

# RELACIÓN ENTRE EL SENTIDO DE VIDA Y LA SALUD MENTAL EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS HONDUREÑOS

VILMA ODESSA ZELAYA GUARDADO

<https://orcid.org/0000-0001-5532-9311>

Universidad Católica de Honduras "Nuestra Señora Reina de la Paz"

Correo electrónico: vodessa@unicah.edu

Recibido: 16 de diciembre del 2022 / Aceptado: 12 de mayo del 2023

doi: [https://doi.org/10.26439/persona2023.n26\(1\).6208](https://doi.org/10.26439/persona2023.n26(1).6208)

**RESUMEN.** Existen varios estudios que han investigado la relación entre el sentido de vida y la salud mental, aunque muy pocos en estudiantes de educación superior, por lo que esta investigación examina la relación entre el sentido de vida y la salud mental en estudiantes universitarios hondureños. Se utilizó una muestra de 345 estudiantes de pregrado de la Universidad Católica de Honduras (UNICAH), campus San Pedro y San Pablo (SPSP) entre 18 y 45 años de edad, el 75.1 % correspondiente al sexo femenino y 24.9 % al masculino. La mayoría de los estudiantes se encuentran en los niveles inferiores del sentido de vida (pudiendo experimentar neurosis noógena, mostrar vacío existencial o estar en una zona de frustración: alarma y riesgo) y un 59.4 % manifiestan alteraciones psíquicas. Existe también una relación inversa significativa entre el sentido de vida y la salud mental, así como con sus respectivas dimensiones. La problemática evidenciada debe ser gestionada mediante un abordaje psicológico preventivo y correctivo.

Palabras clave: logoterapia / análisis existencial / sentido de vida / salud mental / estudiantes

## RELATIONSHIP BETWEEN THE MEANING OF LIFE AND MENTAL HEALTH IN HONDURAN UNIVERSITY STUDENTS

**ABSTRACT.** Several studies have investigated the relationship between the meaning of life and mental health. However, very few deal with higher education students, so this research examines this relationship in Honduran university students. The sample consists of 345 undergraduate students from the San Pedro y San Pablo campus (SPSP) of the Catholic University of Honduras (UNICAH) between 18 and 45 years old, 75.1 % female and 24.9 % male. Most students are at the lower levels of the sense of life (prone to experience noogenic neurosis, show existential emptiness or be in a zone of frustration, alarm, and risk), and 59.4 % manifest psychic alterations. There is also a significant inverse relationship between the meaning of life and mental health and their respective dimensions. The article recommends a preventive and corrective psychological approach to address the problem.

Keywords: logotherapy / existential analysis / meaning of life / mental health / students

## INTRODUCCIÓN

En algún lapso de la existencia, el ser humano, no importando la época que le ha tocado vivir, se ha preguntado cuál es el sentido de su vida, sin tener en muchas ocasiones una respuesta al respecto. No obstante, Frankl (2009, 2016) menciona que es el propio individuo quien debe darse cuenta de que es la vida misma la que le plantea interrogantes en cada momento, las cuales deben ser respondidas no con palabras sino con hechos, con una conducta que asuma la responsabilidad ante las demandas que la vida le presenta en cada circunstancia personal.

Para Frankl (2009), “el sentido de la vida consiste en que el hombre [el ser humano] realice su esencia” (p. 135), lo que le concede significado a la vida. De hecho, asevera que la vida humana por ningún motivo deja de tener sentido y que en esta perennidad de sentido de vida se admiten también el sufrimiento, la angustia, las carencias y la muerte. De esta manera, la búsqueda del sentido de vida que cada persona realiza constituye una fuerza primaria, por lo que el individuo debe descubrir el suyo, el cual, a pesar de que nunca se extingue, sí se modifica constantemente.

