

DEPRESIÓN Y BIENESTAR EN ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD PÚBLICA DEL DEPARTAMENTO DE QUICHÉ, GUATEMALA

Sindy Susely Linares Sinay¹; Hector Manuel Muñoz Alonzo²; Katherine Elizabeth Meza Santa María³; Donald Wylman González Aguilar⁴
(Recibido en julio 2025, aceptado en noviembre 2025)

¹Sindy S. Linares, Escuela de Ciencias Psicológicas, Universidad de San Carlos de Guatemala, <https://orcid.org/0000-0002-0406-5413>.

²Héctor M. Muñoz-Alonzo, Escuela de Ciencias Psicológicas, Universidad de San Carlos de Guatemala, <https://orcid.org/0000-0001-6689-8624>. ³Katherine E. Meza-Santa María, Escuela de Ciencias Psicológicas, Universidad de San Carlos de Guatemala, <https://orcid.org/0000-0002-3554-7001>. ⁴Donald W. González-Aguilar, Escuela de Ciencias Psicológicas, Universidad de San Carlos de Guatemala, <https://orcid.org/0000-0003-4250-7750>

slinares.i@psicousac.edu.gt; hectorm@psicousac.edu.gt; kmeza.i@psicousac.edu.gt; dgonzalez@psicousac.edu.gt

Resumen: Quiché alberga una población mayoritariamente indígena, afectada históricamente por el conflicto armado interno, lo que puede relacionarse con los niveles de depresión y bienestar. El objetivo fue determinar la asociación entre la depresión y dimensiones de bienestar en estudiantes del departamento de Quiché de la universidad pública de Guatemala. Con un enfoque cuantitativo no experimental correlacional-predictivo y un muestreo no probabilístico intencional de 446 estudiantes. La información se recopiló digitalmente y se utilizaron las escalas MHC-SF y PHQ-9. Se empleó una regresión lineal múltiple, el modelo resultó estadísticamente significativo, $F(3, 44) = 116, p < .001$, la ecuación $Y = 28.059 - 0.488 (BE) - 0.258 (BS) - 0.321 (BP)$. Es decir, que el aumento de las tres dimensiones del bienestar se relaciona con una disminución de los puntajes de depresión en esta población. Se evidencia la necesidad de intervenciones que promuevan el bienestar para la mejora de la salud mental en poblaciones vulnerables que permitan fortalecer la identidad educativa.

Palabras clave: Psicología positiva, educación, salud mental, integral, universitarios.

DEPRESSION AND WELL-BEING IN STUDENTS OF THE PUBLIC UNIVERSITY OF THE DEPARTMENT OF QUICHÉ, GUATEMALA

Abstract: Reducing stigma and discrimination for living with HIV is key to improve the quality of life, control the cases of infection and reinfection. It is necessary to have scales that allow to evaluate it considering the context of people. The objective of the present research was to present evidence of content validity of a scale to assess self-stigma, stigma and discrimination based on expert judgment. Five judges with expertise in the area participated, who evaluated each of the items, considering their clarity, coherence and relevance, as well as the sufficiency for each of the sections. Aiken's V was obtained from the judges' responses and the items with less than .83 in any of the dimensions were eliminated, three were discarded for the self-stigma section and 10 for the second section. The results are discussed in terms of the importance of the instruments having different validity evidences that allow for an adequate construct evaluation.

Keywords: content validity, judgmental, stigma, discrimination, HIV, MSM.

DEPRESSÃO E BEM-ESTAR EM ESTUDANTES DA UNIVERSIDADE PÚBLICA DO DEPARTAMENTO DE QUICHÉ, GUATEMALA

Resumo: Quiché abriga uma população predominantemente indígena, historicamente afetada pelo conflito armado interno, o que pode estar relacionado aos níveis de depressão e bem-estar. O objetivo foi determinar a associação entre a depressão e as dimensões do bem-estar em estudantes do departamento de Quiché da universidade pública da Guatemala. Usando uma abordagem quantitativo, não experimental, correlacional-preditivo, com uma amostra intencional não probabilística de 446 estudantes. As informações foram coletadas digitalmente e utilizaram-se as escalas MHC-SF e PHQ-9. Empregou-se uma regressão linear múltipla; o modelo foi estatisticamente significativo, $F(3, 44) = 116, p < .001$, com a equação $Y = 28.059 - 0.488 (BE) - 0.258 (BS) - 0.321 (BP)$. Isso indica que o aumento das três dimensões do bem-estar está relacionado à diminuição dos escores de depressão nessa população. Evidencia-se a necessidade de intervenções que promovam o bem-estar para a melhoria da saúde mental em populações vulneráveis e que permitam fortalecer a identidade educacional.

Palavras chave: Psicologia positiva, educação, saúde mental, integral, universitários.

INTRODUCCIÓN

El departamento de Quiché forma parte del país centroamericano Guatemala, según el Instituto Nacional de Estadística (INE, 2018), alberga una población de 451,344 personas en el rango de 18 a 60 años, lo que constituye el 47.54 % de su población total. Dentro de este grupo demográfico, el 45.90 % corresponde a hombres y el 54.10 % a mujeres, son mayoritariamente indígenas 88.52 %, en las que predominan las etnias K'iche, Ixil y Q'eqchi. Históricamente, fue el sector más afectado en el marco del conflicto armado interno (1960-1996), ya que el 49 % de los actos de violencia dirigidos a la población civil acontecieron en el territorio, con esto existe la posibilidad que la población haya heredado secuelas psicológicas como duelo alterado, tristeza y ansiedad (Comisión para el Esclarecimiento Histórico [CEH], 1999; Oficina de Derechos Humanos del Arzobispado de Guatemala [ODHAG], 1998). La internalización de la militarización psicológica perpetuó perspectivas autoritarias, de amenaza y miedo, afectando su salud mental y el bienestar social (Esparza, 2006; Foxen, 2010).

