

**BURNOUT ESTUDIANTIL Y CALIDAD DE VIDA EN ESTUDIANTES DE
PSICOLOGÍA DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE LIMA SUR**

Student burnout and quality of life in psychology students at a private university in South
Lima

Alessandra Chahua O.*

<https://orcid.org/0000-0002-7109-4142>

Universidad Autónoma del Perú

ABSTRACT

Study whose purpose was to determine the relationship between burnout constructs and quality of life in university students from a higher institution located in a district of southern Lima. The method corresponds to non-experimental, transversal designs at a comparative correlational level. The sample was made up of 200 university students between the ages of 16 and 48, corresponding to men and women. The Barraza Unidimensional Student Burnout Scale adapted by Gomez (2017) and the Olson and Barnes Quality of Life Scale adapted by Grimaldo (2009) were used as instruments. The analysis of the data showed an association between the variables in an inverse manner at a moderate and highly significant level ($p < .01$; $r_s = -.499$). On the other hand, it is evident that 43.5% of the sample are grouped in the medium level category. It is finally concluded that the greater the intensity of the perception of student burnout, the quality of life will be perceived in a lower intensity.

Keywords: student burnout, quality of life, university students.

* Correspondencia: Alessandra de los Ángeles Chahua Ochante; U. Autónoma del Perú
Mail: * alessandrachahuaochante@gmail.com

RESUMEN

Estudio cuya finalidad fue determinar la relación entre los constructos burnout con calidad de vida en universitarios de una institución superior ubicada en un distrito de Lima sur. El método corresponde a los diseños no experimentales, transversal a nivel comparativo correlacional. La muestra estuvo conformada por 200 estudiantes universitarios entre un rango de edad de 16 a 48 años de edad correspondiendo a varones y mujeres. Se utilizó como instrumentos la Escala Unidimensional de Burnout Estudiantil de Barraza adaptada por Gomez (2017) y la Escala de Calidad de Vida de Olson y Barnes adaptada por Grimaldo (2009). El análisis de los datos mostraron una asociación entre las variables de manera inversa a un nivel moderado y altamente significativo ($p < .01$; $r_s = -.499$). Por otro lado se evidencia que un 43.5% de la muestra se encuentran agrupados en la categoría de nivel medio. Se concluye finalmente a a mayor intensidad de percepción de burnout estudiantil, la calidad de vida será percibida en menor intensidad.

Palabras clave: burnout estudiantil, calidad de vida, estudiantes universitarios.

RESUMO

Estudo cujo objetivo foi determinar a relação entre os construtos de burnout e a qualidade de vida em estudantes universitários de uma instituição superior localizada em um bairro do sul de Lima. O método corresponde a desenhos transversais não experimentais em nível correlacional comparativo. A amostra foi composta por 200 estudantes universitários com idades entre 16 e 48 anos, correspondentes a homens e mulheres. Foram utilizados como instrumentos a Escala Unidimensional de Burnout Estudantil Barraza adaptada por Gomez (2017) e a Escala de Qualidade de Vida de Olson e Barnes adaptada por Grimaldo (2009). A análise dos dados mostrou associação entre as variáveis de forma inversa em nível moderado e altamente significativo ($p < 0,01$; $r_s = -0,499$). Por outro lado, evidencia-se que 43,5% da amostra estão agrupados na categoria de nível médio. Conclui-se, por fim, que quanto maior for a intensidade da percepção do esgotamento estudantil, a qualidade de vida será percebida em menor intensidade.

Palavras-chave: burnout estudantil, qualidade de vida, estudantes universitários.

INTRODUCCIÓN

Actualmente, muchos estudiantes universitarios presentan dificultades como desgaste o agotamiento físico y mental, que a su vez, conllevan a una consecuencia social, estas dificultades se agudizan por el contexto de pandemia que estamos viviendo en la actualidad, es así como hoy en día se registra abandono académico por la gran carga de estrés, en donde se origina el burnout estudiantil, generando malestares a nivel físico y psicológico, desmotivación a nivel académico, incapacidad para realizar los deberes académicos y pensamientos negativos frente al estudio. Según la plataforma digital del Gobierno del Perú (2019) muestra que en un estudio realizado por el Ministerio de Educación y el Ministerio de Salud del Perú reportan que los universitarios de diversas universidades peruanas presentan problemas con su salud mental y los casos más frecuentes son de violencia con un 52%, estrés con 79% y ansiedad con el 82%.