Lukas (1983) coincide con este pensamiento, ya que considera que el ser humano puede encontrar su sentido de vida cuando se le presentan situaciones de profunda preocupación, crisis, aflicciones, tragedias y lucha por sobrevivir. De igual forma, Fizzotti (1997) menciona que, cuando el ser humano que está padeciendo algún sufrimiento es capaz de elevarse por encima de esa situación, podrá descubrir la satisfacción personal aun en el más acérrimo fracaso. En otras palabras, el sufrimiento cobra sentido cuando se le encuentra un significado válido.

Por otro lado, así como el ser humano es capaz de descubrir su sentido de la vida, también puede tener frustración existencial, la cual se refiere a la capacidad de estropear su voluntad de sentido entendida como “el afán de encontrar un sentido concreto a la vida personal” (Frankl, 2016, p. 129). Dicha frustración existencial, que es muy frecuente en la juventud, puede desembocar en una patología psicológica y desencadenar una neurosis noógena, que se origina por problemas existenciales, los cuales pueden ser catalogados de *espirituales*, aclarando que este término no corresponde a ninguna conexión religiosa, sino a una dimensión exclusivamente humana. Además, cuando ocurre esa frustración de voluntad de sentido, se pueden encontrar individuos que experimenten vacío existencial, es decir, una drástica privación de sentido (Frankl, 2003, 2016).

Es necesario subrayar que una visión tripartita del sentido de significado en la vida ha cobrado fuerza en los últimos años y consta de tres subconstructos distintos: coherencia, propósito y significancia (Martela & Steger, 2016), o como los enuncian George y Park (2016): comprensión, propósito e importancia, en contraposición con la conceptualización unidimensional de Frankl (2016).

De acuerdo con Martela y Steger (2016), la coherencia es la descripción del mundo tal como se le presenta al individuo, mientras que el propósito tiene que ver con las metas que enfrenta una persona y la significancia se trata de encontrar valor en la vida. En este mismo orden de ideas, George y Park (2016) afirman que la comprensión es el grado de coherencia y entendimiento experimentado en relación a la propia vida; el propósito está impulsado por objetivos de vida valiosos y la importancia consiste en el grado de experiencia de la propia existencia como significativa, primordial y de valor en el mundo.

Se debe señalar que, en la postura de Frankl (2016), cuando esta se refiere a la definición de un propósito, lo hace con énfasis en un objetivo o meta principal de la vida, es decir, que la persona se centra en una razón primordial para vivir. En cambio, George y Park (2016), y Martela y Steger (2016) definen el propósito con énfasis en tener múltiples objetivos valiosos con visión de futuro que brindan dirección a la vida.

En referencia a esto, Chan Chi (2021) sostiene que, cuando los jóvenes no encuentran un motivo para vivir, es decir, el significado de su existencia en este mundo, pueden comenzar a experimentar una falta de sentido que les hace perder el deseo de aprender, no tener metas, pesimismo e incluso el inicio del fracaso en el programa educativo. Asimismo, asevera que, a medida que estas situaciones continúen apareciendo en la vida de los estudiantes y estos se imaginen cada vez más atrapados en un callejón sin salida, empezarán a sentir un vacío existencial.

En cuanto a la perspectiva teórica, este estudio se basó en la logoterapia, la cual se eligió por dos razones. La primera es que su objetivo es ayudar al ser humano a descubrir el sentido de su vida de forma personal e individual (Frankl, 2003, 2019). La segunda, la logoterapia se puede conectar con el ámbito educativo, ya que, como lo afirma Bruzzone (2008), el propósito de esta disciplina radica en fomentar la voluntad de sentido y desarrollar la capacidad de valorar y elegir.

Del mismo modo, Noblejas de la Flor (1994) plantea la función trascendental de la educación como guía en la búsqueda de sentido de la persona, basada en la concepción holística del ser humano, el cual tiene manifestaciones espirituales que lo habilitan para resistir sus limitaciones y tomar control de su vida. Además, enfatiza que el trabajo educativo debe brindar a los docentes y alumnos oportunidades para la elección personal, ampliando así sus áreas de interés y asumiendo compromisos personales de manera responsable, lo que se alinea con la propuesta de una pedagogía de la responsabilidad elaborada por Frankl (2016).