Además, el departamento cuenta con el índice de alfabetismo más bajo del país, siendo únicamente el 64.50 % de las personas alfabetas (INE, 2019), y únicamente 2.18 % de sus habitantes (entre 18 y 60 años) están matriculados en estudios superiores (INE, 2018).

En este contexto, el proceso de formación universitaria puede ser especialmente desafiante para los estudiantes de Quiché, debido a que conlleva numerosas demandas que pueden resultar en una carga académica abrumadora, desgastando sus recursos emocionales exacerbando o desencadenando problemas de salud psicológica (Cuenca et al., 2020; Haile et al., 2017; Liu et al., 2009). De acuerdo con Auerbach y colaboradores (2018), aproximadamente uno de cada tres estudiantes de primer año da positivo en al menos un trastorno como ansiedad, estado de ánimo o sustancias, del *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders IV* (DSM-IV).

Aunado a esto, el regreso a las aulas universitarias, luego del fin de la pandemia por la COVID-19 y su implícito proceso adaptativo, ha mostrado efectos

psicosociales negativos, que lleva a respuestas emocionales desajustadas (McLafferty et al., 2021; Ramírez-Ortiz et al., 2020). Como resultado, se ha informado un incremento en la prevalencia de varios trastornos mentales, entre los más comunes, el insomnio, ansiedad, depresión y los trastornos relacionados al estrés (Barrera-Herrera & San Martín, 2021; Rabiú et al., 2022).

Por otro lado, muchos estudiantes no reconocen la necesidad de un tratamiento, sino que creen que estos síntomas son típicos del estrés universitario (Eisenberg, et al., 2007), en tanto, los estudiantes que denotan la necesidad de servicios de salud mental, a menudo se enfrentan a barreras de accesibilidad, consideran difícil de obtener atención o son escépticos sobre su eficacia (Mowbray et al., 2006). Además, en los países centroamericanos se enfrentan a un escaso desarrollo en los sistemas nacionales en temáticas de salud mental (Rodríguez et al., 2007).

Por lo tanto, para abordar dicha problemática se ha propuesto explicar desde la salud positiva vinculada al bienestar de las personas (Van Erp Taalman Kip & Hutschemaekers, 2018), que es un aspecto importante a considerar en estudiantes universitarios. El bienestar se define como una condición o estado óptimo de salud física, psicológica y social, que puede entenderse desde una visión hedónica centrado en el placer, felicidad, satisfacción con la vida y experiencias positivas; y desde una perspectiva eudaimónica que contempla el bienestar a partir de la autorrealización y la búsqueda de significado en la vida (Diener, 1984; Sonnentag, 2015); las cuales se han estudiado desde un enfoque unilateral para considerar las dimensiones del bienestar emocional, psicológico y social (Lupano et al., 2017).

La primera dimensión del bienestar se refiere al conjunto de síntomas que indican la existencia o carencia de sentimientos positivos que se conectan con el afecto, la satisfacción con la vida y la felicidad que experimentan las personas. La segunda se vincula con el desarrollo del potencial humano, lo que incluye la autoaceptación, autonomía y el crecimiento personal, propósito de vida, competencia en el entorno, establecimiento y mantenimiento de relaciones interpersonales saludables; así mismo, considera las reflexiones

personales de los individuos sobre su adaptación psicológica adecuada con el ambiente. Y, por último, el bienestar social que está articulado a criterios públicos y que se conecta al funcionamiento óptimo de los sujetos en la sociedad, donde perciben lo social como un espacio significativo para su desenvolvimiento y donde evalúan la coherencia, actualización, integración, aceptación y contribución social, lo que permite que se sientan ajustados, habituados y pertenecientes a una comunidad en la que puedan aportar (Keyes, 2002; Keyes et al., 2008; Toribio & Andrade, 2023).

Pocos estudios formales abordan el bienestar en el departamento, y cuando se menciona, suele vincularse con el Índice de Desarrollo Humano (IDH). Según el Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD, 2022), el IDH para Quiché en 2018 fue de 0.564, siendo el segundo más bajo a nivel nacional. Un proyecto de investigación sobre el bienestar en la adolescencia en Quiché destaca factores negativos, como la juventud de la población, ser mayoritariamente indígena, predominantemente empobrecida, con discriminación de género, limitado acceso a la educación, abandono e inasistencia escolar, y deficiencias en la calidad educativa, que impiden su desarrollo (de Castro et al., 2020).

Estos factores pueden influir en la salud mental de las personas y padecer trastornos mentales como la depresión (Keyes, 2002; Ruiz et al., 2020). Esta se define como un trastorno caracterizado por un estado de ánimo triste y de vacío, desinterés o falta de placer en actividades cotidianas, impacto negativo en relaciones interpersonales, disminución de energía, sentimientos de culpa o inutilidad, dificultad en las capacidades cognitivas y pensamientos o ideas suicidas que influye en la calidad de vida de los sujetos (American Psychiatric Association [APA], 1994; Cobo, 2005).

