

**LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y  
Humanidades, Asunción, Paraguay**

ISSN en línea: 2789-3855, 2026

**Impacto de la Salud mental y el Bienestar Emocional  
en Estudiantes de Educación Superior Pedagógica,  
Ayacucho-Perú, 2026**

Impact of Mental Health and Emotional Well-being on Higher  
Education Pedagogical Students, Ayacucho-Peru, 2026

**Zeida Marianela Álvaro López**

zedial88@gmail.com

<https://orcid.org/000-0002-3427-3256>

Instituto de Educación Superior Pedagógico  
Público "Puquio"  
Ayacucho – Perú

**Genoveva Espejo Escalante**

gespejoe@gmail.com

<https://orcid.org/0009-0003-5837-1744>

Instituto de Educación Superior Pedagógico  
Público "Puquio"  
Ayacucho – Perú

**Carmen Poma Cerón**

carmenpomaceron@gmail.com

<https://orcid.org/0009-0005-7735-8443>

Instituto de Educación Superior Pedagógico  
Público "Puquio"  
Ayacucho – Perú

**Cipriana Ccallancho Calcina**

Ccallancho79@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0001-6876-5462>

Instituto de Educación Superior Pedagógico  
Público "Puquio"  
Ayacucho – Perú

**Karen Anabel Yupanqui Pacheco**

anabellyupanquipacheco@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0001-7597-4430>

Instituto de Educación Superior Pedagógico  
Público "Puquio"  
Ayacucho – Perú

**Régulo Montoya Cantoral**

montoyacantoralregulo@gmail.com

<https://orcid.org/0009-0009-5618-9109>

Instituto de Educación Superior Pedagógico  
Público "Puquio"  
Ayacucho – Perú

DOI: <https://doi.org/10.56712/latam.v7i3.5963>



Revista Latinoamericana de  
Ciencias Sociales y Humanidades

**Artículo recibido:** 20 de enero de 2026.  
**Aceptado para publicación:** 01 de junio de 2026.  
**Conflictos de Interés:** Ninguno que declarar.

**VOLUMEN VII**

DOI: <https://doi.org/10.56712/latam.v7i3.5963>

## **Impacto de la Salud mental y el Bienestar Emocional en Estudiantes de Educación Superior Pedagógica, Ayacucho-Perú, 2026**

Impact of Mental Health and Emotional Well-being on Higher Education Pedagogical Students, Ayacucho-Peru, 2026

**Zeida Marianela Álvaro López<sup>1</sup>**

zedial88@gmail.com

<https://orcid.org/000-0002-3427-3256>

Instituto de Educación Superior Pedagógico Público "Puquio"  
Ayacucho – Perú

**Geneviva Espejo Escalante**

gespejoe@gmail.com

<https://orcid.org/0009-0003-5837-1744>

Instituto de Educación Superior Pedagógico Público "Puquio"  
Ayacucho – Perú

**Carmen Poma Cerón**

carmenpomaceron@gmail.com

<https://orcid.org/0009-0005-7735-8443>

Instituto de Educación Superior Pedagógico Público "Puquio"  
Ayacucho – Perú

**Cipriana Ccallancho Calcina**

Ccallancho79@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0001-6876-5462>

Instituto de Educación Superior Pedagógico Público "Puquio"  
Ayacucho – Perú

**Karen Anabel Yupanqui Pacheco**

anabellyupanquipacheco@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0001-7597-4430>

Instituto de Educación Superior Pedagógico Público "Puquio"  
Ayacucho – Perú

**Régulo Montoya Cantoral**

montoyacantoralregulo@gmail.com

<https://orcid.org/0009-0009-5618-9109>

Instituto de Educación Superior Pedagógico Público "Puquio"  
Ayacucho – Perú

Artículo recibido: 20 de enero de 2026. Aceptado para publicación: 01 de junio de 2026.  
Conflictos de Interés: Ninguno que declarar.

### **Resumen**

La investigación, tuvo como propósito determinar la relación entre la salud mental y el bienestar emocional de los estudiantes de educación superior pedagógica, Ayacucho-2026. En cuanto a la metodología fue considerada con un enfoque cuantitativo no experimental, de tipo básico y de diseño descriptivo-correlacional, siendo la técnica una encuesta, el instrumento una ficha de encuesta con su cuestionario; con una población de 100 estudiantes y la muestra fue de 80, el muestreo fue

---

<sup>1</sup> Autora de referencia.


probabilístico estratificado, para la recolección de datos se utilizaron dos cuestionarios, uno por cada variable; validados por juicio de experto y cuya confiabilidad fue alta de 0,881 y de 0,905 respectivamente, fue valorada por el estadístico Alfa de Cronbach. Los resultados obtenidos se analizaron de manera descriptiva, específicamente en el nivel alto fueron; para el bienestar emocional un 42,5%, y para la salud mental un 40%. En el análisis inferencial, el valor de significancia fue  $0,000 < 0,05$  determinándose la existencia de una relación significativa entre variables. Asimismo, el vínculo fue moderado según Rho Sperman = 0,592, permitió concluir que existió relación entre la salud mental y el bienestar emocional de los estudiantes de educación superior pedagógica de la Región Ayacucho-2026.

*Palabras clave:* bienestar emocional, salud mental, bienestar cognitivo

## Abstract

The purpose of this research was to determine the relationship between mental health and emotional well-being among higher education teacher training students in Ayacucho, 2026. The methodology employed a non-experimental, quantitative approach, with a basic, descriptive-correlational design. Data was collected using a survey, with a questionnaire as the instrument. The population consisted of 100 students, and the sample comprised 80, selected through stratified probability sampling. Two questionnaires, one for each variable, were used for data collection. These questionnaires were validated by expert judgment and demonstrated high reliability (0.881 and 0.905, respectively), as assessed by Cronbach's alpha. The results were analyzed descriptively. Specifically, 42.5% of the students were at a high level of emotional well-being, and 40% were at a high level of mental health. In the inferential analysis, the significance value was  $0.000 < 0.05$ , indicating a significant relationship between variables. Furthermore, the correlation was moderate according to Spearman's Rho = 0.592, allowing us to conclude that a relationship existed between mental health and emotional well-being among higher education teacher training students in the Ayacucho Region in 2026.

*Keywords:* emotional well-being, mental health, cognitive well-being

Todo el contenido de LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades, publicado en este sitio está disponibles bajo Licencia Creative Commons. 

