



Associação entre saúde mental positiva e habilidades sociais em estudantes de enfermagem

Association between positive mental health and social skills in nursing students

Asociación entre la salud mental positiva y habilidades sociales en estudiantes de enfermería

Kimberlym Jauregui-Soriano¹, <https://orcid.org/0000-0003-0734-6402>

Sonia Huyhua-Gutierrez², <https://orcid.org/0000-0003-4823-2778>

Roberto Zegarra-Chapoñan³, <https://orcid.org/0000-0002-0471-9413>

Tula Espinoza-Moreno¹, <https://orcid.org/0000-0002-1825-00971>

Jhon Zeladita-Huaman¹, <https://orcid.org/0000-0002-5419-5793>

¹Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Lima, Perú

²Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas, Amazonas, Perú

³Universidad María Auxiliadora, Lima, Perú

Autor de Correspondência:

Jhon Alex Zeladita Huaman, jhonzeladita@hotmail.com

Resumo

Contexto: Os estudantes de Enfermagem (EE) têm um alto nível de saúde mental positiva (SMP), um aspecto que, de um enfoque positivo, foi associado com as habilidades interpessoais de autocompaixão, resiliência, empatia e autoeficácia; contudo, poucos estudos analisaram a relação entre a SMP e as habilidades sociais (HS) como conduta socialmente hábil para comportar-se de forma assertiva.

Objetivo: Determinar a associação entre a SMP e as HS nos EE em três universidades no Peru.

Metodologia: Estudo transversal, descritivo e correlacional, realizado no ano de 2020 mediante um formulário do Google Forms. Utilizou-se a escala de SMP (Lluch, 2000) e a escala de HS (Gismero, 2010). A amostra consistiu em 392 EE seleccionados por



amostragem não probabilística por conveniência. Para determinar a associação, foram aplicados dois modelos de regressão linear múltipla, com nível de significância de 0,01.

Resultados: Foi encontrado que os EE têm um alto nível de SMP (73,5%) e um médio nível de HS (57,9%). As variáveis que estão relacionadas à SMP de modo positivo foram: ocupação ($B = 0,11$, $p < 0,05$), autoexpressão em situações sociais ($B = 0,55$, $p < 0,001$); e negativamente, a expressão de raiva ou desacordo ($B = -0,11$, $p = 0,04$).

Conclusões: Há uma associação entre SMP e HS; portanto, para manter o alto nível de SMP que os EE possuem, sugere-se a implementação de intervenções multidisciplinares voltadas ao fortalecimento de HS, principalmente naqueles que se dedicam apenas aos estudos.

Palavras-Chave: Habilidades sociais; Saúde mental; Estudantes de enfermagem; Infecções por Coronavírus

Abstract

Context: Nursing students (NS) have a high level of positive mental health (PMH), an aspect that since a positive approach was associated with the soft skills of self-compassion, resilience, empathy and self-efficacy; however, few studies have analyzed the relationship between PMH and social skills (SS) as a socially capable behavior to behave in an assertive manner.

Objective: To determine the association between the PMH and the SS in NS of three universities in Peru.

Methodology: Cross-sectional, descriptive and correlational study, carried out in 2020 using a Google Forms form. The PMH scale (Lluch Canut, 2000) and the SS scale (Gismero, 2010) were used. The sample consisted of 392 NS selected by non-probabilistic convenience sampling. To determine the association, two multiple linear regression models were applied, with a significance level of 0.01.

Results: NS were found to have a high level of PMH (73,5%), a medium level of SS (57.9%). The variables that are related to the PMH in a positive way were: occupation ($B=0,11$, $p<0,05$), self-expression in social situations ($B=0,52$, $p<0,001$), ability to make requests ($B=0.18$, $p<0.001$) and SS ($B=0.55$, $p<0.001$); and negatively, the expression of anger or disagreement ($B= -0,11$, $p=0,04$)

Conclusions: There is an association between PMH and SS; therefore, to maintain the high level of PMH that NS have, it is suggested to implement multidisciplinary interventions aimed at strengthening the SS, particularly in those who only dedicate themselves to study.

