

## Artículos

### **Bienestar psicológico, global y por dimensión, en universitarios mexicanos: revisión sistemática**

### **Psychological Well-Being, Global and per Dimension, in Mexican University Students: A Systematic Review**

Silvia Isela Ramírez Enríquez, Pedro Quintana Arroyo, Juan Cristóbal Barrón Luján

Universidad Autónoma de Chihuahua

#### **Resumen**

El presente trabajo tuvo como objetivo analizar el grado de bienestar psicológico global y por dimensiones en estudiantes universitarios mexicanos. Se llevó a cabo una revisión sistemática basada en el análisis de documentos de acuerdo con el modelo PRISMA, buscando artículos originales que hicieran uso de la escala de Ryff (1989) y mostraran los resultados por grado alto, medio o bajo. Se exploraron las bases de datos SciELO, Redalyc, Dialnet, PubMed y ProQuest, encontrándose 149 documentos, quedando un total de 4 publicaciones para su análisis. Los resultados muestran grados medios de bienestar psicológico global y por dimensión. El estudio del bienestar psicológico en estudiantes universitarios es de suma importancia, ya que observar cuales son los niveles de este constructo en esta población puede ayudar a las instituciones, tutores o guías estudiantiles a llevar a cabo estrategias y plantearse metas con el fin de mejorar el desempeño académico y desarrollo personal.

*Palabras clave:* Bienestar psicológico, estudiantes universitarios, escala de Ryff, revisión sistemática, psicometría

#### **Autores**

Silvia Isela Ramírez Enríquez. Universidad Autónoma de Chihuahua

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9876-2075>

Pedro Quintana Arroyo. Universidad Autónoma de Chihuahua

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0312-2823>

Juan Cristóbal Barrón Luján. Universidad Autónoma de Chihuahua

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3249-8494>

Autor para correspondencia: Dr. Juan Cristóbal Barrón Luján email: [jcbarrón@uach.mx](mailto:jcbarrón@uach.mx)

### Abstract

The objective of this study was to analyze the degree of global psychological well-being and its dimensions among Mexican university students. A systematic review was carried out based on the analysis of documents according to the PRISMA model, searching for original articles that made use of the Ryff scale (1989) and showed the results by high, medium, or low degree. The SciELO, Redalyc, Dialnet, PubMed, and ProQuest databases were explored, finding 149 documents, leaving a total of 4 publications for analysis. The results show average degrees of global psychological well-being and its dimensions. The study of psychological well-being in university students is extremely important since observing the levels of this construct in this population can help institutions, tutors, or student guides to carry out strategies and set goals in order to improve academic performance and personal development.

*Key words:* Psychological well-being, university students, Riff's Scale, systematic review, psychometry

DOI <https://doi.org/10.36793/psicumex.v13i1.485>

**Recibido** 01 – Septiembre - 2021

**Aceptado** 27 – Julio - 2022

**Publicado** 29 – Julio - 2023



## Introducción

El bienestar psicológico es la plenitud de la persona por el desarrollo de sus capacidades, detalladas y moldeadas por las experiencias y la forma de evaluar y dar solución a las situaciones que se le presentan en el trayecto de su vida (Ryan y Deci, 2001). Este constructo es medido a través de seis dimensiones: la autoaceptación, los propósitos en la vida, la autonomía, las relaciones positivas, el crecimiento personal y el dominio del entorno (Díaz et al. 2006; Ryan y Deci, 2001; Ryff y Keyes, 1995). El bienestar psicológico es un componente multifactorial, el cual se ve influido por distintas variables (Cansoy et al. 2020), y es un elemento importante en el funcionamiento cognitivo, físico o social de las personas, ya que está íntimamente relacionado con aspectos de salud, conductuales, de desarrollo personal y estilos de vida adecuados (Collas y Cuzcano, 2019). Si se logra entender las relaciones del bienestar psicológico con los aspectos mencionados anteriormente, se podrían atender trastornos relacionados con la ansiedad, fatiga, alimentación o problemas de comportamiento; generando estrategias para intervenir en las diferentes poblaciones (Collas y Cuzcano, 2019; Mesa-Fernández et al. 2019).

En la población estudiantil universitaria se ha observado mucho interés por el estudio del bienestar psicológico, ya que esta comunidad se enfrenta durante el proceso de formación a diversas situaciones de índole personal, social, relaciones personales y cambios en su entorno, en donde estos factores pueden afectar su desempeño, estabilidad emocional y tránsito por la universidad (Canedo et al. 2019). Evaluar el efecto de estos cambios, al medir el grado de bienestar psicológico en estudiantes universitarios, permite obtener información sobre la persona y las dimensiones del bienestar, para así generar estrategias que le permitan al estudiante mantener su salud mental, física y social, sin que se vea afectado su desempeño en el ámbito universitario (Carranza et al. 2017; Massone y Urquijo, 2014).