Cómo citar: Álvaro López, Z. M., Espejo Escalante, G., Poma Cerón, C., Ccallancho Calcina, C., Yupanqui Pacheco, K. A., & Montoya Cantoral, R. (2026). Impacto de la Salud mental y el Bienestar Emocional en Estudiantes de Educación Superior Pedagógica, Ayacucho-Perú, 2026. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades* 7 (3), 535 – 551.  
<https://doi.org/10.56712/latam.v7i3.5963>

## INTRODUCCIÓN

El bienestar emocional en jóvenes es esencial para una vida plena, yendo más allá de la ausencia de enfermedades mentales, e implica desarrollar resiliencia, autoestima y habilidades sociales. Se ve influenciado por la presión social, redes sociales y el entorno escolar, requiriendo apoyo activo, validación de emociones y espacios seguros para expresarse. La salud mental en jóvenes es una crisis silenciosa y urgente; 1 de cada 7 jóvenes de 19 a 29 años padece un trastorno mental, siendo la depresión y la ansiedad los más comunes. Es fundamental eliminar el estigma, fomentar la escucha activa y brindar acceso a recursos de apoyo para gestionar la autoexigencia, las redes sociales y las presiones sociales.

Entrenar a la población joven en la resiliencia es clave para gestionar de forma más saludable los desafíos y retos de la vida. La adolescencia y la juventud es una etapa de gran vulnerabilidad, muy sensible al cambio, en la cual es vital promover el bienestar emocional. Cada persona lo puede experimentar de una manera distinta y puede ir cambiando a lo largo de la vida. El bienestar emocional admite conducir, experimentar y comprender las emociones de manera equilibrada y saludable. También ayuda a afrontar los altibajos diarios y las situaciones cotidianas de estrés, a tener relaciones satisfactorias, a trabajar de manera eficiente o a tomar decisiones saludables.

La comunidad educativa, especialmente, los estudiantes juegan un rol crucial en la escuela como entorno protector emocional en la detección temprana de problemas, convirtiéndose en un espacio seguro. Es importante también la gestión de bienestar porque el autocuidado como el sueño, ejercicio, desconexión de la tecnología y desestigmatizar la búsqueda de ayuda profesional. La salud mental no es solo la ausencia de síntomas, sino la capacidad de participar funcionalmente en el entorno saludable a través del enfoque integral a través de programas de prevención y contención, tanto familiar como institucional. La inversión en la salud mental escolar no es secundaria, es fundamental para una educación inclusiva y de calidad.

Alazne, G. (2022) La salud mental es una experiencia subjetiva de sentirse armonioso con uno mismo y con los demás, cuando se tiene la capacidad de gestionar eficazmente las emociones, de mantener relaciones saludables tanto con uno mismo como con los demás y cuando se sienten capaces de adaptarse a los desafíos de la vida se logra el bienestar emocional, tratándose de lograr el equilibrio y la coherencia entre lo que se piensa, lo que hace y lo que siente. Se define como un estado de bienestar mental que permite a las personas afrontar el estrés, desarrollar sus capacidades, aprender y trabajar bien, y contribuir a su comunidad; es parte esencial de la salud, un derecho humano y depende también de contextos sociales y ambientales.

La problemática relacionada con la salud mental, como la ansiedad y la depresión, constituyen uno de los principales problemas de salud pública a nivel mundial (GBD 2019 Mental Disorders Collaborators, 2022). Por ello, es muy importante la promoción del bienestar emocional y la prevención de problemas psicológicos de la población en general. El bienestar psicológico es un pilar esencial sobre el que cimentar y construir el presente y futuro de nuestra sociedad, pues “no hay salud, sin salud mental” (Fonseca-Pedrero, 2017). En concreto una de las metas es “reducir para 2030 en un tercio la mortalidad prematura por enfermedades no transmisibles mediante la prevención y el tratamiento, y “promover la salud mental y el bienestar”. Las personas merecen una atención psicológica accesible, oportuna, inclusiva, pública y de calidad.

La relación entre, la salud emocional y el bienestar emocional, facilita, generar la capacidad de adaptación de los estudiantes de manera eficaz, a los inconvenientes que se manifiestan unidos a las relaciones interpersonales y las conductas disruptivas, mitigando la calidad de la salud psicológica y salud social (Fernández-Berrocal et al. 2008), en 2020, únicamente el 51% de los 194 Estados Miembros de la OMS informaron de que su política o plan de salud mental estaba en consonancia con

los instrumentos regionales e internacionales de derechos humanos, siendo el porcentaje menor a la meta del 80%. Y el 52% de los países cumplieron la meta relativa a los programas de promoción y prevención de la salud mental, porcentaje también muy inferior a la meta del 80%.

Según el estudio ejecutado por el Ministerio de Salud del Perú, conjuntamente con el apoyo de la Organización Panamericana de la Salud (OPS), demostraron que 3 de cada diez peruanos sufren de algún tipo de problemas de salud mental. Siendo entre los más frecuentes la ansiedad, depresión y los desórdenes del sueño". (Nota de Prensa, Ministerio de Salud 2020). En la actualidad la gran cantidad de estudiantes se encuentran afectados, lo que ha ocasionado en muchos casos ansiedad, agotamiento y estrés. La salud mental". La respuesta emocional como física al desequilibrio entre las exigencias avistadas y las capacidades o recursos de un individuo para hacer frente a las exigencias". (OIT, 2016. De la misma manera, el gobierno no invierte en la salud mental, también está la falta de acceso para ayudar con expertos (psicólogos), la no visualización de la salud mental en medios de comunicación y los estigmas sociales en el Perú afectan a las personas.

## **METODOLOGÍA**

### **Enfoque de la investigación**

El artículo científico fue de enfoque cuantitativo porque se caracterizó por la recolección y análisis de datos numéricos para establecer patrones de comportamiento y probar la hipótesis.

### **Diseño del estudio**

El diseño fue no experimental, descriptivo-correlacional y transversal, porque se centra en relacionar la salud mental con el bienestar emocional. Diseño no experimental porque no existe manipulación deliberada de variables o control de variables extrañas, y de corte transversal ya que se aplicarán los instrumentos en un solo momento (Rodríguez y Mendivelso, 2018).