Keywords: Social skills; Mental health; Nursing, students; Coronavirus infections.



Resumen

Contexto: Los estudiantes de Enfermería (EE) tienen un alto nivel de salud mental positiva (SMP), aspecto que desde un enfoque positivo fue asociado con las habilidades blandas la autocompasión, resiliencia, empatía y autoeficacia; sin embargo, pocos estudios analizaron la relación entre la SMP y las habilidades sociales (HS) como conducta socialmente habilidosa para comportarse de manera asertiva.

Objetivo: Determinar la asociación entre la SMP y las HS en EE de tres universidades del Perú.

Metodología: Estudio transversal, descriptivo y correlacional, realizado en el año 2020 mediante un formulario Google Forms. Se empleó la escala de SMP (Lluch Canut, 2000) y la escala de HS (Gismero, 2010). La muestra estuvo conformada por 392 EE seleccionados por muestreo no probabilístico por conveniencia. Para determinar la asociación se aplicaron dos modelos de regresión lineal múltiple, con un nivel de significancia de 0,01.

Resultados: Se encontró que los EE tenían un nivel alto de SMP (73,5%), nivel medio de HS (57,9%). Las variables que se relacionan con la SMP de manera positiva fueron: la ocupación ($B=0,11$, $p<0,05$), autoexpresión en situaciones sociales ($B=0,52$, $p<0,001$), habilidad de hacer peticiones ($B=0,18$, $p<0,001$) y las HS ($B=0,55$, $p<0,001$); y de manera negativa, la expresión de enfado o disconformidad ($B= -0,11$, $p=0,04$)

Conclusiones: Existe asociación entre la SMP y las HS; por lo tanto, para mantener el nivel alto de SMP que tienen los EE se sugiere implementar intervenciones multidisciplinarias dirigidas al fortalecimiento de las HS, particularmente en quienes solo se dedican a estudiar.

Palabras Clave: Habilidades sociales; Salud mental; Estudiantes de enfermería; Infecciones por Coronavirus.

Recibido 15/01/2021. Aceite: 30/03/2021.

Introdução

En el Perú el 25,2% de la población son jóvenes, de los cuales solo el 16,5% cursaban estudios de educación superior (Instituto Nacional de Estadística e Informática, 2019). Investigaciones realizadas durante la pandemia COVID-19 señalan que los estudiantes de ciencias de la salud presentan problemas de salud mental como ideación suicida, depresión, ansiedad y estrés (Maia e Dias, 2020); más aún, se ha reportado que estos problemas psicoemocionales incrementan el consumo drogas y bebidas alcohólicas (Kleiman et al., 2020).



La salud mental ha sido definida como emoción (afecto), sentimiento (felicidad), rasgo de personalidad (autoestima y control) o capacidad para afrontar la adversidad (Organización Mundial de la Salud et al., 2004). Al respecto, Jahoda (1958) propuso que no solo se debe considerar a la salud mental como la mera ausencia de enfermedad sino que comprende un estado completo de bienestar físico, psicológico y social, en este sentido la clasificó en tres áreas; siendo una de ellas la Salud Mental Positiva (SMP) que significa autonomía para identificar, controlar y resolver problemas. Esta definición es la más empleada en el estudio de esta variable y fue el modelo teórico en que se basó Lluch Canut (2000) para desarrollar una Escala de SMP.