A través de los años, esta variable ha sido estudiada en universitarios mediante distintos cuestionarios, como el de Diener (2009), Butler y Kern (2016), Ryff (1989), Casullo y Castro-Solano (2000)



y el de Sánchez-Cánovas (2007, 2013), entre otros. Estos, son los principales exponentes de la explicación de este constructo. Sin embargo, para efectos de este estudio, se centra la búsqueda en documentos que hagan uso de la escala de Carol Ryff como una de las escalas más conocidas y utilizadas en muchos países, mostrando índices altos de confiabilidad y validez (Rodríguez-Carvajal *et al.* 2010), y que propone seis dimensiones en su modelo para el estudio del bienestar psicológico. Estos factores permiten entender las dificultades que se le presentan a los individuos para llevar a cabo un funcionamiento pleno y desarrollo de sus capacidades (Keyes, 2006; González-Rivera *et al.* 2016).

Se puede decir que existen muchos estudios sobre bienestar psicológico en universitarios en México, pero la mayoría están centrados en el análisis psicométrico de la escala y la generación de nuevos modelos, y no puntualizan sus resultados como niveles bajos, medios o altos en la esencia de la escala. La mayoría de ellos hablan de adecuaciones en la estructura como un objetivo principal. Generar nuevos modelos es conveniente para tener mejores acercamientos al constructo, pero también es conveniente utilizar los ya existentes y obtener datos visibles de esta variable, permitiendo observar el comportamiento y su grado en universitarios desde la esencia y puntuaciones de la escala, para tener una idea de cómo se encuentra esta población de estudio en cuanto a esta variable.

Por tal motivo, surge la siguiente pregunta: ¿Existen estudios en México que presenten los valores de bienestar psicológico obtenidos en estudiantes universitarios, en términos de altos, medios o bajos, y que no solo analicen las propiedades psicométricas de la escala de Carol Ryff o hagan uso de los datos obtenidos de la aplicación del cuestionario para proponer nuevos modelos? Para responder estas incógnitas, este trabajo se centra en llevar a cabo una revisión sistemática en busca de artículos que presenten datos del grado de bienestar psicológico global, y por dimensiones, de estudiantes universitarios mexicanos, expresado como nivel alto, medio o bajo haciendo uso de la escala de bienestar psicológico de Carol Ryff (González-Rivera



et al. 2016). Esto con el objetivo de proporcionar información que permita a los lectores e investigadores contar con datos útiles y aplicable que puedan ser utilizados favoreciendo al desarrollo estudiantil.

## **Metodología**

Se llevó a cabo una revisión sistemática basada en los ítems del modelo PRISMA, — Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses — (Linares-Espinós et al. 2018), mediante el análisis de la literatura científica, con el fin de encontrar datos sobre el grado de bienestar psicológico global, y por dimensiones, de estudiantes universitarios mexicanos medido mediante la escala de bienestar psicológico de Carol Ryff.

### **Criterios de elección**

Se buscaron trabajos con los siguientes criterios de inclusión: artículos originales sobre la determinación de los niveles de bienestar psicológico en universitarios mexicanos, donde los autores hagan uso de la escala original de Carol Ryff y que los grados de bienestar psicológico sean mostrados en puntuaciones o porcentajes, indicando si el nivel es alto, medio o bajo globalmente y por dimensión, excluyendo aquellos que solo hablan de propiedades psicométricas o adecuaciones estructurales para generar nuevos modelos, sin importar el idioma, que fueran de acceso abierto y sin restricciones de fecha de publicación.

### **Exploración de documentos**

La exploración de documentos se realizó en las bases de datos SciELO, Redalyc, Dialnet, PubMed y ProQuest. y con las palabras clave: bienestar psicológico and universitarios mexicanos, Ryff and universitarios mexicanos and México, niveles and bienestar psicológico and universitarios mexicanos, University and Psychological Wellbeing and Ryff, Riff Scale and Universities and Mexico, Levels and Psychological Wellbeing and University Students and Mexico, Degree and Psychological Wellbeing and University Students and Ryff and México, Psychological Wellbeing and University Students and México.



## Almacenamiento y elección de artículos

Los documentos elegidos fueron descargados y almacenados en carpetas identificadas de acuerdo a las palabras claves utilizadas para la exploración. Además, cada carpeta identificada contenía una base de datos en el programa Excel con la información de cada artículo. Se compararon las bases de datos de Excel y se llevó a cabo la eliminación de documentos duplicados. Se revisaron cada uno de los artículos en su resumen, *abstract*, estructura y la temática de estudios para su selección o eliminación.