El bienestar se ha relacionado con la depresión, ya que se ha considerado que un bajo nivel del primero puede aumentar la sintomatología depresiva, por lo que se estima que el bienestar es un factor clave ante la prevención o disminución de síntomas de este trastorno en estudiantes universitarios (Grant et al., 2013;

Rossi et al., 2019; Ruiz et al., 2020). Considerando la relación negativa que reporta la literatura sobre ambas variables tanto en la población estudiada como a nivel general, se buscó determinar la asociación entre la depresión y dimensiones de bienestar en estudiantes del departamento de Quiché de la universidad pública de Guatemala.

MÉTODO

Se utilizó un enfoque cuantitativo no experimental correlacional-predictivo y transversal, con una técnica de muestreo no probabilística intencional y se recopiló la información digitalmente a través de la plataforma Alchemer.com.

Participantes

El estudio fue realizado con estudiantes de la universidad pública de Guatemala que cumplieran con los siguientes criterios de inclusión: ser estudiante activo durante el segundo semestre del año 2023, indicar que estudia en el Departamento de Quiché en la universidad pública del país, sin importar a qué carrera o unidad académica estuviese asignado y tener una edad entre 18 a 60 años.

Por otro lado, los criterios de exclusión fueron: no ser un estudiante activo durante el segundo semestre del año 2023, indicar que estudia fuera del Departamento de Quiché o de universidades privadas y tener una edad que no estuviera comprendida entre los 18 a 60 años.

Instrumentos

Para medir bienestar, se utilizó la escala *Mental Health Continuum- short form* (MHC-SF), en su versión en español, la cual fue validada en el contexto de los participantes por Peña Contreras y colaboradores (2017). Esta consta de 14 ítems clasificados en una escala Likert de cinco puntos (1 = nunca a 5 = siempre) que midió la salud mental positiva durante el último mes en tres dimensiones: Bienestar Emocional (BE), que se vincula a una visión hedónica, ítems del uno al tres, y desde una perspectiva eudaimónica que considera el Bienestar Psicológico (BP), ítems del nueve al 14 y Social (BS), ítems del cuatro al ocho. Las puntuaciones de la suma total oscilaron entre 0 y 70.

Por otro lado, para medir depresión se empleó el *Patient Health Questionnaire* (PHQ-9), en su versión en español (Cassini-Miranda et al., 2017), que incluye 9 ítems en una escala Likert de cuatro puntos de cero (nunca) a tres (todo el tiempo) que evalúa la frecuencia de presentar síntomas de depresión durante los últimos 14 días. Por último, se utilizó un cuestionario sociodemográfico diseñado por el equipo de investigación que recolectó datos personales como sexo, edad, estado civil, religión, origen étnico y empleo; así como información académica que incluía preguntas vinculadas al campus universitario, unidad académica, carrera y semestre al que pertenecían los universitarios.

Procedimiento

Para asegurar el cumplimiento de los requisitos éticos del estudio, se obtuvo la aprobación del Comité de Bioética en Investigación de la Universidad de San Carlos de Guatemala. Dicho comité dio su aprobación al proyecto completo. Para la aplicación, se solicitó el permiso de las autoridades del centro universitario de la universidad pública de Guatemala, ubicado en el Departamento de Quiché, quienes procedieron a informar a los docentes sobre la investigación y les solicitó que reservaran un periodo de tiempo para el equipo de investigación. A los participantes se les proporcionó un enlace QR hacia la plataforma alchemer.com en donde encontraron el consentimiento informado, basado en los principios éticos de autonomía, bienestar, no maleficencia y

justicia, siguiendo la estructura propuesta por Cozby (2005). Al aceptar participar de manera voluntaria, los estudiantes accedieron al cuestionario, y al completarlo, la plataforma les asignó de manera aleatoria un código para resguardar la confidencialidad de los datos.

Análisis de datos

Se utilizó el programa de uso libre Jamovi en su versión 2.3.28. Para describir la población y las escalas, se adquirieron resultados de medidas de tendencia central, frecuencias, porcentajes. Asimismo, se evaluaron los instrumentos, para medir la confiabilidad se utilizó la prueba ω de McDonald y para medir la idoneidad de los datos, se realizó la prueba Kaiser-Meyer-Olkin (KMO), con la comprobación de supuestos a través de la prueba de esfericidad de Bartlett. Finalmente, para determinar la asociación entre las variables se realizó una regresión lineal múltiple y una Omnibus test ANOVA, para verificar la bondad de ajuste.

RESULTADOS

El estudio involucró a un total de 446 estudiantes del departamento de Quiché, cuya edad media (desviación estándar) fue 24.40 (6.45) años. La caracterización de la población, presentada en la Tabla 1, revela que la mayoría de ellos eran hombres y se identificaron con la etnia Maya. Además, el 84.30 % (376), no asistían a ningún tipo de tratamiento psicológico en el momento del estudio y estaban matriculados en siete unidades académicas distintas.