La SMP es pieza clave en la salud del ser humano y está determinada por múltiples factores socioeconómicos, biológicos y del entorno. Estudios previos reportan que la SMP se encuentra asociado a las características sociodemográficas como sexo (Concha e Fuerte, 2017), con la autoeficacia y el rendimiento académico (Manoel et al, 2017; Cardenas et al., 2019). En cuanto a las características de la SMP en estudiantes de enfermería (EE), se ha reportado que presentan bajo nivel de autocontrol y autonomía (Ruiz de Angulo, 2018); sin embargo, presentan alto nivel de satisfacción con su vida personal, buena actitud prosocial y adecuadas relaciones interpersonales (Ferreira et al., 2016).

Uno de los ejes temáticos de la promoción de la salud comprende las habilidades para la vida, entre ellas las habilidades sociales (HS) como aspectos favorables para la salud, debido a que abarca conductas que promueven las interacciones interpersonales para que el individuo tenga un desempeño social competente (OMS, 2004); siendo importante potenciarlo en los EE por la interacción permanente que tiene con las personas.

Estudios realizados en universitarios reportan que las HS están asociados con las características de la salud mental como las estrategia de afrontamiento, resolución de problemas (De Almeida Santos e Benevides Soares, 2020) y autoeficacia (Manoel et al, 2017). Asimismo, una investigación encontró que los EE no son capaces de demostrar sus HS y esto podría repercutir en su desempeño laboral (García Nuñez e Matta Solis, 2020). Por lo tanto, se requiere investigar sobre la relación entre las HS y la SMP, debido a que el futuro profesional de Enfermería está en permanente interacción con las personas al brindar su cuidado. Es por ello que en este estudio se tuvo como objetivo determinar la asociación entre la SMP y las HS en EE de tres universidades del Perú.

Métodos

Se realizó un estudio transversal, tipo descriptivo y correlacional, entre los meses de agosto a noviembre del 2020, se inició cinco meses posteriores al reporte del primer



caso confirmado de COVID-19 en el Perú. La población estuvo conformada por 1094 EE que estudian en una de las tres universidades: Universidad Nacional Mayor de San Marcos (Lima), Universidad María Auxiliadora (Lima) y Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza en Amazonas (Amazonas). Los criterios de inclusión fueron: ser EE matriculados en cualquier año de estudios en las universidades seleccionadas y tener 18 o más años de edad; y como criterio de exclusión se consideró el no contar dispositivo electrónico conectado a Internet. El cálculo del tamaño muestral para la población dada según un muestreo aleatorio simple con un 95% de confianza y un margen de error del 5% fue 285; sin embargo, debido a que la técnica de muestreo fue no probabilista por conveniencia se decidió incrementar este tamaño muestral a 387 sujetos para compensar el error de estimación.

Se empleó la técnica de encuesta virtual y como instrumento un cuestionario gestionado a través de Google Forms, que contenía tres secciones; en la primera sección se consignó el consentimiento informado, en la segunda sección preguntas, datos sociodemográficos y epidemiológicos (sexo, edad, ocupación, estado civil, tipo de universidad, si fue o no diagnosticado de COVID-19); y en la tercera sección, dos escalas tipo Likert. Se empleó la escala de SMP validado por Lluch Canut (2000), que fue adaptado en el Perú por Concha Huarcaya (2017) y consta de 39 ítems que evalúa seis factores: satisfacción personal, actitud prosocial, autocontrol, autonomía, resolución de problemas y autocontrol, y habilidades de relaciones interpersonales. La confiabilidad de la escala fue determinada mediante alfa de Cronbach (0,918). El nivel se estableció según el promedio: bajo (menor de 2), medio (de 2 a 3) y alto (Mayor de 3) basado en la investigación de Concha (2017).

Además, se empleó la escala de HS creada por Gismerero (2010) y adaptada por Ruiz de Angulo (2018); consta de 33 ítems que evalúa seis factores: autoexpresión en situaciones sociales, defensa de los propios derechos como consumidor, expresión de enfado o disconformidad, decir no y cortar interacciones, hacer peticiones e iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto. La confiabilidad de la escala fue determinada mediante alfa de Cronbach (0,88). El nivel se estableció según un estudio previo (Carrasco Ramírez e Cueva Vargas, 2017) basado en el promedio: bajo (menor de 2), medio (de 2 a 3) y alto (Mayor de 3). Aunque ambas escalas fueron validadas en población de habla hispana, antes de la recopilación se realizó juicio de expertos.