## Resultados

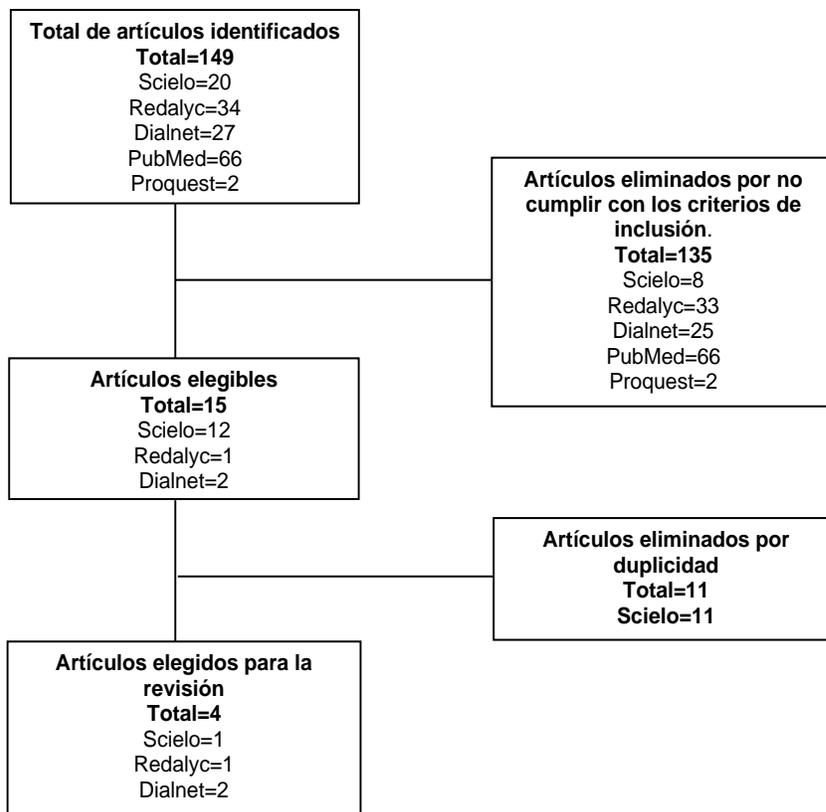
Se encontraron 149 artículos, 135 fueron descartados por no cumplir con los criterios de inclusión, obteniendo como elegibles 15, de los cuales se eliminaron 11 por duplicidad, quedando para su análisis un total de cuatro publicaciones. En la Figura 1, se muestra el diagrama de flujo de la búsqueda bibliográfica que se llevó a cabo. Se ilustra el total de artículos identificados, los eliminados por no cumplir con los criterios de inclusión, los eliminados por duplicidad y aquellos elegibles, así como los que se han seleccionado para su revisión, incluyendo el total por base de datos.

En la Tabla 1, se detallan los datos principales de las cuatro fuentes analizadas que cumplieron con los criterios de inclusión. Esta tabla contiene la referencia de los documentos, los principales resultados sobre el nivel de bienestar psicológico global y por dimensión. Por otra parte, en la Tabla 2 se hace mención sobre la versión de la escala de Ryff, si es adaptada, la cantidad de dimensiones, ítems utilizados, la consistencia, así como si fue validada en cada uno de los artículos incluidos en la revisión.