Tabla 1. Caracterización de la población

Variable	f	%
Sexo		
Hombre	268	60.09
Mujer	178	39.91
Etnia		
Mestiza o ladina	175	39.24
Maya	210	47.09
Xinca	1	0.22
Tratamiento psicológico		
No	376	84.30
Sí	67	15.02
Actualmente en tratamiento	3	0.67
Unidad Académica		
Humanidades	67	15.02
Agronomía	42	9.42
Ciencias económicas	67	15.02
Ciencias jurídicas y sociales	142	31.84
Profesorado en enseñanza media	98	21.97
Ciencias físicas y matemáticas	15	3.36
Otra	15	3.36

Nota: N = 446.

Por otro lado, se presentan en la Tabla 2, las medias de las variables analizadas, de las dimensiones del bienestar y la escala PHQ-9. El BE, con $M = 10.7$ ($SD = 2.94$), para el BS 14.4 (4.11), para el BP 20.4 (5.54) y para la escala de depresión 12.7 (5.54). Además, se incluyen los resultados estadísticos que evalúan la confiabilidad a través del coeficiente de Omega

de McDonald. La puntuación de las dimensiones de BE y BP, así como la prueba PHQ-9, se sitúan en el rango "Buena". Por otro lado, el BS se clasifica como "Aceptable". Además, se presentan los resultados de la prueba de Kaiser-Meyer-Olkin y la prueba de esfericidad de Bartlett que arrojan valores que indican una idoneidad adecuada.

Tabla 2. Medias, desviación estándar, estadísticas de confiabilidad y análisis factorial exploratorio de las dimensiones de bienestar y la escala PHQ-9

Descriptivo	Media	SD	Min	Max	ω de McDonald	KMO	Prueba de Esfericidad de Bartlett		
							χ^2	gl	p
Bienestar emocional	10.7	2.94	3	15	.847	.728	560	3	< .001
Bienestar social	14.4	4.11	6	25	.788	.815	569	10	< .001
Bienestar psicológico	20.4	5.54	6	30	.882	.896	1250	15	< .001
PHQ-9	12.7	5.54	0	27	.860	.895	1436	36	< .001

Nota: N = 446.

El cálculo del modelo de regresión lineal múltiple para explicar la relación entre la variable dependiente "depresión" y las variables independientes BE, BS y BP

se muestra en la Tabla 3. El modelo fue estadísticamente significativo $F(3, 442) = 116$, $p < .001$. Las dimensiones de bienestar representaron el 66.40 % de la variación en

la depresión con una R^2 ajustada = 44.1%. La ecuación de regresión fue: $Y = 28.059 - 0.488 (BE) - 0.258 (BS) -$

$0.321 (BP)$, lo que establece una relación inversa entre la variable dependiente y las independientes.

Tabla 3. Regresión lineal puntajes de depresión y dimensiones de bienestar

Predictor	Estimado	EE	Intervalo de confianza		t	p	Estimado estándar
			Límite inferior	Límite superior			
Intercepto	28.059	0.8504	26.387	29.7299	32.99	< .001	
Bienestar emocional	-0.480	0.1125	-0.701	-0.2586	-4.27	< .001	-0.242
Bienestar social	-0.258	0.0807	-0.417	-0.0995	-3.20	.001	-0.182
Bienestar psicológico	-0.321	0.0670	-0.453	-0.1894	-4.79	< .001	-0.305

Nota: N = 446. EE = Error estándar.

Para finalizar, la prueba Omnibus de la ANOVA se utilizó para evaluar la adecuación del modelo, y los resultados indicaron para BE = $F(1, 348) = 18.2$, $p < .001$, BS = $F(1, 196) = 10.2$, $p .001$, BP = $F(1, 440) = 22.9$, $p < .001$, lo que respalda el ajuste del modelo.

DISCUSIÓN

Los hallazgos de la regresión revelan una relación inversa entre los puntajes de depresión y las dimensiones de bienestar (BE, BP, BS). Estos resultados respaldan afirmaciones previas que indican que el BE, la regulación emocional y la experiencia de emociones positivas se relacionan con la reducción de factores desencadenantes de trastornos psicológicos (Archibald et al., 2023; Kohls et al., 2021; Siltan et al., 2020). Por ejemplo, promueven la regulación del estrés mediante estrategias como el optimismo y el humor, facilitando la adaptación de los estudiantes a situaciones sumamente estresantes (Chang et al., 2020; Nguyen et al., 2023).

Por ello, propiciar la realización de actividades gratificantes que se manifiesten en la sensación de sentido de vida en un entorno emocional positivo puede actuar como regulador ante los impactos destructivos de la depresión, como el suicidio (Lew et al., 2019). Así como, ayudar a los estudiantes que manifiestan dificultades durante los momentos de ocio debido a la anhedonia (Nagata & Kono, 2022).

Por otro lado, ya que el modelo el BP, que está más vinculado al funcionamiento y desarrollo del potencial humano, tiene una mayor efectividad a largo plazo a

diferencia de BE que suele ser de corta duración, puede favorecer el desarrollo de la autoeficacia (Joshi et al., 2021). Por tanto, intervenciones basadas en el BP ayudarán en la disminución de la medicación por síntomas depresivos hasta llegar a la remisión y con ello influir de forma positiva el desarrollo académico, profesional y social de los estudiantes universitarios (Liu et al., 2019; Mamani-Benito et al., 2022; Rauff & Van der Meulen, 2020; Rossi et al., 2019).

Además, ampliar investigaciones posteriores hacia el conocimiento de las dimensiones específicas del BP, como la autoaceptación, crecimiento personal y dominio en el ambiente pueden dar mayores estrategias que ayuden en el tratamiento de la depresión del alumnado (Toth et al., 2022).