Para determinar la relación entre las HS y la SMP se estimaron dos modelos de regresión lineal múltiple. Para ambos modelos se consideraron las siguientes variables de control: edad, el sexo, el año universitario que los estudiantes cursan, el estado civil, el tipo de universidad y la ocupación. Para el primer modelo, los 6 factores de las HS se incluyeron como variables predictoras; mientras que, para el segundo modelo se incluyó al puntaje total en HS como variable predictora. En cuanto a los supuestos del modelo, la SMP no se distribuyó normalmente ($W = .95$, $p < 0.001$) por lo cual fue necesario utilizar la transformación de Tukey (Mangiafico, 2020) para cumplir con el supuesto de normalidad. En cuanto los diagnósticos de homocedasticidad (Modelo 1: $BP = 16.48$, $gl =$



13, $p = 0.22$; Modelo 2: $BP = 10.18$, $gl = 8$, $p = 0.25$), multicolinearidad ($VIF < 10$) y casos atípicos (D de Cook < 1) en ambos modelos se cumplieron con los requerimientos para una predicción confiable. Los análisis de regresión fueron llevados a cabo en el software R v4.0.2. El estudio fue aprobado con el Comité de Ética de la Universidad María Auxiliadora y previo al ingreso de información en el formulario, se realizó el proceso de consentimiento informado.

Resultados

En total se entrevistaron 392 EE. El 83,7% (328) fueron mujeres, la media de la edad fue de $24,6 \pm 6,0$ años. En cuanto al estado civil, el 83,9% (329) eran solteros, el 13,3% (52) casados o convivientes y el 2,8% (11) viudos o separados. Respecto al tipo de institución, el 68,9% (270) estudiaban en una universidad nacional y el 31,1% (121) en una universidad privada. En cuanto a la ocupación, el 48,7% (191) se dedicaban exclusivamente a estudiar y el 51,3% (201) estudiaban y trabajaban. Asimismo, el 15,8% (62) fueron diagnosticados con COVID-19.

En cuanto a la SMP, el 73,5% (288) de los EE tenían alto nivel, el 25,8% (101) nivel medio y el 0,8% (3) bajo nivel. Respecto a las HS, el 57,9% (227) presentó nivel medio, el 36,7% (144) nivel alto y 5,4% (21) nivel bajo. La mayoría de los EE presentaron un alto nivel de los factores de la SMP, excepto en autocontrol que fue de nivel medio (54,6%). Sin embargo, mayormente, presentan un nivel medio en los factores de la HS, con excepción en autoexpresión en situaciones sociales (HS1) que fue alto (47,7%) (Tabla 1).

Tabla 1. Porcentaje de estudiantes de Enfermería según el nivel de los factores de la salud mental positiva y habilidades sociales, Perú, 2020 (n=392).

	Bajo (%)	Medio (%)	Alto (%)
Factores de la Salud Mental Positiva			
Satisfacción personal	3,3	19,9	76,8
Actitud prosocial	0,8	19,9	79,3
Autocontrol	10,2	54,6	35,2
Autonomía	5,6	29,3	65,1
Resolución de problemas y autoactualización	2,8	45,2	52,0
Habilidades de relaciones interpersonales	2,6	39,8	57,7
Factores de las Habilidades sociales			
Autoexpresión en situaciones sociales	8,2	44,1	47,7
Defensa de los propios derechos como consumidor	10,5	54,8	34,7
Expresión de enfado o disconformidad	18,1	46,2	35,7
Decir no y cortar interacciones	12,5	45,9	41,6
Hacer peticiones	9,9	59,4	30,6
Iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto	24,0	53,3	22,7