### **Participantes**

Estuvo constituido por una población de 100 estudiantes, representando una muestra de 80 estudiantes de la especialidad de educación física, por tener características comunes, las que se consideraron los criterios de inclusión que constituyen estudiantes de los institutos pedagógico de la región de Ayacucho; mientras que los criterios de exclusión conformado por estudiantes que no son de los institutos mencionados, que no asistieron en el momento de la aplicación del cuestionario y no son del programa de Educación Física. La muestra estuvo conformada por 80 estudiantes seleccionados de manera intencional de tres Institutos Pedagógicos Públicos de la región Ayacucho. Es considerada la muestra como una porción que representa a la población, con las idénticas peculiaridades genéricas de la población (Condori, P., 2020).

### **Instrumentos de recolección de datos**

El instrumento utilizado fue la encuesta con un cuestionario, compuesto por ítems que obedecen a la variable salud mental y bienestar emocional considerando dimensiones e indicadores. La validez, fue la efectividad con la que midió el instrumento de las variables de estudio, los mismos que han sido validados por expertos conformados por un metodólogo, estadístico y temático quienes han confirmado la validez recomendando su aplicación. La confiabilidad, como el grado de fiabilidad del instrumento en la generación de resultados confiables en el proceso de la investigación a través de del alfa de Cronbach.

**Tabla 1**

*Resultado de Confiabilidad de los instrumentos*

<b>Variables</b>	<b>Alfa de Cronbach</b>	<b>Nivel de confiabilidad</b>
Bienestar emocional	,0881	Confiable
Salud mental	,0905	Confiable

**Fuente:** elaboración propia.

### **Procedimientos**

Fue diseñado y validado por la cordura de los peritos expertos, los instrumentos de recojo de información fue la encuesta aplicada a los estudiantes de tres Institutos de Educación Pedagógica de la región de Ayacucho; para ello; se solicitó el permiso correspondiente, con la finalidad de aplicar a los estudiantes. Los cuestionarios han sido aplicados de manera presencial a la muestra.; la información conseguida, fue procesada y tabulada con el software SPSS versión-V28, la tabulación se realizó con el fin de obtener los resultados con respecto a las hipótesis planteadas. Se realizó el análisis de los testimonios obtenidos y se aplicó la metodología inferencial, acudiéndose a ecuaciones matemáticas para el proceso y estudio de la información. Posteriormente, se generaron las tablas de correlación para ser discutidas e interpretadas (Hernández et al., 2016). La aplicación de la Prueba de Kolmogorov-Smirnov se efectuó con el propósito de constituir el factor de correlación para comprobar las hipótesis planteadas.

### **Análisis de datos**

Se realizó el análisis de los testimonios obtenidos, se aplicó la metodología inferencial, acudiéndose a ecuaciones matemáticas para el proceso y estudio de la información. Se empleó el programa con la finalidad de encauzar los datos en el SPSS V28, creando las figuras y tablas que organizaron los datos por cada objetivo de estudio y el respectivo análisis e interpretación. Posteriormente, se generaron las tablas de correlación para ser discutidas e interpretadas (Hernández-Sampieri y Mendoza (2018). La aplicación de la Prueba de Kolmogorov-Smirnov se efectuó con el propósito de constituir el factor de correlación para comprobar las hipótesis planteadas.

### **Consideraciones Éticas**

La ética como comportamiento moral humano fue puesta en práctica durante la ejecución de la investigación, porque fue considerado como uno de los principios de confidencialidad en la población estudiada. De la misma manera se gestionó los documentos necesarios que abalaron la formalidad ante los Institutos de Educación Superior Pedagógica de la región de Ayacucho, se tuvo en consideración los estatutos y normas institucionales sobre el código de ética. Las referencias y fuentes fueron respetadas con respecto a la autoría y a las señaladas según la ley como posesión intelectual y código de ética emanada en el año 2024 por CONCYTEC.

### **DESARROLLO**

Sinchiguano, J. (2025) El estudio analiza la relación entre el bienestar psicológico, el estrés y la salud mental en una muestra representativa de Ecuador, se fundamenta en modelos teóricos que destacan el bienestar psicológico como un factor protector frente al estrés y su impacto en la salud mental. Empleó un diseño cuantitativo, descriptivo y correlacional, utilizando instrumentos validados como la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff, la Escala de Estrés Percibido y el Cuestionario de Salud General. Los resultados indican que el bienestar psicológico se correlaciona negativamente con el estrés y positivamente con la salud mental, evidenciando que niveles altos de estrés deterioran el

bienestar y la salud mental. Se identificaron diferencias por género: las mujeres reportaron mayor estrés y afectaciones en su salud mental en comparación con los hombres. Estos hallazgos refuerzan la necesidad de estrategias de intervención enfocadas en la regulación emocional y el apoyo social para promover el bienestar psicológico y mitigar el impacto del estrés en la salud mental.

Rea, A. et al. (2025) El objetivo de la investigación fue analizar las alteraciones de la salud mental y los niveles de bienestar psicológico de los estudiantes universitarios. La metodología fue de tipo bibliográfica y responde al nivel descriptivo. Entre los resultados obtenidos se evidencia que existen alteraciones de salud mental, entre los más frecuentes se encuentran ansiedad, depresión, estrés y síntomas somáticos. Con respecto al bienestar psicológico se identifica con mayor predominancia el nivel moderado. En conclusión, existen alteraciones de salud mental y en el bienestar psicológico, en la gran mayoría de estudios correlacionales las variables son bidireccionales.

Caguana, L. (2023) El objetivo de la investigación fue determinar la relación entre la regulación emocional y el bienestar psicológico en estudiantes universitarios. El estudio fue cuantitativo, de tipo básico, de diseño no experimental, correlacional y de corte transversal, la muestra fue 210 estudiantes, los instrumentos fueron el cuestionario de Regulación Emocional (ERQ) de Gross y la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff, los cuales arrojaron resultados de una correlación positiva baja entre bienestar psicológico (BP) y reevaluación cognitiva (RC) ( $Rho= 0.169$ ,  $p= 0.014$ ) y una correlación negativa baja entre BP y supresión emocional (SE) ( $Rho= -0.296$ ,  $p= <.001$ ). Además, se demostró un predominio de nivel alto en RC con un 49.5% y nivel alto en SE con un 62.9%; así mismo sobresale el nivel alto en BP con un 43.2%. Por otra parte, se encontró que no existe una diferencia significativa entre hombres y mujeres en ambas dimensiones. Concluyó que los estudiantes que tengan elevada reevaluación cognitiva tendrán mayor bienestar psicológico, en cambio, los evaluados que presentan mayor supresión emocional tendrán menor bienestar psicológico.