Consecutivamente, el presente estudio muestra que la presencia BS disminuye la depresión, esto es concordante con otros estudios, que muestran las relaciones positivas, la percepción de integración y aceptación con la comunidad educativa, como factores protectores ante los síntomas depresivos (Li, et al., 2022; Gál et al., 2022). Mientras que su ausencia puede generar problemas relacionados con el sentimiento de soledad o generar aislamiento social que puede llevar a provocar enfermedades crónicas y mortalidad prematura, (Holt-Lunstad et al., 2017), así como, la sobrecarga del sistema de salud, ya que, niveles altos de BS se asocian con una menor necesidad de búsqueda de atención médica (HaGani et al., 2023).

En este sentido, el retorno actual a la educación

presencial que está viviendo la población universitaria en Quiché, y las nuevas interacciones que surgen podrían aumentar el BS, disminuyendo así la sintomatología depresiva que podría haberse desarrollado debido a la reducción de la conexión social durante el periodo de confinamiento. (Fried et al., 2022; Scott et al., 2022). Otro aspecto a resaltar es que la mayoría de los evaluados se identifica como Maya (47.09 %). Esto es relevante porque la educación universitaria tiende a estandarizar los procesos educativos, lo que podría desencadenar un proceso de aculturación con posibles efectos en el BS (Girmay & Singh, 2019). Por esa razón, en las universidades de Quiché, las autoridades pueden implementar medidas para crear espacios que promuevan interacciones inclusivas y étnicamente integradoras con el propósito de elevar el sentimiento de pertenencia e identidad con la comunidad educativa (Arslan, 2023; Flett et al., 2019).

Asimismo, si en el entorno universitario, se reconoce que los programas de apoyo a la autonomía y asesoramiento psicológico, tanto para estudiantes como para profesores, son fundamentales para fortalecer el BP, se podría mejorar su formación profesional, permitiendo satisfacer las necesidades psicológicas básicas, fomentar la motivación, determinación y un funcionamiento saludable en la universidad, lo que potencialmente reduciría el riesgo de desarrollar síntomas depresivos (Jiang & Tanaka, 2022; Liu et al., 2019). Esto cobra relevancia especialmente considerando que el 84.30 % de los evaluados reportan no haber recibido atención psicológica.

Acciones como, la actividad física, han demostrado ser beneficioso para mejorar el bienestar general (Zhang & Chen, 2019). Los avances tecnológicos, se pueden utilizar herramientas y medios digitales para mejorar el BP cuando el estudiante presenta síntomas asociados a la depresión (Lattie et al., 2019). Las intervenciones basadas en atención plena pueden resultar particularmente efectivas en estudiantes, regulando síntomas como trastornos del sueño y agotamiento, al tiempo que promueven el BE (Novak et al., 2020).

CONCLUSIONES

El bienestar social, emocional y psicológico, así como, las emociones y entornos positivos contribuyen al

manejo adecuado del estrés y a prevenir o disminuir los efectos de trastornos psicológicos como la depresión, ya que se fortalece la formación de relaciones sociales, el sentido de autoeficacia, autonomía, integración, adaptación, motivación, y en universidades con una población Maya significativa, la identidad cultural y de pertenencia (Flett et al., 2019; Lew et al., 2019; Rossi et al., 2019).

No obstante, se requieren más investigaciones a largo plazo para obtener datos concluyentes sobre la salud mental en las personas del departamento de Quiché, el modelo predictivo de este artículo muestra la importancia de fortalecer el bienestar en las instituciones educativas y crear diversas acciones de intervención psicológica desde una perspectiva positiva que puedan ser adaptadas a esta población.

Referencias

- American Psychiatric Association. (1994). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders 4th ed.* (DSM-4). American Psychiatric Publishing.
- Archibald, P., Lopez-Humphreys, M., & Rosenthal, K. (2023). COVID-19 stressors and effects related to depression with American university students. *Social Work in Mental Health*, 21(4), 437-453. <https://doi.org/10.1080/15332985.2022.2162835>
- Arslan, G. (2023). Psychological maltreatment predicts decreases in social wellbeing through resilience in college students: A conditional process approach of positive emotions. *Current psychology*, 42(3), 2110-2120. <https://doi.org/10.1007/s12144-021-01583-0>
- Auerbach, R. P., Mortier, P., Bruffaerts, R., Alonso, J., Benjet, C., Cuijpers, P., Demyttenaere, K., Ebert, D. D., Green, J. G., Hasking, P., Murray, E., Nock, M. K., Pinder-Amaker, S., Sampson, N. A., Stein, D. J., Vilagut, G., Zaslavsky, A. M., Kessler, R. C., & WHO WMH-ICS Collaborators (2018). WHO World Mental Health Surveys International College Student Project: Prevalence and distribution of mental disorders. *Journal of abnormal psychology*, 127(7), 623-638. <https://doi.org/10.1037/abn0000362>
- Barrera-Herrera, A., & San Martín, Y. (2021). Prevalencia de Sintomatología de Salud Mental y Hábitos de Salud en una Muestra de Universitarios Chilenos.