En la Tabla 2 se pueden observar los modelos de regresión lineal múltiple estimados para predecir la SMP de los EE. Se puede observar que para ambos modelos la única variable control que tuvo un efecto estadísticamente significativo fue la ocupación, donde los EE que estudian y trabajan tienen un puntaje mayor de SMP ($B = 0.11$, $p < 0.05$). Con respecto a los factores de las HS, la HS1 predice positiva y fuertemente la SMP de los EE ($B = 0.52$, $p < 0.001$). Por otro lado, la expresión de enfado o disconformidad (HS3) predice negativamente la SMP, donde mayores sean las expresiones de enfado o disconformidad menor será la SMP de los EE ($B = -0.11$, $p = 0.04$). La habilidad de hacer peticiones (HS5) predice positiva y moderadamente la SMP de los EE ($B = 0.18$, $p < 0.001$). Este modelo explica un 39% de la varianza de la SMP. Finalmente, la escala total de las HS también predice positiva y fuertemente la SMP ($B = 0.55$, $p < 0.001$), y este modelo explica el 32% de la varianza total.

Tabla 2. Modelos de regresión sobre la Salud Mental Positiva de los estudiantes de Enfermería

	Modelo 1			Modelo 2		
	<i>b</i>	<i>EE</i>	<i>B</i>	<i>b</i>	<i>EE</i>	<i>B</i>
Intercepto	65.15***	4.69	-	67.58*	4.70	-
Edad	-0.01	0.14	-0.02	0.06	0.14	0.02
Sexo (Masculino)	-1.52	1.72	-0.03	-0.90	1.80	-0.02
Años de estudios	0.83	0.53	0.05	0.99	0.55	0.06
Est. Civil (Casado)	3.06	2.30	0.09	1.33	2.39	0.05
Est. Civil (otro)	4.29	4.25	0.04	5.41	4.47	0.05
Tipo Univ. (Privada)	0.31	1.96	-0.01	0.78	2.04	0.01
Ocupación (Est. y trab.)	2.96*	1.58	0.11	2.89*	1.62	0.11
Autoexpresión en situaciones sociales	1.71***	0.19	0.52	-	-	-
Defensa de los propios derechos como consumidor	0.59	0.31	0.11	-	-	-
Expresión de enfado o disconformidad	-0.66*	0.31	-0.11	-	-	-
Decir no y cortar interacciones	-0.03	0.24	0.02	-	-	-
Hacer peticiones	0.91***	0.26	0.18	-	-	-
Iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto	0.18	0.24	0.04	-	-	-
Habilidades Sociales Total	-	-	-	0.55***	0.04	0.55
R ²	0.39			0.32		

* $p < 0.05$; ** $p < 0.01$; *** $p < 0.001$

Discussão

En este estudio realizado en EE que se encontraban recibiendo clases en la modalidad no presencial cumpliendo la medida de cuarenta por la pandemia COVID-19, se encontró como principal hallazgo, que el puntaje de las HS se relaciona de manera positiva y



fuerte con el puntaje de la SMP. Esto significa que los EE hábiles y que tienen capacidad de interactuar con los demás en determinadas situaciones particulares presentan mayor SMP. Resultado que concuerda con estudios previos que reportan asociación entre las HS con aspectos positivos relacionados a la salud mental como la autoeficacia (Manoel et al., 2017), asertividad (Mata Blasco, 2016), estrategias de afrontamiento, capacidad de resolución de problemas (De Almeida Santos & Benevides Soares, 2020). Asimismo, el primer modelo de regresión lineal múltiple en el cual se consideró cada uno de los factores de las HS como predictores de la SMP, reportó que tanto HS1 y HS5 se relacionan de manera directa y positiva con la SMP; mientras que HS3 predice de manera negativa la SMP; basado en los postulados propuesto por Gismero (2010) se puede afirmar que la persona que posee la capacidad de comunicarse asertivamente, habilidad para demandar lo que necesita y procura evitar conflictos con otros tiene posibilidad de tener mayor SMP. En este sentido se puede deducir que las HS instrumentan a la persona para establecer relaciones sociales exitosas y mantener una SMP.