Ponce, R. (2022) La investigación tuvo el objetivo de determinar la relación entre la regulación emocional y el bienestar psicológico en educandos universitarios. La muestra total está conformada por 210 estudiantes de la carrera de Laboratorio Clínico (71% mujeres, 29% hombres) con edades entre los 18 a 29 años. El estudio fue cuantitativo, no experimental, correlacional y de corte transversal. Los instrumentos aplicados a la muestra fueron el cuestionario de Regulación Emocional (ERQ) de Gross y la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff, los cuales arrojaron resultados de una correlación positiva baja entre bienestar psicológico (BP) y reevaluación cognitiva (RC) ( $Rho= 0.169$ ,  $p= 0.014$ ) y una correlación negativa baja entre BP y supresión emocional (SE).

Valdivia, L. (2020) La investigación se realizó con el objetivo de determinar el nivel de salud mental positiva de los estudiantes de la Facultad de Psicología de la Universidad Continental sede en Huancayo, el método fue de nivel descriptivo y diseño no experimental transversal, la población conformada por 566 estudiantes del I al X semestre, la muestra fue de 224 estudiantes de los 6 diferentes semestres y el muestreo no probabilístico por conveniencia. La recolección de datos con una técnica de encuesta, el instrumento de Lluich (1999), esta escala fue validada por criterio de jueces con una confiabilidad por el Alfa de Cronbach de 0.787. Los resultados revelan que el 68,75% de estudiantes encuestados presenta un nivel alto, el 31,25% de un nivel medio y 0% en un nivel bajo de Salud Mental Positiva.

Portales, G. y Coaquira, S. (2025) Estudio que tuvo como objetivo determinar los factores que se asocian a los trastornos de estrés y alteraciones emocionales en estudiantes de medicina durante el internado médico en Perú, 2024. Investigación transversal con 357 de muestra de internos de medicina, muestreo no probabilístico de tipo bola de nieve. Los resultados del análisis multivariado demostraron que las mujeres presentaron mayor riesgo de estrés (ORc=2,88; IC: 95%) y ansiedad (ORc=2,28; IC: 95%). Asimismo, dormir menos de seis horas y la inestabilidad económica se asociaron con un

aumento significativo en los niveles de estrés, ansiedad y depresión. Concluyeron en la necesidad de implementar estrategias que aborden mejorar la salud mental de los internos de medicina peruanos.

Espinoza, A. (2022) El objetivo de la investigación fue determinar la relación entre las características laborales y la salud mental de los estudiantes de la Universidad Tecnológica de los Andes. Se trató de un estudio con diseño no experimental, descriptivo, correlacional y transversal. La muestra estuvo constituida por 108 docentes. Se aplicaron cuestionarios para estudiar características personales y laborales y el Cuestionario de Salud de Goldberg, para evaluar la salud mental. Resultados: 63.9 % de los docentes trabajaban 21 horas o más. El cuestionario de Salud de Goldberg reportó que 37 % de los docentes presentaron rasgos de psicopatología; y 48 % que laboraban entre 12 y 20 horas manifestaron sospecha de la enfermedad. Hubo relación entre salud mental con carga académica, condición laboral y labor administrativa. Se concluyó que la aplicación del cuestionario de Salud de Goldberg permitió identificar sospechas de psicopatología, lo que sugiere algún problema de salud mental.

Montero, M. (2023) La presente investigación tuvo como objetivo determinar en qué medida influyó la regulación emocional en el bienestar psicológico en estudiantes universitarios de la ciudad de Piura, 2023. La investigación realizada fue de tipo básica con un enfoque cuantitativo, de diseño no experimental con corte transversal y de nivel correlacional explicativo. Participaron 450 estudiantes de nivel universitario inscritos en centros de estudios superiores públicos y privados situados en la ciudad de Piura seleccionados mediante el muestreo no probabilístico. Las pruebas utilizadas fueron la escala de Bienestar Psicológico de Ryff (1995) y el Cuestionario de Autorregulación Emocional adaptado para el Perú por Gargurevich y Matos (2010). Para la contrastación de hipótesis se aplicó el estadístico Rho de Spearman. Los resultados de la investigación demostraron que existe una influencia moderada positiva entre la regulación emocional y el bienestar psicológico ( $\beta$  de 0.72,  $p > .05$ ,  $r = .356$ ). Esto implica que "Regulación Emocional" es un predictor relevante para el "bienestar psicológico".

Gómez, A. (2021) En la investigación se planteó el objetivo fue determinar la relación existe entre estrés académico y bienestar psicológico en estudiantes del Instituto Superior Tecnológico – Cerro de Pasco, 2021. Fue de enfoque cuantitativo de tipo básica, de diseño correlacional transversal, se utilizó el muestreo no probabilístico intencionado de 67 estudiantes, existiendo mayor representatividad de mujeres con 37 participantes y varones con 30 participantes, los instrumentos: el Inventario SISCO del Estrés Académico de Arturo Barraza Macias y la Escala BIEPS-J, ambos instrumentos se aplicaron a una prueba piloto para su validez y confiabilidad. Los resultados de la variable estrés académico, tiene un nivel moderado con 53,7%, leve 32,8%, y profundo con 13.4% en relación a bienestar psicológico existe un nivel alto con 82,1% y el nivel medio con 17.9%. Concluyó identificando la correlación entre el estrés académico y el bienestar psicológico en 0,112, de los 67 evaluados, aceptando la hipótesis nula: No existe relación entre el estrés académico y bienestar psicológico en estudiantes del Instituto Tecnológico.

Valdivieso, F. (2023) Postuló con el objetivo determinar el nivel de bienestar psicológico en estudiantes de universidades privada de Ica, Perú 2022, el método no experimental de tipo descriptivo simple, la muestra de 360 estudiantes varones y mujeres, siendo el 54.2% (195) varones y el 45.8% (165), el instrumento fue la escala de Bienestar Psicológico de Carol Ryff adaptado por Díaz et al. (2006). Resultados fue de 2.8% presentan niveles elevados de la variable, el 86.9% presentaron niveles moderados de bienestar psicológico, el 50.0% niveles altos y el 5.3% presentan niveles bajos. Conclusiones el 89,9% corresponde a gran parte de los evaluados, tienen un nivel moderado de bienestar psicológico, lo que manifiesta que los estudiantes identificados con ellos mismos, están motivándolos, están sabiendo superar problemas y por ende están teniendo el estilo de vida de cada uno considera satisfactorio.