**Figura 1**

*Diagrama de proceso de selección de artículos según modelo PRISMA*



Fuente: Elaboración propia



**Tabla 1***Resultados más relevantes de los artículos incluidos en la revisión*

Referencia	Consistencia interna	n	BP global	BP global por dimensión	Resumen de resultados
Delgado et al. (2020) SciELO	$\alpha = 0.915$ /análisis factorial confirmatorio (AFC)	<b>157</b> 48.4 % hombres 51.6 % mujeres	38.75 % con niveles bajos 31.41 % con niveles medios 29.84 % con niveles altos	-Nivel bajo de BP 36.9% en autoaceptación, relaciones positivas y autonomía y crecimiento personal  -Nivel medio de BP 36.9% en autoaceptación y relaciones positivas 31.2 % en dominio del entorno y autonomía y crecimiento personal  -Nivel alto de BP 31.8 % en autonomía y crecimiento personal 26.0% en autoaceptación y relaciones positivas. 24.2 % en dominio del entorno.	Más de la mitad de los universitarios arrojaron niveles de medios a bajos, tanto en la puntuación global como en las dimensiones. 39.5 % de las mujeres tienen niveles medios en bienestar psicológico y un 42 % con niveles bajos según la escala de Carol Ryff y sin diferencias significativas
Viramontes et al. (2018) Dialnet	$\alpha = 0.71-0.83$ (AFC)	<b>192</b> 52 % hombres 47.9 % mujeres	Muestran niveles medios de BP general. -En mujeres alto -En hombres bajo (no presenta datos porcentuales)	-Nivel alto de BP Autonomía y crecimiento personal Bajo puntaje Dominio del entorno (No menciona porcentajes)	Respecto a la variable sexo, se encontró que las mujeres tienen un mejor bienestar psicológico con respecto a los hombres.
Cardoso et al. (2020) Dialnet	$\alpha = 0.7$ No reporta AFC	<b>51</b> No reporta porcentajes de hombres y mujeres	38.5 % niveles bajos de BP 33.4 % niveles medios  28.1 % niveles altos	-Nivel bajo de BP 34.4% en autoaceptación 43.8% en relaciones positivas 40.6% en autonomía y dominio del entorno 37.5% en propósitos en la vida 34.4% en crecimiento personal  -Nivel medio de BP 40.6 % en autoaceptación y crecimiento personal 25 % en relaciones positivas 31.3 % en autonomía y en propósitos en la vida 31.8 % en dominio del entorno	Los estudiantes presentaron en promedio niveles bajos de bienestar psicológico en un poco más de un tercio de la población.



				-Nivel alto de BP 25.0 % en autoaceptación y crecimiento personal 31.2 % en relaciones positivas y propósitos en la vida 28.1 % en autonomía y dominio del entorno	
Contreras et al. (2017). Redalyc	$\alpha = 0.61-0.91$ / No reporta AFC	<b>516</b> 73.3 % mujeres 26.7 % hombres	19.0 % con niveles bajos 64.0 % con niveles medios 17.0 % con niveles altos -No reporta datos por género	-Nivel bajo de BP 18.16 % en autoaceptación 18.55 % en relaciones positivas 18.75 % en dominio del entorno 15.23 % en autonomía 15.23 % en propósitos en la vida 11.91 % en crecimiento personal	Se presentó mayor porcentaje de estudiantes con valores de dominio del entorno bajo. Un nivel medio de bienestar psicológico general y en cada una de sus dimensiones. Se relaciona con menores niveles de angustia y síntomas psicopatológicos
				-Nivel medio de BP 67.57 % en autoaceptación 63.21 % en relaciones positivas 66.40 % en dominio del entorno 58 % en autonomía 66.9 % en propósitos en la vida 66.7 % en crecimiento personal	
				Nivel alto de BP. 13.98 % en Autoaceptación 16.9 % en relaciones positivas 4.84 % en dominio del entorno 25.7 % en autonomía 17.4 % en propósitos en la vida 21.2 % en crecimiento personal	

Nota: (BP) Bienestar psicológico, (AFC) Análisis factorial confirmatorio  
Fuente: Elaboración propia

## Discusión

En México se pueden encontrar estudios relacionados con el bienestar psicológico en estudiantes universitarios implementando la escala de Ryff (1989); no obstante, están enfocados en la adaptación y generación de estructuras factoriales a través de análisis exploratorios y confirmatorios, con la finalidad de



obtener modelos más viables y confiables (Rangel *et al.* 2017) que permitan explicar de una mejor manera el bienestar psicológico en esta población; además de las relación o efecto de otros constructos como la autoestima (Mesa-Fernández *et al.* 2019), autoconcepto físico, social, académico o actividad física (Barrera *et al.* 2018; Jiménez *et al.* 2020; Jurado *et al.* 2017; Valenzuela, 2015). En efecto, los resultados arrojaron más de cien artículos que plantean esta temática.

Sin embargo, en nuestra búsqueda, solo encontramos cuatro estudios que tuviesen como objetivo analizar el grado de bienestar psicológico y que muestren datos expresados de manera textual o indicando si estos valores son altos, medios o bajo en la escala global o por dimensión de estudiantes universitarios mexicanos al utilizar la escala de bienestar psicológico de Ryff (1989), independientemente si se realizan o no adecuaciones a su modelo propuesto a través de análisis estadísticos exploratorios y confirmatorios. Es importante recalcar que la escala de Ryff (1989), utilizada en los cuatro estudios, presenta consistencia interna de Alfa de Cronbach de entre 0.61 a 0.91. Hernández-Sampieri *et al.* (2010), Polit y Hungler (2000), Oviedo y Campo (2005) y González-Alonso y Pazmino-Santacruz (2015), consideran que un alfa de Cronbach por encima de 0.7 es aceptable. Por lo tanto, podemos decir que los instrumentos para medir el bienestar psicológico de los artículos analizados se encuentran dentro de los valores estándares de confiabilidad, no así de validez, ya que solo Delgado *et al.* (2020) y Viramontes *et al.* (2018) hacen uso del análisis factorial confirmatorio buscando el mejor ajuste, y Delgado *et al.* (2020) usa una escala de 4 dimensiones y 30 ítems, la cual favoreció a esta población (Jurado *et al.* 2017). Por el contrario, si se presentaran inconsistencias, éstas pudieran ser por aspectos sociales, culturales o personales de los universitarios (Thomas *et al.* 2007). Lo mencionado en el párrafo anterior está relacionado con otros estudios como los de Casullo y Castro (2002), Pérez *et al.* (2010) y Winefield *et al.* (2012) en donde la validez y la confiabilidad de las escalas utilizadas se presenta sin inconsistencias, esto debido a que existe una ausencia