De la misma manera, un aspecto importante de los estudiantes es su calidad de vida, debido a la carga sustancial de la satisfacción de sus habilidades, capacidades y cualidades como estudiantes. Existe la preocupación de planificar y organizar un plan de vida, sumado a ello, la presión familiar y social de acabar rápidamente la carrera para introducirse al mercado laboral, todas estas situaciones podrían afectar a la adaptación o el desempeño académico de los estudiantes. En el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI, 2017) describe que de cada 100 jóvenes del país 18 no trabajan ni estudian. En la zona rural el 14,4% y la zona urbana el 18,4% se encuentran de la misma manera. Es decir, solo el 36% de jóvenes de 29 a 15 de años son estudiantes en una institución superior. Se evidencia que no existe una adecuada calidad de vida, ya que los jóvenes no presentarían un bienestar general y no estarían cubriendo sus dominios personales. La investigación es influenciada por los antecedentes encontrados tales como el estudio de Rivera (2018) quien encontró una correlación entre el burnout estudiantil y calidad de vida en estudiantes universitario. A su vez otro estudio similar es el de Eguía (2020) donde se observó relación de las actitudes frente a la Pandemia por la COVID - 19 y la calidad de vida en estudiantes.

Por ello, nace el interés de investigar a los universitarios que se hallan sometidos a una mayor presión y, por consiguiente, a un agotamiento físico y mental, actualmente muchos de ellos tienen el problema como disminución del rendimiento académico o abandono de sus estudios, entrando en conflictos continuamente con docentes, padres y/o ellos mismos, lo cual puede afectar su calidad de vida y llegar a mostrar no solo malestar a nivel estudiantil sino también a nivel familiar y personal.

METÓDO

Diseño

La siguiente investigación se trata de un diseño no experimental, debido a que no se manipulan las variables (Kerlinger y Lee, 2002).

Participantes

La investigación tuvo una población estudiantil de 1605 con las siguientes características: sexo femenino y masculino de la carrera de psicología desde el primer al décimo primer ciclo matriculados en el año 2021 – I, en las edades de 16 a 48 años de una universidad privada de Lima Sur.

Se calculó la muestra con la fórmula de investigaciones correlacionales, siendo la fórmula que se presenta a continuación donde el nivel de significancia al 97,5% ($Z_{\alpha}= 2.576$), poder estadístico ($Z_{\beta}= 1.282$) y tamaño de efecto (.27), reemplazando estos datos a la formula se tendría como tamaño de muestra 200 estudiantes.

El muestreo que se empleo fue no probabilístico por convivencia, debido a que todos los estudiantes que respondieron aceptaron ser incluidos en accesibilidad con su participación en el estudio (Otzen y Manterola, 2017).

Instrumentos

Se utilizó como instrumento la Escala unidimensional del burnout estudiantil (EUBE), desarrollado en principio por Barraza (2008), la escala en Perú, fue adaptada por Gómez en el 2017. Con respecto a su confiabilidad obtuvo en el Omega de McDonald's ($\omega = .952$) y en el Alfa de Cronbach's ($\alpha = .951$). La validez de la escala fue revisada bajo el método de análisis factorial exploratorio. Los análisis diagnósticos fueron el KMO (.960) y la Prueba de esfericidad de Bartlett ($\chi^2= 105,000$, $gl = 105$, $p > .001$).

También se utilizó la Escala de Calidad de Vida de Olson y Barnes (1982), la escala fue adaptada en Perú por Grimaldo en el 2003. La escala posee una alta fiabilidad obteniendo en Omega de McDonald's y en el Alfa de Cronbach's de .933. La validez fue revisada bajo el método de análisis factorial confirmatorio. Los análisis diagnósticos fueron la prueba de esfericidad de Bartlett ($\chi^2= 453,177$, $gl = 300$, $p > .001$).

Procedimientos

Para evaluar a los estudiantes universitarios se aplicaron los instrumentos de medición, que fueron realizados en formulario Google para luego mandarlos por un link a los correos electrónicos y WhatsApp. Todas las evaluaciones fueron realizadas por estudiantes de psicología del primero al décimo primer ciclo.