Ortega, O. (2024) Realizó una investigación cuyo objetivo fue determinar el bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de un instituto de educación superior, Ayacucho, 2023. En la sección metodológica correspondió al tipo cuantitativo, nivel correlacional y diseño no experimental transversal. Así mismo la muestra fue conformada por 100 estudiantes de educación superior, con instrumentos validados y confiables que fueron la escala de Bienestar Psicológico BIEPS – A y la escala de Resiliencia Wagnild y Young – ER. El estudio demostró, que existe una correlación directa con un nivel moderado, el coeficiente de correlación rho Spearman fue de 0,421 con un p-valor inferior al nivel de significancia ( $p=0.000$ ).

Rojas, D. (2022) El estudio tuvo como objetivo determinar la relación entre el bienestar psicológico y afrontamiento del estrés en estudiantes del Centro Pre Universitario de la Universidad Nacional San Cristóbal de Huamanga– Ayacucho. Población con 1320 estudiantes, muestra de 298. Midió las variables de investigación con la escala de bienestar psicológico de Carol Ryff (1989) adaptada por Díaz y colaboradores (2006), utilizó el cuestionario de modos de afrontamiento al estrés (COPE) creado por Carver, Scheier, y Weintraub, (1989) en su versión disposicional adaptado por primera vez en Perú por Casuso (1996). Los resultados demuestran la significancia de un valor de  $0,836 > a 0,05$  siendo la correlación entre el bienestar psicológico y los niveles de estrategias de afrontamiento del estrés fue no significativa, en cuanto al bienestar psicológico, la población evidencia un nivel moderado el 71,5% del 100% de los estudiantes. Asimismo, un nivel de afrontamiento al estrés alto el 63,0% del 100% de los estudiantes.

### **Problema de Investigación**

- ¿Cuál es el impacto entre la relación de la salud mental y el bienestar emocional en estudiantes de educación superior pedagógica de la región de Ayacucho-Perú, 2026?

### **Problemas específicos**

- ¿Cuál es el impacto entre la relación de la salud mental y el bienestar físico en estudiantes de educación superior pedagógica de la región Ayacucho-Perú, 2026?
- ¿Cuál es el impacto de la relación entre la salud mental y el bienestar psicológico en estudiantes de educación superior pedagógica de la región Ayacucho-Perú, 2026?
- ¿Cuál es el impacto entre la relación de la salud mental y el bienestar espiritual en estudiantes de educación superior pedagógica de la región de Ayacucho-Perú, 2026?

### **Objetivo de la investigación**

- Determinar el impacto entre la relación de la salud mental y el bienestar emocional en estudiantes de educación superior pedagógica de la región Ayacucho-Perú 2026.

### **Objetivos específicos**

- Determinar el impacto entre la relación de la salud mental y el bienestar físico en estudiantes de educación superior pedagógica de la región de Ayacucho-Perú, 2026
- Determinar el impacto entre la relación de la salud mental y el bienestar psicológico en estudiantes de educación superior pedagógica de la región de Ayacucho-Perú, 2026
- Determinar el impacto entre la relación de la salud mental y el bienestar espiritual en estudiantes de educación superior pedagógica de la región de Ayacucho-Perú, 2026

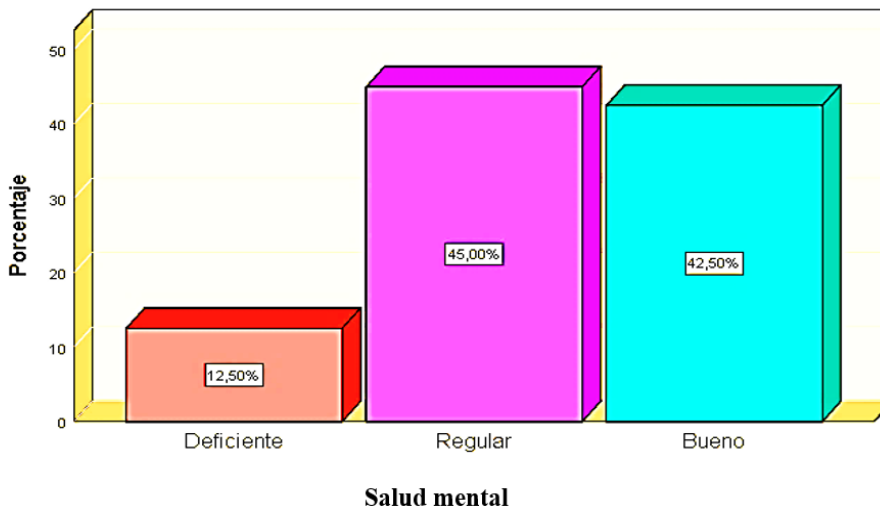
## **RESULTADOS**

### **Presentación de los datos**

**Gráfico 1**

*Nivel de salud mental*

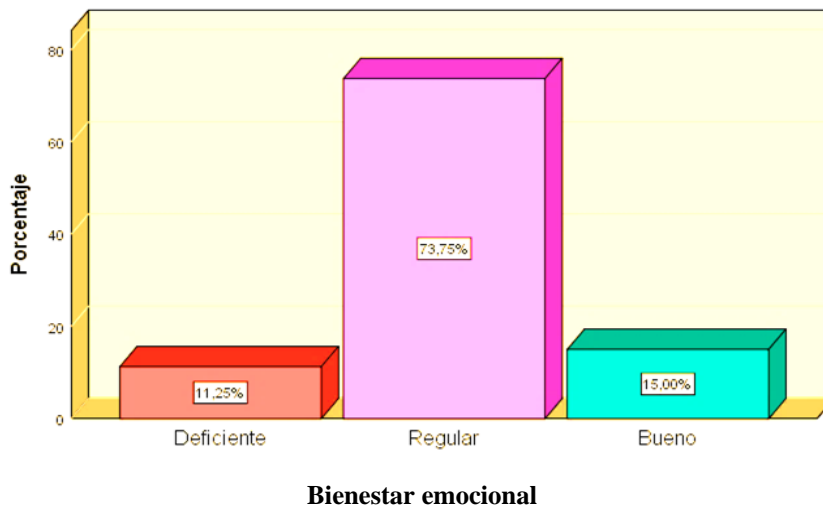
**Fuente:** elaboración propia.