- Psyche*, 30(1), 1-16. <https://dx.doi.org/10.7764/psyche.2019.21813>
- Cassiani-Miranda, C. A., Cuadros-Cruz, A. K., Torres-Pinzón, H., Scoppetta, O., Pinzón-Tarrazona, J. H., López-Fuentes, W. Y., Paez, A., Cabanzo-Arenas, D. F., Ribero-Marulanda, S. & Llanes-Amaya, E. R. (2021). Validez del Cuestionario de salud del paciente-9 (PHQ-9) para cribado de depresión en adultos 19 usuarios de Atención Primaria en Bucaramanga, Colombia. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 50(1), 11-21. <https://doi.org/10.1016/j.rcp.2019.09.001>
- Chang, E. C., Yi, S., Liu, J., Kamble, S. V., Zhang, Y., Shi, B., Ye, Y., Fang, Y., Cheng, K., Xu, J., Shen, J., Li, M., & Chang, O. D. (2020). Coping behaviors as predictors of hedonic well-being in Asian Indians: Does being optimistic still make a difference?. *Journal of Happiness Studies*, 21, 289-304. <https://doi.org/10.1007/s10902-019-00087-w>
- Cobo, J. (2005). El concepto de depresión. Historia, definicion(es), nosología, clasificación. *Psiquiatría.com*, 9(4).
- Comisión para el Esclarecimiento Histórico [CEH]. (1999). *Guatemala memoria del silencio. Tomo II. Las violaciones de los derechos humanos y los hechos de violencia*. CEH.
- Cozby, P. C. (2005). *Métodos de Investigación del Comportamiento*. McGraw Hill.
- Cuenca R. N. E., Robladillo B. L. M., M. M. E., & Suyo V. J. A. (2020). Salud mental en adolescentes universitarios Latinoamericanos: Revisión sistemática. *Archivos venezolanos de farmacología y terapéutica*, 39(6), 689-705.
- de Castro Lamela, G., Roncero, L. M., & Joj, J. A. T. (2020) El impacto de la cultura local y global en el bienestar: análisis desde la construcción de expectativas de la adolescencia en Quiché-Guatemala. En Fernández-Villa, M., Gutiérrez, G. J., Herrera A. F., Martínez, H. M. J., & Pérez, A.K. (Eds.) *V Congreso Internacional de Estudios del Desarrollo Desafíos al desarrollo: procesos de cambio hacia la justicia global* (pp. 727-750). Hegoa, REEDES.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95(3), 542-575. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.95.3.542>
- Eisenberg, D., Golberstein, E., & Gollust, S. E. (2007). Help-seeking and access to mental health care in a university student population. *Medical care*, 45(7), 594-601. <https://doi.org/10.1097/MLR.0b013e31803bb4c1>
- Esparza, M. (2006). Post-war Guatemala: long-term effects of psychological and ideological militarization of the K'iche Mayans. *Journal of Genocide Research*, 7(3), 377-391. <https://doi.org/10.1080/14623520500190330>
- Flett, G., Khan, A., & Su, C. (2019). Mattering and Psychological Well-being in College and University Students: Review and Recommendations for Campus-Based Initiatives. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 17, 667-680. <https://doi.org/10.1007/s11469-019-00073-6>
- Foxen, P. (2010). Local Narratives of Distress and Resilience: Lessons in Psychosocial Well-Being among the K'iche' Maya in Postwar Guatemala. *The Journal of Latin American and Caribbean Anthropology*, 15(1), 66-89. <https://doi.org/10.1111/j.1935-4940.2010.01063.x>
- Fried, E. I., Papanikolaou, F., & Epskamp, S. (2022). Mental Health and Social Contact During the COVID-19 Pandemic: An Ecological Momentary Assessment Study. *Clinical Psychological Science*, 10(2), 340-354. <https://doi.org/10.1177/21677026211017839>
- Gál, Z., Kasik, L., Jámbori, S., Fejes, J. B., & Nagy, K. (2022). Social problem-solving, life satisfaction and well-being among high school and university students. *International Journal of School & Educational Psychology*, 10(1), 170-180. <https://doi.org/10.1080/21683603.2020.1856249>
- Girmay, M., & Singh, G. K. (2019). Social isolation, loneliness, and mental and emotional well-being among international students in the United States. *International Journal of Translational Medical Research and Public Health*, 3(2), 75-82. <https://doi.org/10.21106/ijtmrph.82>
- Grant, F., Guille, C., & Sen, S. (2013). Well-Being and the Risk of Depression under Stress. *PLOS ONE*, 8(7), e67395. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0067395>
- Haile, Y. G., Alemu, S. M., & Habtewold, T. D. (2017). Common mental disorder and its association with academic performance among Debre Berhan University students, Ethiopia. *International*