Se envió un consentimiento informado donde se observó la información del estudio y datos de la autora. Posteriormente, los participantes resolvieron los cuestionarios, en algunos casos hubo ciertas dudas con respecto a los instrumentos de estudio, las cuales se resolvieron inmediatamente.

Análisis de datos

En relación a los análisis de los datos estadísticos se procedió a reclutar los resultados de la muestra de este estudio mediante el formulario Google. Una vez recolectada la información se extrajo los resultados en Excel, ya con los datos debidamente revisados se trasladó al programa estadístico JASP con el fin de obtener los resultados estadísticos del estudio. Es así como se dirigió a verificar y precisar la validez con el Análisis Factorial Exploratorio (AFE) y Análisis Factorial Confirmatorio, como también, la confiabilidad obteniendo el Omega de McDonald's y en el Alfa de Cronbach de las variables, además, mediante el programa estadístico *IMB SPSS 25* se desarrolló la prueba de normalidad de las variables donde se pudo afirmar la distribución no normal de los datos recolectados, para el cual se utilizó el estadístico no paramétrico de Spearman, luego se procedió a abordar los análisis descriptivos y de correlación. Finalmente, los resultados estadísticos fueron presentados en tablas con formato APA.

RESULTADOS

Nivel de burnout estudiantil en estudiantes de psicología

Tabla 1

Niveles de burnout estudiantil

Niveles	<i>f</i>	%
Ausencia	11	5.5
Baja	85	42.5
Media	87	43.5
Alta	17	8.5
Total	200	100

Nota. *f* = frecuencia, % = porcentaje

En la tabla 1, se visualiza la predominancia del nivel medio de burnout estudiantil en estudiantes de psicología (43.5%), siguiendo con un 42.5% que representa un nivel bajo.

Tabla 2
Niveles de burnout estudiantil según sexo

Sexo	Niveles	<i>f</i>	%
Hombre	Ausencia	4	5.0
	Baja	32	40.0
	Media	33	41.3
	Alta	11	13.8
	Total	80	100
Mujer	Ausencia	7	5.8
	Baja	53	44.2
	Media	54	45.0
	Alta	6	5.0
	Total	120	100

Nota. *f* = frecuencia, % = porcentaje

En la tabla 2 se observa que los hombres de la población del estudio tienen un 41.3 % que representa el nivel bajo de burnout estudiantil y en mujeres predomina de la misma manera el nivel medio con un 45.0 % en burnout estudiantil.

Nivel de calidad de vida en estudiantes de psicología

Tabla 3
Niveles de calidad de vida

Niveles	<i>f</i>	%
Bajo	40	20.0
Medio	114	57.0
Alto	46	23.0
Total	200	100

Nota. *f* = frecuencia, % = porcentaje

Se observa en la tabla 3, un predominio del nivel medio en estudiantes de psicología representado por el 57 %, seguido por un 23% que representa nivel alto, y 20% resulta tener una calidad de vida baja.

Tabla 4*Niveles de calidad de vida según sexo*

Sexo	Niveles	<i>f</i>	%
Hombre	Bajo	19	23.8
	Medio	41	51.2
	Alto	20	25.0
	Total	80	100
Mujer	Bajo	21	17.5
	Medio	73	60.8
	Alto	26	21.7
	Total	120	100

Nota. *f* = frecuencia, % = porcentaje

En la tabla 4, se visualiza que predomina en los hombres el nivel medio representado por el 51.2%, de la misma forma las mujeres encuestadas en el estudio el nivel predominante es el nivel medio con un 60.8 %.

Burnout estudiantil y las dimensiones de calidad de vida en estudiantes de psicología

Tabla 5*Correlación entre el burnout estudiantil y las dimensiones de calidad de vida*

Variable/Dimensiones	<i>n</i>	<i>r_s</i> [IC95%]	<i>p</i>	<i>TE</i>
Burnout estudiantil - Dimensión hogar y bienestar económico (Dominio 1)	200	-.394 [-.506, -.271]	< .001	.15
Burnout estudiantil - Dimensión amigos, vecindario y comunidad (Dominio 2)	200	-.318 [-.437, -.187]	< .001	.10
Burnout estudiantil - Dimensión vida familiar y familia extensa (Dominio 3)	200	-.464 [-.566, -.348]	< .001	.21
Burnout estudiantil - Dimensión educación y ocio (Dominio 4)	200	-.529 [-.622, -.422]	< .001	.27
Burnout estudiantil - Dimensión medios de comunicación (Dominio 5)	200	-.255 [-.381, -.121]	< .001	.06
Burnout estudiantil - Dimensión religión (Dominio 6)	200	-.372 [-.486, -.246]	< .001	.13
Burnout estudiantil - Dimensión salud (Dominio 7)	200	-.488 [-.587, -.374]	< .001	.23