En el gráfico 1, se aprecia las consecuencias del sentir de la muestra, un 45, 00% expresa un nivel regular, un 42,00% señala bueno, y un 12,50% que expresan un nivel deficiente de la salud mental.

**Gráfico 2**

*Dimensión de la Bienestar emocional*



**Fuente:** elaboración propia.

En el gráfico 2, se atisba los resultados de los encuestados, en donde un 73.75% considera un nivel regular, un 15% lo posiciona en el nivel bueno, y 11.25% manifiesta de deficiente el bienestar emocional.

**Prueba de Normalidad**

H0: Datos que proporcionaron los encuestados proceden de una distribución normal

Ha: Datos proporcionados por los encuestados no proceden de una distribución normal

**Tabla 2**

*Prueba de normalidad*

Prueba de Kolmogorov-Smirnov para una muestra								
	Salud mental	Bienestar psicológico	Bienestar social	Bienestar SPERMAN de Seligman	Bienestar emocional	Factores de riesgo	Poblaciones vulnerables	Calidad de vida
N	80	80	80	80	80	80	80	80
Estadístico de prueba	,272	,379	,278	,284	,256	,256	,249	,242
Sig. Asintótica (bilateral)	,000"	,000"	,000"	,000"	,000"	,000"	,000"	,000"

**Nota:** Valores y puntuaciones que muestran el grado de correlación de índole significativo.

**Fuente:** elaboración propia.

De acuerdo con la prueba de normalidad, se observa que las puntuaciones derivan de una distribución no normal, esto se debe a que los datos de la sig.  $< 0,05$  no son paramétricos. Por tanto, para comprobar la hipótesis de estudio, se opta por emplear estadísticos no paramétricos como el Rho de Spearman.

### Prueba de Hipótesis General

**H0:** No existe relación significativa entre la salud mental y el bienestar emocional de los estudiantes de la educación superior pedagógica de la región Ayacucho-Perú, 2026.

**Ha:** Existe relación significativa entre la salud mental y el bienestar emocional de los estudiantes de la educación superior pedagógica de la región Ayacucho-Perú, 2026.

**Tabla 3**

*Correlación entre salud mental y bienestar emocional*

		Salud mental	Bienestar emocional
Rho de Spearman	Salud mental	Coefficiente de correlación	1,000
		Sig. (bilateral)	,592**
		N	80
	Bienestar emocional	Coefficiente de correlación	,590**
		Sig. (bilateral)	,000
		N	80

**Nota:** Puntuaciones y valores que indica el grado de correlación de índole significativo.

**Fuente:** elaboración propia.

De acuerdo a la tabla 5, resultó que la estadística evidencia que existe correlación entre la variable salud mental y bienestar emocional. Este vínculo es de ( $Rho= 0.592$ ) y con una significancia de ( $0,00<,05$ ).

### Prueba de Hipótesis Específica 1

**HE1:** No existe una relación significativa entre la salud mental y bienestar físico en los estudiantes de educación superior pedagógica de la región de Ayacucho-Perú, 2026.

**HE1:** Existe una relación significativa entre la salud mental y el bienestar físico en los estudiantes de educación superior pedagógica de la región de Ayacucho-Perú, 2026.

**Tabla 4**

*Correlación entre salud mental y bienestar físico*

			Salud mental	Bienestar físico
Rho de Spearman	Salud mental	Coeficiente de correlación	1,000	,547**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	80	80
	Bienestar físico	Coeficiente de correlación	,547**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	80	80

**Fuente:** elaboración propia.

**Nota:** Puntuaciones y valores que indica el grado de correlación de índole significativo. De acuerdo a la tabla 6, la estadística tuvo como resultado la evidencia que existe una correspondencia entre salud mental y bienestar físico. Este vínculo es moderado ( $Rho= 0.590$ ) y significativo ( $0,00<0,05$ ).

### Prueba de Hipótesis Específica 2

**H0:** No existe una relación significativa entre la salud mental y el bienestar psicológico en los estudiantes de educación superior pedagógica de la región de Ayacucho-Perú, 2026.

**Ha:** Existe una relación significativa entre la salud mental y el bienestar psicológico en los estudiantes de educación superior pedagógica de la región de Ayacucho-Perú, 2026.

**Tabla 5**

*Correlación entre salud mental y bienestar psicológico*

			Salud mental	Bienestar mental
Rho de Spearman	Salud mental	Coeficiente de correlación	1,000	,591**
		Sig. (bilateral)	.	,000

	N	80	80
Bienestar mental	Coeficiente de correlación	,591**	1,000
	Sig. (bilateral)	,000	.
	N	80	80

**Nota:** Puntuaciones y valores que indica el grado de correlación de índole significativo.

**Fuente:** elaboración propia.

El resultado del estadístico expone la existencia de una correlación entre la variable salud mental y bienestar mental. Este vínculo es moderado ( $Rho = 0.591$ ) y significativo ( $0,00 < 0,05$ ).

### Prueba de Hipótesis Específica 3

**H0:** No existe una relación significativa entre la salud mental y el bienestar espiritual en los estudiantes de educación superior pedagógica de la región de Ayacucho-Perú, 2026.

**Ha:** Existe una relación significativa entre la salud mental y el bienestar espiritual en los estudiantes de educación superior pedagógica de la región de Ayacucho-Perú, 2026.

**Tabla 6**

*Correlación entre salud mental y bienestar espiritual*

		Salud mental	Bienestar espiritual	
Rho de Spearman	Salud mental	Coeficiente de correlación	1,000	
		Sig. (bilateral)	.	
		N	80	
	Bienestar espiritual	Coeficiente de correlación	,565**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	80	80

**Nota:** Puntuaciones y valores que indica el grado de correlación de índole significativo.

**Fuente:** elaboración propia.

Explica el resultado del proceso estadístico donde se corrobora que existe vínculo entre salud mental y el bienestar espiritual. Este vínculo es moderado ( $Rho = 0.565$ ) y significativo ( $0,00 < 0,05$ ).

### DISCUSIÓN

Teniendo presente al objetivo general de la investigación, en donde según las tablas, los resultados expuestos evidencian que la salud mental prevalece en el nivel regular (45%) y, el bienestar emocional lo perciben en su mayoría en el nivel bueno (40%). De esta manera, acorde a la prueba de hipótesis se pudo exponer los resultados, en donde la sig. p/valor=0,000 siendo ello  $< 0,05$ . En consecuencia, se aceptó la Ha y se rechaza la H0, observándose que la salud mental se relaciona de manera significativa con el bienestar emocional, comprobándose dicha afirmación porque tiene un valor de Rho Spearman cuyo resultado es de 0,592. El hallazgo expuesto guarda similitud con los resultados de la investigación efectuada por Valdivia, L. (2020) quien manifiesta que existe un 68.75 de salud mental de los docentes de la facultad de psicología de la Universidad Continental con sede en Huancayo; de la misma manera existe similitud con los resultados de Espinoza, A. (2022) cuyo resultado fue de 63.9% de salud mental.