de problemas como el estrés, la desmotivación, angustias u conflictos personales de índole psicológica en los estudiantes.

Por otra parte, también Sandoval et al. (2017) plantean que se debe tener cuidado con los datos encontrados y seguir monitoreando al alumnado para descubrir aspectos de su vida como la ansiedad, cambios de amistades, estrés, problemas en la familia, económicos o de cualquier índole personal; o la presencia de otras situaciones adversas en sus vidas que no puedan controlar. Algo similar sucede con Cardoso et al. (2020), quienes reportan niveles bajos en la escala global, debido a las edades de los jóvenes universitarios, su entorno, la nueva experiencia universitaria y algunos desajustes socioemocionales (Pérez et al. 2010).

En relación con los datos por género, Delgado et al. (2020) reportan que las mujeres universitarias presentan niveles medios, tanto de manera global como en las dimensiones de autoaceptación y relaciones positivas, pero niveles bajos en autonomía, crecimiento personal y dominio del entorno. Esto en concordancia con el estudio de Zubieta et al. (2012), en el cual las mujeres universitarias arrojan mayor puntaje en relaciones positivas, con diferencias en dominio del entorno, presentando niveles bajos. Es posible que esto se deba a la capacidad de la mujer para mantener un equilibrio emocional, mayor satisfacción por las cosas, mantener metas y desafíos a corto y largo plazo, además de tener la peculiaridad de poder contribuir de una manera más fácil en la vida de las personas (Park y Jeong, 2015). Sin embargo, Mayordomo et al. (2016) mencionan que valores bajos en las dimensiones de autonomía y dominio del entorno en las mujeres pudieran estar causados por aspectos depresivos, el estereotipo o estilos cognitivos negativos propios del comportamiento femenino en algunas etapas de la vida, más presentes con el aumento de la edad en ellas; lo contrario a los hombres que puntúan valores más elevados.

Viramontes et al. (2018) registraron valores altos en autonomía y crecimiento personal, haciendo alusión a la personalidad de la mujer y su impulso personal para lograr sus metas, parecido a lo encontrado



por Del Valle *et al.* (2015) y Sandoval *et al.* (2017). Cabe mencionar que Contreras *et al.* (2017), al igual que de Cardoso *et al.* (2020), no hacen referencia a datos sobre niveles entre hombres y mujeres por dimensión, únicamente global. Solo los estudios de Delgado *et al.* (2020) y Viramontes *et al.* (2018) presentaron niveles bajos en los hombres por factor en comparación con las mujeres, aunque sin diferencias significativas. Los diferentes valores encontrados en los estudios analizados pueden estar derivados de múltiples situaciones, como la edad, sexo, factores sociales, culturales y geográficos, ya que la variable del bienestar psicológico es un constructo multifactorial (Casullo y Castro, 2002; Pérez *et al.* 2010; Winefield *et al.* 2012).

## **Conclusiones**

La presente investigación tuvo como objetivo realizar una revisión sistemática para encontrar estudios que mostraran el grado de bienestar psicológico global y por dimensiones de estudiantes universitarios mexicanos, expresado en niveles bajos, medios o altos al utilizar la escala de bienestar psicológico de Carol Ryff. Esto con la finalidad de entender en qué estado se encuentra las poblaciones estudiantiles del nivel superior. De acuerdo con los resultados, podemos afirmar que los alumnos que participaron en estos estudios cuentan con un grado medio en los puntajes globales de la escala de bienestar psicológico. Y, de acuerdo con el género, se observan mayores niveles de bienestar psicológico en las mujeres que en los hombres. Pese a esto, al observar los análisis por dimensión, se muestran resultados de bajos a medios en diferentes porcentajes de los universitarios.