Por otra parte, los EE tienen niveles altos de SMP, hallazgo que coinciden con un estudio realizado en España y Portugal (Sequeira et al., 2020). El cual estaría indicando que, pese al confinamiento y la adaptación del contexto de la pandemia, los EE han sabido mantener su salud mental. Sin embargo, el nivel medio de autocontrol reportado en este estudio que coincide con un estudio previo (Ruiz de Angulo, 2018), evidencia que los EE presentan dificultades para regular sus sentimientos y gestionar situaciones de estrés, aspecto que podría estar relacionado con el incremento del uso de equipos tecnológicos durante la enseñanza virtual y que más de la mitad de los estudiantes encuestados se encuentran trabajando. Asimismo, en el estudio se encontró que los EE que además de estudiar trabajan presentan mayor puntaje de SMP en comparación con los que únicamente se dedican a estudiar, esto podría ser explicado debido a que el entorno laboral es un espacio de socialización entre pares en el cual se establecen nuevas relaciones interpersonales. Al respecto, un estudio cualitativo reportó que el apoyo de los pares y las actividades recreativas son factores importantes para la promoción de la SMP (Arat et al., 2021).

Respecto al nivel de las HS, coincidente con los hallazgos de este estudio, tanto investigaciones realizadas en EE que emplearon la escala de Gismero (Mata Blasco, 2016); así como otro estudio que empleó la escala multidimensional de expresión social reportaron que los estudiantes universitarios presentan un nivel medio de HS (Rivera et al., 2019). Evidencia la necesidad de reforzar las HS en los EE, ya que al trabajar con seres humanos y al no estar fortalecido esta habilidad se estaría formando futuros profesionales sin las condiciones básicas para atender usuarios que acuden a los establecimientos de salud por diferentes situaciones. El desarrollo de las habilidades para la vida es uno de los ejes de la promoción de la salud, por ello es importante que en la formación del futuro profesional de Enfermería se integre competencias generales y específicas que permitan poner en práctica sus HS para el cuidado en la persona, familia y comunidad.



Conclusão

Los EE presentan un nivel alto de SMP y nivel medio de HS. Además, se determinó que los universitarios que estudian y trabajan, los que presentan mayor puntaje de HS1 y HS5, menor puntaje de HS3 y mayor puntaje de las HS tiene mayor puntaje de SMP. En este sentido, se recomienda que para mantener el nivel alto de SMP que tienen los EE durante la pandemia COVID-19 se sugiere implementar intervenciones multidisciplinares dirigidas a fortalecer las HS como promover la comunicación asertiva, habilidad para expresar peticiones y estrategias para evitar los conflictos con otros, particularmente en quienes solo se dedican a estudiar. Además, se sugiere realizar estudios que determinen la relación causal o estudios cualitativos que permitan comprender cómo las HS puede determinar los resultados de la salud mental. Como limitación de este estudio se puede señalar que no se recopiló información sobre variables relacionadas con la actividad académica como trabajos de grupo en la enseñanza a distancia y el tiempo en que realizaron prácticas en los establecimientos de salud u otras variables potenciadoras de la interacción evaluada; información que podría repercutir en los resultados debido a que estas variables pueden condicionar tanto la SMP como las HS.