Existen alteraciones de salud mental, entre los más frecuentes se encuentran ansiedad, depresión, estrés y síntomas somáticos.

De acuerdo a la estadística, respecto a la hipótesis general se tuvo como resultado la evidencia de la existencia de una correspondencia entre la salud mental y el bienestar físico. Este vínculo es moderado con un  $(Rho= 0,590)$  y con una significancia de  $(0,00<0,05)$ , con un Rho de Spearman moderado de  $= 0.591$  y significativo  $(0,00<0,05)$ . Existe una relación significativa moderada entre la salud mental y el bienestar físico en los estudiantes de educación superior pedagógica de la región de Ayacucho-Perú, 2026, razón por la cual se acepta la hipótesis alterna y se rechaza la hipótesis nula. Resultado que tiene relación con las investigaciones realizadas por Rea, A. et al- (2025) quienes concluyeron que existe alteraciones de salud mental y el bienestar psicológico en los estudiantes; de la misma manera Bautista, K. (2020) concluye que los trabajadores en general que presentan afectaciones en su salud mental, se ubicaron en la dimensión de ansiedad e insomnio (17%), seguida de síntomas somáticos (16%). Sinchiguano, J. (2025) en su investigación concluyó que sus hallazgos refuerzan la necesidad de estrategias de intervención enfocadas en la regulación emocional y el apoyo social para promover el bienestar psicológico y mitigar el impacto del estrés en la salud mental. Por su parte Caguana, I. (2023) determinó un nivel alto en el bienestar psicológico con un 43.2%, encontrando que los estudiantes que tuvieron una elevada reevaluación cognitiva tendrían un mayor bienestar psicológico, en cambio los evaluados que presenten mayor supresión emocional tendrán menor bienestar psicológico; Ponce, R. (2022) concluyó la existencia de una correlación positiva baja entre bienestar psicológico y reevaluación cognitiva (RC) con un  $(Rho= 0.169, p= 0.014)$  y una correlación negativa baja entre el bienestar psicológico y la supresión emocional (SE) de estudiantes; mientras que Montero, M. (2023) manifestó que el bienestar psicológico y la autorregulación emocional con un estadístico de Rho de Spearman demostraron que existe una influencia moderada positiva entre la regulación emocional y el bienestar psicológico ( $\beta$  de 0.72,  $p > .05, r=.356$ ). Esto implica que la "Regulación Emocional" es un predictor relevante para el "bienestar psicológico"; Gómez, A. (2021) concluyó que tiene un nivel moderado con 53,7%, leve 32,8%, y profundo con 13.4% en relación a bienestar psicológico se puede observar en su mayoría tienen un nivel alto con 82,1% y el nivel medio con 17.9%. Concluyó identificando la correlación entre el estrés académico y el bienestar psicológico en 0,112, de los 67 estudiantes del Instituto Tecnológico. La estadística resultó que existe una correspondencia entre salud mental y bienestar físico. Este vínculo es moderado  $(Rho= 0.590)$  y significativo  $(0,00<0,05)$ . Existe una relación moderada entre la salud mental y el bienestar físico en los estudiantes de educación superior pedagógica de la región de Ayacucho-Perú, 2025. El bienestar físico es fundamental para la salud mental; Ortega, O. (2024) demostró, que existe una correlación directa con un nivel moderado, el coeficiente de correlación rho Spearman fue de 0,421 con un p-valor inferior al nivel de significancia  $(p=0.000)$  en cuanto se refiere a la relación entre el bienestar psicológico y .....y finalmente Rojas, D. (2022) demuestran la significancia de un valor de  $0,836 > a 0,05$  siendo la correlación entre el bienestar psicológico y los niveles de estrategias de afrontamiento del estrés es no significativa, en cuanto al bienestar psicológico, la población evidencia un nivel moderado el 71,5% del 100% de los estudiantes.

En cuanto se refiere a la salud mental y su relación con el bienestar espiritual el resultado del proceso estadístico donde se corrobora que existe vínculo entre salud mental y el bienestar espiritual. Este vínculo es moderado  $(Rho= 0.565)$  y significativo  $(0,00<0,05)$ . Por lo tanto se acepta la hipótesis alterna y se rechaza la hipótesis nula. No se han encontrado trabajos de investigación y artículos científicos recientes respecto al tema.

### **Implicancias**

Respecto a las implicancias teóricas en la investigación han permitido explicar de manera real los resultados apoyado las teorías existentes, aportando nuevo conocimiento al campo de estudio realizado. Se obtuvieron hallazgos relacionados con el marco teórico para destacar su contribución

conceptual, lo que permitió guiar y profundizar la investigación, permitiendo la comprensión de las variables de estudio, además se pudo destacar que existe influencia de la salud mental en el bienestar emocional de los estudiantes de maneras evidentes, respaldando la relación existente entre ambas variables. Mientras que las implicancias prácticas de la investigación explican cómo los resultados obtenidos se pueden aplicarse al mundo real para solucionar problemas, así como la existencia de una relación significativa entre la salud mental y el bienestar emocional en los estudiantes de la educación superior pedagógica de la región Ayacucho-Perú.

### Limitaciones

Las limitaciones de la investigación estuvieron relacionadas con la bibliografía referente a los antecedentes y con las metodológicas, específicamente con el tamaño de la muestra, por ser difícil de encontrar relaciones significativas en los datos. Con respecto a las limitaciones del investigador la identificación de las brechas tópicas. El acceso a los datos porque el estudio requirió acceso a información de estudiantes limitando la cantidad de datos a analizar.

### CONCLUSIÓN

De acuerdo a las demostraciones estadísticas se acepta el objetivo general, de acuerdo a la relación efectiva que se observa que la sig.  $p/\text{valor}=0,000$  siendo ello  $< 0,05$ . Por ello, se llegó a estimar la  $H_a$  y se impugnó la  $H_0$ . El valor de Rho Spearman fue de 0,592 percibiendo un impacto significativo entre la relación de la salud mental y el bienestar emocional de los estudiantes del programa de estudios de Educación Física de los Institutos de Educación Pedagógica de la región Ayacucho.2026.