También, esta revisión permitió observar que existen muchos estudios relacionados con la adaptación y generación de estructuras factoriales y con la generación de nuevos modelos a través de análisis exploratorios y confirmatorios. Estos, por exclusión, no se analizaron, ya que solo hablan de propiedades psicométricas o adecuaciones estructurales para generar nuevos modelos y no muestran datos del grado de



bienestar psicológico de las muestras analizadas. Por tanto, se encontraron muy pocos estudios sobre el grado de bienestar psicológico en esta población.

Generar nuevos modelos es conveniente para tener mejores acercamientos al constructo; no obstante, no se debe quedar solo en la generación de nuevas estructuras, sino llegar a su aplicación y obtener datos de ese bienestar. Por eso se expone la necesidad de medir esta variable, su comportamiento y el estado en universitarios desde la esencia y puntuaciones de la escala para tener una idea de cómo se encuentran las poblaciones analizadas. El estudio del bienestar psicológico en estudiantes universitarios es de suma importancia, ya que observar cuales son los niveles de este constructo en esta población puede ayudar a las instituciones, tutores o guías estudiantiles a llevar a cabo estrategias y plantearse metas que permitan fortalecer las dimensiones del bienestar psicológico en las que se encuentren vulnerables los universitarios. Esto con la finalidad de mejorar el desempeño académico y su desarrollo personal.

## **Conflicto de intereses**

Los autores declaran no tener conflicto de intereses para la publicación de este artículo.

## **Financiamiento**

El presente artículo no conto con financiamiento interno ni externo de alguna institución.

## **Agradecimientos**

Los autores del presente estudio agradecen a todos los docentes de la Facultad de Ciencias de la Cultura Física y de la Universidad Autónoma de Chihuahua por participar en este estudio.



## Referencias

- Barrera, F., Sotelo, M., Barrera, R. y Sánchez, J. (2018). Bienestar psicológico y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 1(2), 245-251. <https://www.revistacneip.org/index.php/cneip/article/view/42>
- Butler, J. y Kern, M. (2016). The PERMA-Profilers: A Brief Multidimensional Measure of Flourishing. *International Journal of Wellbeing*, 6(3), 1-48. <https://doi.org/10.5502/ijw.v6i3.526>
- Canedo, C., Andrés, M., Canet-Juric, L. y Rubiales, J. (2019). Influencia de las estrategias cognitivas de regulación emocional en el bienestar subjetivo y psicológico en estudiantes universitarios. *Liberabit*, 25(1), 25-40. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=68660129003>
- Cansoy, R., Parlar, H. y Turkoglu, M. (2020). A Predictor of Teachers' Psychological Well-Being: Teacher Self-Efficacy. *International Online Journal of Educational Sciences*, 12(4), 41-55. <http://dx.doi.org/10.15345/iojes.2020.04.003>
- Cardoso, D., Garduño, Y. y Pérez, M. (2020). Bienestar psicológico y su influencia en el rendimiento académico en estudiantes de administración. *Revista de Investigación Latinoamericana en Competitividad Organizacional*, 8(4), 1-11. <https://www.eumed.net/rev/rilco/08/bienestar-psicologico.html>
- Carranza, F., Hernandez, R. y Alhuay, J. (2017). Bienestar psicológico y rendimiento académico en estudiantes de pregrado de psicología. *Revista Internacional de Investigación en Ciencias Sociales*, 13(2), 133-146. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6246945>
- Casullo, M. M. y Castro-Solano, A. (2000). Evaluación del bienestar psicológico en estudiantes adolescentes argentinos. *Revista de Psicología*, 18(1), 35-68. <https://doi.org/10.18800/psico.200001.002>
- Casullo, M. y Castro, A. (2002). Patrones de personalidad, síndromes clínicos y bienestar psicológico en adolescentes. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 7(2), 129-140. <https://doi.org/10.5944/rppc.vol.7.num.2.2002.3927>
- Collas, D. y Cuzcano, S. (2019). *Estrategias de afrontamiento ante el estrés y bienestar psicológico en estudiantes universitarios de una institución privada de Lima Este, 2018* [Tesis de licenciatura]. Universidad Peruana Unión. <https://repositorio.upeu.edu.pe/handle/20.500.12840/1906>
- Contreras, M., De León, A., Martínez, E., Peña, E. M., Marques, L. y Gallegos, J. (2017). Psychopathological Symptoms and Psychological Wellbeing in Mexican Undergraduate Students. *International Journal of Social Science Studies*, 5(6), 30-35. <https://doi.org/10.11114/ijsss.v5i6.2287>