Implicações para a Prática Clínica

La evaluación de la SMP y las HS en los EE son elementos claves en su proceso formativo, el profesional de Enfermería como integrante del equipo de salud debe establecer y mantener relaciones exitosas que le permitan liderar equipos de trabajo, personal a cargo entre otros. En ese sentido la evidencia reafirma la necesidad de que los estudiantes desarrollen su ser antes que su quehacer, mediante estrategias que le permitan comunicarse asertivamente y capacidad de demandar o solicitar lo que necesita y manejo de los conflictos; por tanto, estas habilidades deben ser contenidos transversales abordados en todo el plan curricular que le permitan un desarrollo integral. También se debe coordinar a través de la Oficina de Bienestar Universitario el fortalecimiento de las HS en los estudiantes propiciando espacios de socialización y el fomento de redes interdisciplinarias con la comunidad universitaria y la sociedad en su conjunto, donde finalmente el profesional de Enfermería se integrará como ser social.

Kimberlym Jauregui-Soriano - Enfermera, egresada de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Co-coordinadora del punto de vacunación de la DIRIS Lima Centro, Lima, Perú, kimberlym.jauregui@unmsm.edu.pe

Sonia Huyhua-Gutierrez - Enfermera, Maestra en Gerencia y Gestión en los Servicios de Salud, Profesora asociada a dedicación exclusiva del Departamento Académico de Salud Pública de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza, Amazonas, Perú, sonia.huyhua@untrm.edu.pe



Roberto Zegarra-Chapoñan - Enfermero, bachiller en Derecho y Ciencias Políticas, investigador RENACYT grupo María Rostworowski, Magister en Gestión Pública, Gestor Académico de la Escuela Nacional de Salud Pública-ENSAP, Docente de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad María Auxiliadora, Lima, Perú, rob.zegarra@gmail.com

Tula Espinoza-Moreno - Enfermera, Licenciada en Educación, Especialista en Salud Pública, Magister en Gestión Educativa, Doctoranda en Educación, Doctoranda en Ciencias de Enfermería, Coordinadora de la Maestría de Enfermería y Docente principal a dedicación exclusiva de la Facultad de Medicina de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Lima, Perú, tespinozam@unmsm.edu.pe

Jhon Zeladita-Huaman - Enfermero, investigador RENACYT grupo Carlos Monge, Maestro de Gestión en Salud, Doctorando en Enfermería, Docente auxiliar de la Facultad de Medicina de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Lima, Perú, jhonzeladita@hotmail.com

Referências Bibliográficas

Arat, G., Jordan, L. P., & Wong, P. W. C. (2021). Exploring the culturally specific factors of mental health in South Asian minority students in Hong Kong. *European Journal of Social Work*, 24(1), 123–136. <https://doi.org/10.1080/13691457.2019.1605978>

Cárdenas Areco, S. M., Martínez Bourdier, A. A., Insfrán Coronel, T. G., & Ovando Romero, S. M. (2019). Correlación entre el bienestar psicológico y el rendimiento académico de estudiantes de Medicina de la Universidad Nacional de Asunción, Paraguay. *Discover Medicine*, 3(2), 37-44. Disponible em: <https://www.revdiscovermedicine.com/index.php/inicio/article/view/180/70>

Carrasco Ramírez, C. C., & Cueva Vargas, R. C. (2017). Habilidades sociales en los estudiantes de la Escuela Profesional de Psicología y de la Escuela Profesional de Ingeniería de Sistemas de la Universidad Peruana Unión, Filial Tarapoto, 2016. [Tesis de Licenciatura, Universidad Peruana Unión]. https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12840/725/Cecilia_Tesis_bachiller_2017.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Concha Huarcaya, M. A., & Fuerte Montaña, L. (2017). Características de la salud mental positiva en estudiantes de Ciencias de la Salud, de la Universidad San Pedro de Chimbote. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*, 19(1-2), 65-90. Disponible em: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7259996>

De Almeida Santos, Z., e Benevides Soares, A. (2020). O impacto das habilidades sociais e das estratégias de enfrentamento na resolução de problemas em universitários de psicologia. *Ciencias Psicológicas*, 14(2), e-2228. <https://doi.org/10.22235/cp.v14i2.2228>