Considerándose los datos estadísticos se verificó el objetivo específico 1 en la que la correlación y la sig.  $p/\text{valor}=0,000$  existiendo  $< 0,05$ , De la misma manera, la valoración de Rho fue de 0,590, advirtiéndole un impacto moderado y significativo entre la relación de la salud mental y el bienestar físico en los estudiantes de los Institutos pedagógicas públicos de la región Ayacucho.

Teniendo presente los datos verificados estadísticamente de acuerdo al nivel de correlación y cuyo sig.  $p/\text{valor}=0,000$  siendo ello  $< 0,05$ , se consintió la  $H_a$  y se refutó la  $H_0$ . Siendo la valía de Rho Spearman de 0,591, evidencia un impacto de correlación significativa y moderada entre la salud mental y el bienestar psicológico.

En concordancia con los datos mencionados estadísticamente y existiendo una correlación con una sig.  $p/\text{valor}=0,000$  se tuvo una puntuación  $< 0,05$ , se logró estimar la  $H_a$  y desestimar la  $H_0$ . Igualmente, el valor de Rho Spearman fue de 0,565 verificando un impacto de correlación significativa moderada entre la salud mental y el bienestar espiritual.

### RECOMENDACIONES

**Ambiente y biodiversidad:** referente al cambio climático, conservación de ecosistemas, gestión sostenible de recursos y biodiversidad.

**Desarrollo sostenible:** relacionado a las estrategias de desarrollo inclusivo, sostenibilidad económica y economía circular.

**Sociedad y ciudadanía:** la movilidad urbana, transformación digital del estado y participación ciudadana y democrática.



## REFERENCIAS

Alazne, G. Rea, A. y Tigsi, L. (2022) Salud mental y bienestar psicológico en estudiantes universitarios. Universidad Nacional de Chimborazo-Ecuador. <http://dspace.unach.edu.ec/handle/51000/15093>

Arévalo, S. y Freire, V. (2025) Funcionamiento familiar, salud mental y florecimiento psicológico en estudiantes de educación superior. <https://polodelconocimiento.com/ojs/index.php/es/article/view/9128/html>

Bautista, K. (2020) Tesis, Salud mental por dimensiones en trabajadores de un hospital de Ferreñafe, categoría II-1, de septiembre a diciembre, 2019. Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo. <https://repositorio.usat.edu.pe/server/api/core/bitstreams/5c24d57b-a4fb-40dd-a4e9-e4762673cbd2/content>

Caguana, L. (2023) Artículo científico: Regulación emocional y bienestar psicológico en estudiantes universitarios. DOI: <https://doi.org/10.56712/latamv4i1.275>

Ceballos, A.; Samaniego, R.; Meza, D. y Moreira, M. (2025) El artículo "Salud mental en universitarios postpandemia: Revisión de estrategias. <https://revistalatam.redilat.org/index.php/lt/article/view/275>

CONCYTEC (2024) Consejo Nacional de Ciencia Tecnología e Innovación <https://www.gob.pe/institucion/concytec/noticias/917273-concytec-oficializa-nuevo-codigo-nacional-de-integridad-cientifica>

Dienel et al. 2015 Encuesta Nacional de Salud Mental Colombia del 2015 Protocolo de Estudio. [https://scholar.google.com.pe/scholar?q=Dienel+et+al.+2015+Salud+mental&hl=es&as\\_sdt=0&as\\_vis=1&oi=scholart](https://scholar.google.com.pe/scholar?q=Dienel+et+al.+2015+Salud+mental&hl=es&as_sdt=0&as_vis=1&oi=scholart)

Espinoza, A. (2022) Salud Mental del Personal Docente de la Universidad Tecnológica de los Andes. <https://revistas.utea.edu.pe/index.php/hyw/article/view/9>

Fernández-Berrocal y Ruiz, D. (2008) La inteligencia Emocional en la Educación. <https://www.redalyc.org/pdf/2931/293121924009.pdf>

Flores, E., Nishimura, D., Pascual, J., Rojas, S. y Sánchez, V. (2021). En su tesis tuvo como objetivo brindar herramientas

Fonseca-Pedrero, (2017) En la tesis: Análisis de redes: ¿una nueva forma de comprender la psicopatología? Network analysis: A new way of understanding psychopathology? <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1888989117300903>

Gómez, A. (2021) En la investigación se planteó el objetivo: Determinar la relación existe entre estrés académico y bienestar psicológico en estudiantes del Instituto Superior Tecnológico – Cerro de Pasco

Montero, M. (2023) La presente investigación tuvo como objetivo general determinar en qué medida influyó la regulación emocional en el bienestar psicológico en estudiantes universitarios de la ciudad de Piura,2023

Ortega, O. (2024) Realizó una investigación cuyo objetivo fue: determinar el bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de un instituto de educación superior, Ayacucho

Ponce, R. (2022) Artículo Científico: Regulación emocional y bienestar psicológico en estudiantes universitarios. Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades LATAM. file:///D:/TESIS-

ART% C3% 8DCULO-GENOVEVA-2025/Dialnet-RegulacionEmocionalYBienestarPsicologicoEnEstudian-9585799.pdf

Rea, A. et al. (2025) Salud mental y bienestar psicológico en estudiantes universitarios. Universidad de Chinborazo. <http://dspace.unach.edu.ec/handle/51000/15093>

Rodríguez y Mendivelso (2018) Diseño de investigación de corte transversal. Revista Médica Sanitas. <https://revistas.unisanitas.edu.co/index.php/rms/article/view/368>

Sinchiguano, J. (2025) Análisis Correlacional entre Bienestar Psicológico, Estrés y Salud Mental en la Población Ecuatoriana. Universidad Internacional SEK. <https://repositorio.uisek.edu.ec/handle/123456789/5749>

Valdivia, L. (2020) Salud mental positiva en estudiantes de la Escuela Académico Profesional de Psicología de la Universidad Continental Salud mental positiva en estudiantes de la Escuela Académico Profesional de Psicología de la Universidad Continental. [https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UCON\\_8d27223b6ffd1a290b779559be9633bc/Details](https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UCON_8d27223b6ffd1a290b779559be9633bc/Details)

Todo el contenido de LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades, publicados en este sitio está disponibles bajo Licencia Creative Commons 