En Honduras hay escasez de evidencia empírica sobre esta temática; sin embargo, se rescata una investigación elaborada por Figueroa Rodríguez (2020) sobre el sentido de vida en estudiantes de la Universidad Nacional Autónoma de Honduras (UNAH) en tiempos de pandemia del COVID-19. Entre los resultados, se evidencia que el 61.8 %

manifiesta tener presencia de sentido, el 19.3 % indica indefinición de sentido y el 18.9 % reporta crisis existencial.

Ahora bien, en lo que respecta a la salud mental, esta debe entenderse como “un estado de bienestar en el que el individuo realiza sus capacidades, supera el estrés normal de la vida, trabaja de forma productiva y fructífera y aporta algo a su comunidad” (Organización Mundial de la Salud [OMS], 2013, p. 7). Cabe destacar que, durante la adolescencia y la incursión en la edad adulta, se experimentan una sucesión de cambios. Uno de ellos es el ingreso a la universidad, el cual suele generar niveles significativos de estrés, aprensión o angustia, que, si no se detectan y tratan oportunamente, en algunos casos pueden desencadenar alteraciones psíquicas (Organización Panamericana de la Salud [OPS], 2018).

En un estudio mundial desarrollado por el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (2021), se revela que alrededor de un tercio de jóvenes experimentan con frecuencia preocupación, ansiedad o nerviosismo. Sin embargo, los jóvenes entre 20 y 24 años tienen más probabilidad de manifestar estos síntomas (38 %), existiendo mayor propensión a que este porcentaje disminuya cuando hayan completado sus estudios universitarios.

Por ende, la comunidad estudiantil universitaria es una población bastante vulnerable a contraer problemas de salud mental y el COVID-19 ha acelerado el porcentaje de prevalencia de los mismos. Esta vulnerabilidad se puede dar por una serie de factores de riesgos potenciales, tales como la carga y exigencia académica, las nuevas modalidades educativas, la situación económica, el confinamiento y el distanciamiento social (Zapata-Ospina et al., 2021), entre otros.

Honduras no es la excepción a la regla. A partir del 16 de marzo del 2020, todas las universidades a nivel nacional suspendieron las actividades académicas de forma presencial y migraron a una modalidad de clases virtuales o en línea, con el fin de prevenir el contagio del COVID-19 (Consejo de Educación Superior, 2020). Esto desencadenó diversas dificultades para el estudiantado en general, entre ellas, carencia de ingresos económicos familiares, falta de acceso a herramientas digitales, limitaciones de conexión al internet, falta de autonomía y capacidad para gestionar su aprendizaje, sobrecarga en las demandas académicas, aislamiento social, estrés y ansiedad general, lo que condujo a un desequilibrio psicológico, principalmente a los que ya padecían una condición preexistente en esta área (Mejía-Elvir, 2021).

En síntesis, la salud mental de los estudiantes se ha visto afectada por las medidas adoptadas para combatir la pandemia que incluyeron el cierre de las universidades. Con la demanda de nuevos métodos de enseñanza y la disminución del rendimiento resultante de esta experiencia estresante, los alumnos universitarios se han convertido en un grupo demográfico particularmente sensible a las alteraciones psicológicas (Zapata-Ospina et al., 2021).

Lo anterior se constata en un estudio desarrollado por Moncada Godoy (2016) a 1977 estudiantes de la UNAH del campus de la ciudad universitaria, en el que se encuentra una prevalencia de probables trastornos mentales del 29.9 %, con predominio de manifestaciones de ansiedad (16 %), abuso de sustancias psicoactivas (8.4 %) y depresión (5.9 %). Además, revela una presencia significativa de estrés postraumático (5.1 %) y un 11.6 % presentan comorbilidad, es decir, manifiestan síntomas de más de uno de los trastornos mentales examinados.