Ferreira, M., Cortez, E., Silva, J. L., e Ferreira, M. J. (2016). Avaliação da saúde mental positiva de discentes de enfermagem. *Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental*, (Spe.4), 57-62. <http://dx.doi.org/10.19131/rpesm.0142>



García Nuñez, D.P. & Matta Solis, H.H. (2020). Habilidades sociales en estudiantes de enfermería de una universidad privada de Lima Norte. *Peruvian Journal of Health Care & Global Health*, 4(1),16-19. <https://doi.org/10.22258/HGH.2020.41.69>

Gismero, E. (2010). *Manual de la Escala de Habilidades Sociales (3a ed.)*. Madrid: Universidad Pontificia Comillas.

Instituto Nacional de Estadística e Informática. Perú: Línea Base de los Principales Indicadores Disponibles de los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS), 2018. Noviembre 2018. Lima: INEI. Disponible em: https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitales/Est/Lib1578/

Jahoda, M. (1958). *Current Concepts of Positive Mental Health*. New York: Basic Books.

Kleiman, E. M., Yeager, A. L., Grove, J. L., Kellerman, J. K., & Kim, J. S. (2020). Real-time Mental Health Impact of the COVID-19 Pandemic on College Students: Ecological Momentary Assessment Study. *JMIR Mental Health*, 7(12), e24815. <https://doi.org/10.2196/24815>

Lluch Canut, M.T. (2000). *Construcción de una escala para evaluar la salud mental positiva [Tesis Doctoral, Universidad de Barcelona]*. <http://www.tdx.cat/handle/10803/2366>

Maia, B. R. e Dias, P. C. (2020). Ansiedade, depressão e estresse em estudantes universitários: O impacto da COVID-19. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 37, e200067. <http://dx.doi.org/10.1590/1982-0275202037e200067>

Mangiafico. S. (2020). *rcompanion: Functions to Support Extension Education Program Evaluation*. R package version 2.4.6. <https://CRAN.R-project.org/package=rcompanion>

Manoel, D. , Grubits, H.B. & Vera Noriega, J. A. (2017). Habilidades sociales y autoeficacia en la formación superior. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*, 19(1-2), 113-134. Disponible em: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7259998>

Mata Blasco, M. L. (2016). Study of Social Skills or Assertive Behaviour in the Students of the Escuela Universitaria de Enfermería of Huesca (Spain). *Revista De Enfermería (Barcelona, Spain)*, 39(9), 36-43. Disponible em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30252229/>

Organización Mundial de la Salud, Departamento de Salud Mental y Abuso, de Sustancias, Fundación Victorian para la Promoción de la Salud (VicHealth), & Universidad de Melbourne. (2004). *Promoción de la Salud Mental: Conceptos, evidencia emergente, práctica: Informe compendiado*. Disponible em: https://www.who.int/mental_health/evidence/promocion_de_la_salud_mental.pdf

Rivera, J., Lay, N., Moreno, M., Pérez, A., Rocha, G., Parra, M., Torres Rivas, E., García, J., Redondo, O., & Duran, S. (2019). Programa de entrenamiento para desarrollar habilidades sociales en estudiantes universitarios. *Espacios*, 40(31), 10-25. Disponible em: <https://www.revistaespacios.com/a19v40n31/a19v40n31p10.pdf>



Ruiz de Angulo, L. G. (2018). Impacto de un programa de promoción del autocontrol en estudiantes de enfermería. *Enfermería Clínica*, 28(2), 118-124. <https://doi.org/10.1016/j.enfcli.2017.03.012>

Sequeira, C., Carvalho, J. C., Gonçalves, A., Nogueira, M. J., Lluch-Canut, T., & Roldán-Merino, J. (2020). Levels of Positive Mental Health in Portuguese and Spanish Nursing Students. *Journal of the American Psychiatric Nurses Association*, 26(5), 483-492. <https://doi.org/10.1177/1078390319851569>