVID-19 en

universitarios. *Universidad Y Salud*, 23 (3), 2-3.
<https://doi.org/10.22267/rus.212303.234>

Nezu A. M. Nezu C. M. & Lombardo E. (2006). *Formulación de casos y diseño de tratamientos cognitivo-conductuales: Un enfoque basado en problemas* ([1st ed.]). Editorial El Manual Moderno.

Olivares Tirado P. (2005). PERFIL DEL ESTADO DE SALUD DE BENEFICIARIOS DE ISAPRES: Informe Preliminar. P. 2. chrome-extension://efaidnbnmnnibpcajpcglclefindmkaj/https://www.supersalud.gob.cl/documentacion/666/articles-1062_recurso_1.pdf

Oviedo E. (2006). *La resolución de problemas. Una estrategia para aprender a aprender*. P.35. <https://ciencia.lasalle.edu.co/cgi/viewcontent.cgi?article=1320&context=ruls>

Perales Palacios, F. J. (1993). *La resolución de problemas: una revisión estructurada*. *Enseñanza de las Ciencias. Revista de investigación y experiencias didácticas*, 11(2), 170-178. <https://doi.org/10.5565/rev/ensciencias.4533>

Peña D.A. (2010). Informe Final de Práctica Profesional Intervención Clínica y Psicosocial en el Centro de Atención Psicológica CAPSI. P. 24,26. Microsoft Word - INFORME FINAL - REVISADO-GLORIA 29 (ucp.edu.co)

Tinto, V. (1993). *Leaving college: Rethinking the causes and cures of student attrition*. University of Chicago Press.

Vega, J. A. (2018). *Factores asociados a la deserción universitaria en estudiantes de primer ingreso*.