Nota. *n*=muestra, *r_s*=coeficiente de correlación de Spearman, *IC*: intervalo de confianza, *p*= probabilidad de significancia, *TE*= tamaño de efecto

En la tabla 5, se observa la existencia de una relación altamente significativa ($p < .01$) entre burnout estudiantil y las dimensiones de calidad de vida, siendo todas de relación negativa. Además, el tamaño de efecto es pequeño y se evidencia una relación moderada en la dimensión educación y ocio (Dominio 4) con el burnout estudiantil ($r_s = -.529$).

Burnout estudiantil y calidad de vida en estudiantes de psicología

Tabla 6

Correlación entre el burnout estudiantil y la calidad de vida

Variables	<i>n</i>	<i>r_s</i> [IC95%]	<i>p</i>	<i>TE</i>
Burnout estudiantil - Calidad de vida	200	-.499 [-.597,-.387]	< .001	.249

Nota. *n*=muestra, *r*=coeficiente de correlación de Spearman, *IC*: intervalo de confianza, *p*= probabilidad de significancia, *TE*= tamaño de efecto

En la tabla 6 se visualiza que existe relación altamente significativa entre burnout estudiantil y calidad de vida ($p < .01$), siendo esta relación negativa. Además, el tamaño de efecto es pequeño ($TE = .249$), pudiéndose afirmar que a mayor burnout estudiantil menor será la calidad de vida de los estudiantes de psicología. Por tanto, observando todos los datos en conjunto se rechaza la hipótesis nula y acepta la hipótesis alterna.

DISCUSIÓN

Uno de los descubrimientos más importantes en la presente tesis es haber comprobado la existencia de relación entre las variables ($r_s = -.499$, $p < .001$), pudiéndose afirmar que a mayor burnout estudiantil menor será la calidad de vida de los estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Sur, es decir que el estado de agotamiento emocional e intelectual y corporal fruto de las situaciones de estrés que pasan los estudiantes, tiene relación con la calidad de vida que es la percepción de las posibilidades que brinda el espacio en que vive el sujeto y la realización de actividades en sus vidas diarias, para alcanzar su satisfacción. Similares resultados fueron encontrados por Rivera (2018) quien realizó un estudio con estudiantes universitarios hallando que existe una relación muy significativa ($p < .01$), negativa y en grado medio, entre burnout estudiantil y calidad de vida en los estudiantes. A su vez, es apoyado por Maslach et al. (2001) quienes refieren que el burnout es una contestación a estresores interpersonales crónicos, donde los síntomas predominantes de esta reacción se caracterizan por la presencia de burnout excesivo. De la misma manera, Olson y Barnes (1982, como se citó en Grimaldo, 2003) declaran que la calidad de vida es la forma que el individuo

presenta un bienestar general y percibe sus dominios personales, tales como educación, vivienda, salud, relaciones sociales, religión y actividades recreativas, de una manera satisfactoria.

Los estudiantes se enfrentan a la vida académica con responsabilidades, proyectos, tareas, investigaciones, trabajos en grupos, etc. Estos tipos de situaciones pueden conllevar a tener problemas psicológicos en su nivel académico, es así como puede afectar en su calidad de vida en sus diversos factores, ya que los estudiantes no podrían tener una satisfacción a nivel social, familiar y personal. Por la cual, se evidencia la existencia de una relación altamente significativa ($p < .01$) entre burnout estudiantil y las dimensiones de calidad de vida, siendo todas de relación negativa. Además, el tamaño de efecto es pequeño y se evidencia una relación moderada en la dimensión educación y ocio (Dominio 4) con el burnout estudiantil ($r_s = -.529$). Si bien es cierto, lo sostenido por algunos investigadores como Olson y Barnes (1982) que refieren que los dominios se enfocan en un aspecto específico de las experiencias importantes, como la vida de pareja y en familia, grupo de amigos, casa, educacional, laboral, religión, etc. Cada persona tiene una manera de lograr satisfacer los dominios, esta constituirá según su perspectiva individual y subjetiva, de modo que, la persona sepa como satisfacer sus necesidades y lograr sus beneficios en su espacio. Por el contrario, Veramendi et al. (2020) en su estudio con universitarios en tiempos de COVID - 19, se identificó que cada una de sus dimensiones tuvieron puntuaciones promedio, donde se vio una elevada diferencia las dimensiones de desarrollo personal y autodeterminación personal, hallándose una calidad de vida adecuada en los estudiantes. Por lo antes expuesto, se muestra el apoyo de los autores mencionados en los resultados del estudio, eso quiere decir que se acepta la hipótesis alterna, confirmando que existe conexión entre las dimensiones de calidad de vida y el burnout estudiantil en los estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Sur. Asimismo, se afirma entonces la importancia de la repercusión del burnout estudiantil en los siete dominios de la calidad de vida en los estudiantes.