- Journal of Mental Health Systems*, 11(34). <https://doi.org/10.1186/s13033-017-0142-6>
- HaGani, N., Surkalim, D. L., Clare, P. J., Merom, D., Smith, B. J., & Ding, D. (2023). Health care utilization following interventions to improve social well-being: A systematic review and meta-analysis. *JAMA Network Open*, 6(6), e2321019-e2321019. <https://doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2023.21019>
- Holt-Lunstad, J., Robles, T. F., & Sbarra, D. A. (2017). Advancing social connection as a public health priority in the United States. *The American psychologist*, 72(6), 517-530. <https://doi.org/10.1037/amp0000103>
- Instituto Nacional de Estadística [INE]. (2018). *Base de datos Censo 2018*. <https://www.censopoblacion.gt/descarga>
- Instituto Nacional de Estadística [INE]. (2019). *XII Censo Nacional de Población y VII de Vivienda. Resultados Censo 2018*. INE. <https://www.ine.gov.gt/sistema/uploads/2021/11/19/202111192139096rGNQ5SfAlepmPGfYTovW9MF6X2turyT.pdf>
- Jiang, J., & Tanaka, A. (2022). Autonomy support from support staff in higher education and students' academic engagement and psychological well-being. *Educational Psychology: An International Journal of Experimental Educational Psychology*, 42(1), 42-63. <https://doi.org/10.1080/01443410.2021.1982866>
- Joshanloo, M., Jovanović, V., & Park, J. (2021). Differential relationships of hedonic and Eudaimonic well-being with self-control and long-term orientation. *Japanese Psychological Research*, 63(1), 47-57. <https://doi.org/10.1111/jpr.12276>
- Keyes, C. L. (2002). The Mental Health Continuum: From Languishing to Flourishing in Life. *American Sociological Association*, 43(2), 207-222. <https://doi.org/10.2307/3090197>
- Keyes, C. L., Wissing, M., Potgieter, J. P., Temane, M., Kruger, A., & Van Rooy, S. (2008). Evaluation of the mental health continuum-short form (MHC-SF) in setswana-speaking South Africans. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 15(3), 181-192. <https://doi.org/10.1002/cpp.572>
- Kohls, E., Baldofski, S., Moeller, R., Klemm, S. L., & Rummel-Kluge, C. (2021). Mental Health, Social and Emotional Well-Being, and Perceived Burdens of University Students During COVID-19 Pandemic Lockdown in Germany. *Front. Psychiatry* 12, 643957. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2021.643957>
- Lattie, E. G., Adkins, E. C., Nathan, W., Stiles-Shields, C., Wafford, Q. E., & Graham, A. K. (2019). Digital Mental Health Interventions for Depression, Anxiety, and Enhancement of Psychological Well-Being Among College Students: Systematic Review. *Journal of Medical Internet Research*, 21(7), e12869. <https://doi.org/10.2196/12869>
- Lew, B., Huen, J., Yu, P., Yuan, L., Wang, D. F., Ping, F., Talib, M. A., Lester, D., & Jia, C. X. (2019). Associations between depression, anxiety, stress, hopelessness, subjective well-being, coping styles and suicide in Chinese university students. *PloS one*, 14(7), e0217372. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0217372>
- Li, P., Yang, J., Zhou, Z., Zhao, Z., & Liu, T. (2022). The influence of college students' academic stressors on mental health during COVID-19: The mediating effect of social support, social well-being, and self-identity. *Frontiers in public health*, 10, 2296-2565. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.917581>
- Liu, Q., Shono, M., & Kitamura, T. (2009). Psychological well-being, depression, and anxiety in Japanese university students. *Depression and Anxiety*, 26(8), E99-E105. <https://doi.org/10.1002/da.20455>
- Liu, X., Ping, S., & Gao, W. (2019). Changes in Undergraduate Students' Psychological Well-Being as They Experience University Life. *International journal of environmental research and public health*, 16(16), 2864. <https://doi.org/10.3390/ijerph16162864>
- Lupano, P. M. L., De la Iglesia, G., Castro, S. A., & Keyes, C. L. M. (2017). The Mental Health Continuum-Short Form (MHC-SF) in the Argentinean Context: Confirmatory Factor Analysis and Measurement Invariance. *Europe's Journal of Psychology*, 13(1), 93-108. <https://doi.org/10.5964/ejop.v13i1.1163>
- Mamani-Benito, O., Carranza, E. R., Castillo-Blanco, R., Caycho-Rodriguez, T., Tito-Betancur, M., & Farfán-Solís, R. (2022). Anxiety and depression as predictors of life satisfaction during pre-professional health internships in COVID-19 times: the mediating role of psychological well-being. *Heliyon*, 8(10), e11025. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2022.e11025>