- Delgado, C., Rodríguez, A., Córdoba, R. L. y Vázquez, F. D. (2020). Bienestar psicológico en médicos residentes de una universidad pública en México. *Universitas Medica*, 6(12), 1-9. <https://doi.org/10.11144/Javeriana.umed61-2.bpsi>
- Del Valle, M. V., Hormaechea, F. y Urquijo, S. (2015). El bienestar psicológico: diferencias según sexo en estudiantes universitarios y diferencias con población general. *Revista Argentina de Ciencias del Comportamiento*, 7(3), 6-13. <https://www.redalyc.org/pdf/3334/333443343003.pdf>
- Díaz, D., Rodríguez-Carvajal, R., Blanco, A., Moreno-Jiménez, B., Gallardo, I., Valle, C. y van Dierendonck, D. (2006). Adaptación española de las escalas de bienestar psicológico de Ryff. *Psicothema*, 18(3), 572-577. <http://www.psicothema.com/psicothema.asp?id=3255>
- Diener, E. (2000). Subjective Well – Being: The Science of Happiness and a Proposal for A National Index. *American Psychologist*, 55(1), 34-43. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0003-066X.55.1.34>
- González Alonso, J. y Pazmiño Santacruz, M. (2015). Cálculo e interpretación del alfa de Cronbach para el caso de validación de la consistencia interna de un cuestionario, con dos posibles escalas tipo Likert. *Revista Publicando*, 2(1), 62-67. <https://nbn-resolving.org/urn:nbn:de:0168-ssoar-423821>
- González-Rivera, J., Quintero-Jiménez, N., Veray-Alicea, J. y Rosario-Rodríguez, A. (2016). Adaptación y validación de la escala de bienestar psicológico de Ryff en una muestra de adultos puertorriqueños. *Salud y Conducta Humana*, 3(1), 1-14. [https://www.researchgate.net/publication/311965604\\_Adaptacion\\_y\\_Validacion\\_de\\_la\\_Escala\\_de\\_Bienestar\\_Psicologico\\_de\\_Ryff\\_en\\_una\\_Muestra\\_de\\_Adultos\\_Puertorriquenos](https://www.researchgate.net/publication/311965604_Adaptacion_y_Validacion_de_la_Escala_de_Bienestar_Psicologico_de_Ryff_en_una_Muestra_de_Adultos_Puertorriquenos)
- Hernández-Sampieri, R., Fernández-Collado, C. y Baptista Lucio, M. P. (2010). *Metodología de la investigación* (4.ª edición). McGraw Hill.
- Jiménez, C., Enrique, J., Solano-Pinto, N., Ornelas, M. y Blanco, H. (2020). Relaciones entre autoconcepto y bienestar psicológico en universitarias mexicanas. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación*, 2(55), 59-70. <https://www.aidep.org/sites/default/files/2020-04/RIDEP55-Art5.pdf>
- Jurado, P. J., Benitez, Z. P., Mondaca, F., Rodríguez, J. y Blanco, J. R. (2017). Análisis de las propiedades psicométricas del cuestionario de bienestar psicológico de Ryff en universitarios mexicanos. *Acta Universitaria*, 27(5), 76-82. <https://doi.org/10.15174/au.2017.1648>
- Keyes, C. (2006). Subjective Well-Being in Mental Health and Human Development Research Worldwide: An Introduction. *Social Indicators Research*, 77, 1-10. <https://link.springer.com/article/10.1007/s11205-005-5550-3>