Muchos estudiantes presentan dificultades en su vida estudiantil, donde muestran ciertos problemas como el agotamiento emocional o físico, que en consecuencia llegan a un abandono académico. Es por ello que, en el presente estudio se halló que en el burnout estudiantil agrupado ambos sexos el 43,5% de estudiantes presenta un nivel medio, seguido del 42,5% que representa un nivel bajo de burnout estudiantil. Asimismo, la muestra del sexo masculino predomina el nivel bajo con un 41,3 % el nivel bajo y en el sexo femenino predomina el nivel medio con un 45,0 % en burnout estudiantil, es decir, que se evidencia que los

estudiantes en su gran mayoría adquieren una elevada carga de estrés mediante su desarrollo, es donde se origina el burnout estudiantil generando malestares a nivel físico y psicológico, desmotivación a nivel académico, incapacidad para realizar los deberes académicos y pensamientos negativos frente al estudio. Los resultados encontrados concuerdan con el autor Huaccha (2016) quien en su estudio con estudiantes de Trujillo halló que existe una preponderancia en la categoría promedio en tres dimensiones de porcentajes entre 46,8 % y 48 %. Asimismo, esto es corroborado por Barraza (2011) quien refiere que, los estudiantes generan un deterioro de energía, que conlleva a la activación de estrés, ansiedad o desesperación al momento de enfrentar su medio. Por ello, queda claro la validación de los resultados hallados reforzado por el autor mencionado, es decir, se identifica el nivel del burnout estudiantil en la muestra del estudio.

Otro factor importante para los estudiantes es su calidad de vida, ya que debido a que es sustancial la satisfacción de sus habilidades, capacidades y cualidades como estudiantes, como también la realidad de su vida cotidiana y las condiciones de vida en las cuales se hallan. Existe la preocupación de planificar y organizar un plan de vida, sumado a ellos la presión familiar y social de acabar rápidamente la carrera para introducirse al mercado laboral, todas estas situaciones podrían afectar a la adaptación o desempeño académico en los estudiantes, es por ese motivo que con respecto al nivel de calidad de vida se halló que agrupado ambos sexos el 57 % de estudiantes presenta el nivel medio, seguido a ello un 23% que representa nivel alto, y 20% con un nivel bajo de calidad de vida. También, se puede apreciar que en el sexo masculino predomina el nivel medio con un 51.2%, en el sexo femenino predomina el nivel medio con el 60.8 %. Reforzando los resultados hallados por la presente investigación, está el estudio de Carbajal (2019) quien muestra que los estudiantes del sexo femenino el 35.7% y del sexo masculino con un 15.1% tienen un predominio en el nivel regular. A su vez, es corroborado por Grimaldo (2003), que refiere que la calidad de vida incide en aspectos diferentes de cada individuo, por lo que es de gran relevancia y estudiada por muchas disciplinas como la sociología, economía, antropología, psicología y entre otros que están interesados en su investigación. Por esta razón, la calidad de vida asume percepciones diversas a nivel conceptual y escalas cada vez más diferentes, porque son subjetivas y difieren de una persona a otra. Es por ello que, se confirma la validación de los resultados, ya que se identifica el objetivo descriptivo del nivel de calidad de vida en los estudiantes de psicología.