- McLafferty, M., Brown, N., McHugh, R., Ward, C., Stevenson, A., McBride, L., Brady, J., Bjourson, A. J., O'Neill, S. M., Walsh, C. P., & Murray, E. K. (2021). Depression, anxiety and suicidal behaviour among college students: Comparisons pre-COVID-19 and during the pandemic. *Psychiatry research communications*, 1(2), 100012. <https://doi.org/10.1016/j.psycom.2021.100012>
- Mowbray, C. T., Megivern, D., Mandiberg, J. M., Strauss, S., Stein, C. H., Collins, K., Kopels, S., Curlin, C., & Lett, R. (2006). Campus mental health services: recommendations for change. *The American journal of orthopsychiatry*, 76(2), 226-237. <https://doi.org/10.1037/0002-9432.76.2.226>
- Nagata, S., & Kono, S. (2022). Depression and leisure-based meaning-making: Anhedonia as a mediating factor. *Leisure Studies*, 41(2), 214-230. <https://doi.org/10.1080/02614367.2021.1971285>
- Novak, B. K., Gebhardt, A., Pallerla, H., McDonald, S. B., Haramati, A., & Cotton, S. (2020). Impact of a university-wide interdisciplinary mind-body skills program on student mental and emotional well-being. *Global Advances in Health and Medicine*, 9, 2164956120973983. <https://doi.org/10.1177/2164956120973983>
- Oficina de Derechos Humanos del Arzobispado de Guatemala [ODHAG]. (1998). *Guatemala, nunca más. Tomo 4 Víctimas del Conflicto*. ODHAG. <https://www.odhag.org.gt/publicaciones/remhi-guatemala-nunca-mas/>
- Peña Contreras, E. K., Lima Castro, S. E., Bueno Pacheco, G. A., Aguilar Sizer, M. E., Keyes, C. L. M., & Arias Medina, W. P. (2017). Fiabilidad y validez de la Escala del Continuum de Salud Mental (MHC-SF) en el contexto ecuatoriano. *Ciencias Psicológicas*, 11(2), 223-232. <http://dx.doi.org/10.22235/cp.v11i2.1499>
- Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo [PNUD]. (2022). *Informe Nacional de Desarrollo Humano: Desafíos y oportunidades para Guatemala: hacia una agenda de futuro. La celeridad del cambio, una mirada territorial del desarrollo humano 2002 - 2019*. PNUD. https://indhguatemala.org/app/uploads/2022/07/IDH_Guatemala_FINAL_WEB.pdf
- Rabiu Abubakar, A., Tor, M. A., Ogidigo, J., Sani, I. H., Rowaiye, A. B., Ramalan, M. A., Najib, S. Y., Danbala, A., Adamu, F., Abdullah, A., Irfan, M., Kumar, S., Etando, A., Rahman, S., Sinha, S., & Haque, M. (2022). Challenges and Implications of the COVID-19 Pandemic on Mental Health: A Systematic Review. *Psych*, 4(3), 435-464. <https://doi.org/10.3390/psych4030035>
- Ramírez-Ortiz, J., Castro-Quintero, D., Lerma-Córdoba, C., Yela-Ceballos, F., & Escobar-Córdoba, F. (2020). Mental health consequences of the COVID-19 pandemic associated with social isolation. *Colombian Journal of Anesthesiology*, 48(4). <https://doi.org/10.5554/22562087.e930>
- Rauff, E. L., & Van der Meulen, C. L. (2021). First-year undergraduate students: depressed, distressed, and drained? Influence of depressive symptoms on markers of psychological well-being, sleep, and physical activity. *Journal of American College Health*, 71(3), 904-913. <https://doi.org/10.1080/07448481.2021.1909043>
- Rodríguez, J. J., Barrett, T., Narváez, S., Caldas, J. M., Levav, I., & Saxena, S. (2007). Informe Especial/ Sistemas de salud mental en El Salvador, Guatemala y Nicaragua: resultados de una evaluación mediante el WHO-AIMS. *Revista Panamericana de Salud Pública*, 22(5), 348-357.
- Rossi, J. L., Jiménez, J. P., Barros, P., Assar, R., Jaramillo, K., Herrera, L., Quevedo, Y., Botto, A., Leighton, C., Martínez, F. (2019). Sintomatología depresiva y bienestar psicológico en estudiantes universitarios chilenos. *Revista médica de Chile*, 147(5), 579-588. <http://dx.doi.org/10.4067/S0034-98872019000500579>
- Ruiz, D. L. C., Blanco-González, L., Araque-Castellanos, F., Mendoza-Rincón, B. M., & Arenas-Villamizar, V. V. (2020). Características del bienestar psicológico en jóvenes universitarios en el marco aislamiento preventivo por COVID-19. *Gaceta Médica de Caracas*, 128(S2), 359-364. <http://dx.doi.org/10.47307/GMC.2020.128.s2.22>
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. (1995). The Structure of Psychological Well-Being Revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719-727. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719>
- Scott, R. A., Stuart, J., Barber, B. L., O'Donnell, K. J., & O'Donnell, A. W. (2022). Social connections during

- physical isolation: How a shift to online interaction explains friendship satisfaction and social well-being. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, 16(2). <https://doi.org/10.5817/CP2022-2-10>
- Silton, R. L., Kahrilas, I. J., Skymba, H. V., Smith, J., Bryant, F. B., & Heller, W. (2020). Regulating positive emotions: Implications for promoting well-being in individuals with depression. *Emotion*, 20(1), 93-97. <https://doi.org/10.1037/emo0000675>
- Sonnentag, S. (2015). Dynamics of Well-Being. *The Annual Review of Organizational Psychology and Organizational Behavior*, 2(1), 261-293. <https://doi.org/10.1146/annurev-orgpsych-032414-111347>
- Toribio, P. L. & Andrade, P. P. (2023). Propiedades Psicométricas del Continuo de Salud Mental (MHC-SF) en Jóvenes Mexicanos. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación*, 68(2), 151-164. <https://doi.org/10.21865/RIDEP68.2.11>
- Toth, C., King, M. L., Heinzerling, A., & Trapp, N. (2022). Response to TMS treatment for depression associated with higher levels of psychological well-being. *Journal of Psychiatric Research*, 150, 142-146. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2022.03.030>
- Van Erp Taalman Kip, R. M. & Hutschemaekers, G. J. (2018). Health, well-being, and psychopathology in a clinical population: Structure and discriminant validity of Mental Health Continuum Short Form (MHC-SF). *Journal of Clinical Psychology*, 74(10), 1719-1729. <https://doi.org/10.1002/jclp.22621>
- Zhang, Z., & Chen, W. (2019). A systematic review of measures for psychological well-being in physical activity studies and identification of critical issues. *Journal of affective disorders*, 256, 473-485. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2019.06.024>