- Linares-Espinós, E., Hernández, V., Domínguez-Escrig, J. L., Fernández-Pello, S., Hevia, V., Mayor, J., Padilla-Fernández, B. y Ribal, M. J. (2018). Metodología de una revisión sistemática. *Actas Urológicas Españolas*, 42(8), 499-506. <https://medes.com/publication/138909>
- Massone, A. y Urquijo, S. (2014). Bienestar psicológico en estudiantes de la universidad nacional de mar del plata, argentina, según la edad y el género. *Salud y sociedad*, 5(3), 274-280. <https://doi.org/10.22199/S07187475.2014.0003.00003>
- Mayordomo, T., Sales, A., Satorres, E. y Meléndez, J. (2016). Bienestar psicológico en función de la etapa de vida, el sexo y su interacción. *Pensamiento Psicológico*, 14(2), 101-112. <https://psycnet.apa.org/record/2016-41140-008>
- Mesa-Fernández, M., Pérez-Padilla, J., Nunes, C. y Menéndez, S. (2019). Bienestar psicológico en las personas mayores no dependientes y su relación con la autoestima y la autoeficacia. *Ciência y Saúde Coletiva*, 24(1), 115-124. <https://doi.org/10.1590/1413-81232018241.35302016>
- Oviedo, H. y Campo, A. (2005). Aproximación al uso del coeficiente alfa de Cronbach. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 34(4), 572-580. <https://psycnet.apa.org/record/2006-07750-007>
- Park, H. J. y Jeong, D. Y. (2015). Psychological Well-Being, Life Satisfaction, and Self-Esteem Among Adaptive Perfectionists, Maladaptive Perfectionists, and Nonperfectionists. *Personality and Individual Differences*, 72, 165-170. <http://dx.doi.org/10.1016/j.paid.2014.08.031>
- Pérez, M., Ponce, A., Hernández, J. y Márquez, B. (2010). Salud mental y bienestar psicológico en los estudiantes universitarios de primer ingreso de la Región Altos Norte de Jalisco. *Revista de Educación y Desarrollo*, 14(1), 31-37. [https://www.cucs.udg.mx/revistas/edu\\_desarrollo/anteriores/14/014\\_Perez.pdf](https://www.cucs.udg.mx/revistas/edu_desarrollo/anteriores/14/014_Perez.pdf)
- Polit, D. y Hungler, B. (2000). *Investigación científica en ciencias de la salud* (5ª ed.). McGraw-Hill.
- Rangel, Y., Mayorga, V., Peinado, P. y Barrón, J. C. (2017). Actividad física, autoconcepto físico y bienestar psicológico en estudiantes universitarias mexicanas. *Revista de Psicología del Deporte*, 26(2), 61-69. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=235152045009>
- Rodríguez-Carvajal, R., Díaz, D., Moreno-Jiménez, B., Blanco, A. y van Dierendonk, D. (2010). Vitalidad y recursos internos como componentes del constructo de bienestar psicológico. *Psicothema*, 22(1), 63-70. <https://reunido.uniovi.es/index.php/PST/article/view/9002>
- Ryan, R. y Deci, E. (2001). On Happiness and Human Potentials: A Review of Research on Hedonic and Eudaimonic Well-Being. *Annual Review of Psychology*, 52(1), 141-166. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.141>



- Ryff, C. (1989). Beyond Ponce de Leon and Life Satisfaction: New Directions in Quest of Successful Ageing. *International Journal of Behavioral Development*, 12(1), 35-55. <https://doi.org/10.1177/016502548901200102>
- Ryff, C. y Keyes, C. (1995). The Structure of Psychological Well-Being Revisited. *Journal of Personality and Psychology*, 69(4), 719-727. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0022-3514.69.4.719>
- Sánchez-Cánovas, J. (2007). *Manual escala de bienestar psicológico*. TEA Ediciones.
- Sánchez-Cánovas, J. (2013). *Manual escala de bienestar psicológico*. TEA Ediciones.
- Sandoval, S., Dorner, A. y Véliz, A. (2017). Bienestar psicológico en estudiantes de carreras de la salud. *Investigación en Educación Médica*, 6(24), 260-266. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=349753310008>
- Thomas, M., L., D., Huntington, J., Lawson, K., Novotny, P., Sloan, J. y Shanafelt, T. (2007). How Do Distress and Well-being Relate to Medical Student Empathy? A Multicenter Study. *Journal of General Internal Medicine*, 22(2), 177-183. <https://link.springer.com/article/10.1007/s11606-006-0039-6>
- Valenzuela, J. E. (2015). Bienestar psicológico en una muestra de estudiantes universitarios mexicanos. *Psicumex*, 5(2), 4-19. <https://doi.org/10.36793/psicumex.v5i2.278>
- Viramontes, D., Ávila, M., Lara, M., Jiménez, M. C. y Martell, J. (2018). Bienestar psicológico y noviazgo en universitarios del estado de Zacatecas. *Perspectivas Sociales*, 2(1), 37-51. <https://perspectivassociales.uanl.mx/index.php/pers/article/view/37>
- Winefield, H., Gill, T., Taylor, A. y Pilkington, R. (2012). Psychological Well-Being and Psychological Distress: Is It Necessary to Measure Both? *Psychology of Well-Being: Theory, Research and Practice*, 2(3), 2-14. <https://psywb.springeropen.com/articles/10.1186/2211-1522-2-3>
- Zubieta, E. M., Muratori, M. y Fernández, O. D. (2012). Bienestar subjetivo y psicosocial: explorando diferencias de género. *Salud y Sociedad*, 3(1), 66-76. <https://doi.org/10.22199/S07187475.2012.0001.00005>

**Cómo citar este artículo:** Ramírez Enríquez, S. I., Quintana Arroyo, P., & Barrón Luján, J. C. (2023). Bienestar psicológico, global y por dimensión en universitarios mexicanos: revisión sistemática. *Psicumex*, 13(1), 1–17. e485. <https://doi.org/10.36793/psicumex.v13i1.485>