REFERENCIAS

- Barraza, A. (2008). Burnout estudiantil: un enfoque unidimensional. *Revista Psicología Científica.com*, 10(30), 1 - 8. <https://www.psicologiacientifica.com/burnout-estudiantil/>
- Barraza, A. (2011). Validación psicométrica de la escala unidimensional del burnout estudiantil. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*, 13 (2), 51-74. <http://hdl.handle.net/20.500.12799/1234>
- Carbajal, C. (2019). *Bienestar psicológico y calidad de vida en universitarios con diagnóstico de dolor lumbar* [Tesis de maestría, Universidad San Martín de Porres]. Repositorio Institucional USMP. <https://hdl.handle.net/20.500.12727/5320>
- Gobierno del Perú (2019). El Ministerio de Educación y el Ministerio de Salud trabajan con 21 universidades públicas en el cuidado de la salud mental. *Plataforma digital del estado peruano*. <https://www.gob.pe/institucion/minedu/noticias/52741-minedu-y-el-minsa-trabajan-con-21-universidades-publicas-en-el-cuidado-de-la-salud-mental>
- Gómez, D. (2017). *Propiedades Psicométricas de la Escala Unidimensional del Burnout Estudiantil, en estudiantes universitarios del distrito de Trujillo, 2017* [Tesis de licenciatura, Universidad César Vallejo]. Repositorio Institucional UCV. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/672>
- Grimaldo, M. (2003). *Adaptación de la Escala de Calidad de Vida de Olson & Barnes* (1ª ed.). Universidad de San Martín de Porres. <https://libros.fcctp.usmp.edu.pe/escala-de-calidad-de-vida-de-olson-y-barnes/>
- Grimaldo, M. (29 de julio al 2 de agosto 2009). *Calidad de Vida y Afectos en escolares de Lima* [Discurso principal]. XXXII Congreso Interamericano de Psicología. Sociedad Interamericana de Psicología, Guatemala.
- Huaccha, E. (2016). *Burnout académico e inteligencia emocional en estudiantes de una universidad privada de Trujillo* [Tesis de licenciatura, Universidad Privada del Norte]. Repositorio Institucional UPN. <https://hdl.handle.net/11537/10104>
- Instituto Nacional de Estadística e Informática. (INEI, 2017). *36% de jóvenes de 15 a 29 años de edad cuentan con educación superior*. Instituto Nacional de Estadística e informática. <https://www.inei.gob.pe/prensa/noticias/36-de-jovenes-de-15-a-29-anos-de-edad-cuentan-con-educacion-superior-9978/>
- Kerlinger, F. N. y Lee, H. B. (2002). *Investigación del comportamiento. Métodos de investigación en ciencias sociales* (4ª ed.). McGraw-Hill.

<https://padron.entretemas.com.ve/INICC2018-2/lecturas/u2/kerlinger-investigacion.pdf>

- La Razón. (2018). *El 47% de los estudiantes españoles sufre ansiedad*. La Razón. <https://www.larazon.es/familia/el-47-de-los-estudiantes-espanoles-sufre-ansiedad-BB18916025/>
- Maslach C, Schaufeli W., & Leiter M. (2001). Job Burnout. *Annual Review of Psychology*, 1(52), 397-422. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.397>
- Numbeo. (2021). Índice de Calidad de Vida por País 2021 Mitad de año. *Numbeo* <https://es.numbeo.com/calidad-de-vida/clasificaciones-por-pa%C3%ADs>
- Olson D., & Barnes, H. (1982). *Calidad de Vida*. (Manuscrito no publicado).
- Otzen, T. y Manterola, C. (2017). Técnicas de Muestreo sobre una Población a Estudio. *Revista Internacional de Morfología*, 35 (1), 227-232. [10.4067 / S0717-95022017000100037](https://doi.org/10.4067/S0717-95022017000100037)
- Rivera, G. (2018). *Burnout estudiantil y calidad de vida en estudiantes de la facultad de ciencias económicas de una universidad privada de Trujillo* [Tesis de licenciatura, Universidad Privada Antenor Orrego]. Repositorio Institucional UPAO. <https://hdl.handle.net/20.500.12759/4547>
- Veramendi, N., Portocarrero, E. y Espinoza, F. (2020). Estilos de vida y calidad de vida en estudiantes universitarios en tiempo de Covid-19. *Revista Universidad y Sociedad*, 12(6), 1 - 6. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2218-36202020000600246