Si bien ha habido pocos estudios realizados a nivel nacional del sentido de vida y la salud mental en estudiantes universitarios, la cuestión se torna más difícil cuando se pretende mostrar investigaciones elaboradas en el país sobre la relación entre ambos constructos. Se ha encontrado solamente el estudio efectuado por Landa-Blanco et al. (2022) a 1696 alumnos matriculados en la ciudad universitaria de la UNAH, que demuestra una correlación negativa significativa entre el riesgo suicida, y la presencia y búsqueda de sentido de la vida.

Esta situación es similar a nivel mundial, ya que existe poca investigación teórica y empírica sobre la asociación entre el sentido de vida y la salud mental en el alumnado universitario. En este sentido, Frankl (2019) menciona que los jóvenes representan la población más afectada por la falta de sentido de vida, de esta manera, "la carencia de un significado y un propósito en la vida es indicador de desajuste emocional" (p. 112).

En esta misma línea de pensamiento, Zamudio Flores (2021) expresa que la presencia o fortalecimiento del sentido de vida en una persona facilita el desarrollo y enriquecimiento de su salud mental, mientras que la carencia o inadecuada interpretación de su sentido de vida puede provocar que no sea capaz de afrontar una crisis mental o emocional, lo que genera diferentes alteraciones psicológicas.

En consonancia con ello, existen algunas investigaciones (Arslan et al., 2020; van der Walt, 2019) cuyas muestras son estudiantes universitarios de Turquía y Sudáfrica respectivamente, y en ambas se evidencia que el significado de la vida está relacionado significativamente con la salud mental. No obstante, el estudio elaborado por Moreno Carmona y Rodríguez Fernández (2010) a estudiantes de dos universidades revela que no existe una asociación estadísticamente significativa entre ambas variables.

A diferencia de estos hallazgos, Romero Parra (2020) desarrolla una investigación acerca de la depresión y el sentido de vida en tiempos de pandemia utilizando una muestra de 600 estudiantes universitarios, la cual revela que existe una relación inversa moderada entre ambas variables. Resultados similares se encuentran en un estudio efectuado por Hedayati y Khazaei (2014) en el que participan 215 alumnos de la Universidad Allameh Tabatabaei en Irán, donde se demuestra que hay una correlación negativa y significativa entre la depresión y el significado de vida, incluidas sus dimensiones.

Por otro lado, Li et al. (2021), al realizar un metaanálisis para investigar la relación entre presencia de significado/búsqueda de significado y bienestar subjetivo, encontraron que existe una fuerte asociación entre la presencia de significado de la vida y un mayor bienestar subjetivo y, aunque la búsqueda del significado de la vida puede perjudicar el bienestar subjetivo, este efecto es pequeño y condicional. En este sentido, George y Park (2016) argumentan que los individuos con una alta comprensión, que están comprometidos con objetivos más elevados y congruentes con sus valores e identidad, y que además sienten en mayor medida que su existencia tiene sentido y trascendencia en el mundo, son personas que poseen un mejor bienestar. En concordancia con ello, Frankl (2016) afirma que la búsqueda humana de su sentido de vida puede surgir de una tensión interna, la cual es un requisito indispensable para el bienestar psíquico.

Lo expuesto previamente permite comprender la importancia de estudiar la asociación entre el sentido de vida y la salud mental. Con respecto al sentido de vida, funciona como un motivador que incentiva a los estudiantes a continuar sus estudios y enfrentar, basados en sus recursos personales, las circunstancias propias de la vida académica, sus relaciones con otras personas y el periodo de transición en los primeros años universitarios (Chan Chi, 2021). Y en referencia a la salud mental, es un determinante en la calidad de vida, y el bienestar académico y emocional de los alumnos, siendo este un aspecto fundamental del camino hacia el éxito en su formación estudiantil (Cuenca Robles, 2020).

Con base en lo anterior, el objetivo del presente estudio es determinar la relación entre el sentido de vida y la salud mental en estudiantes universitarios hondureños. Para ello, se examina la evidencia proporcionada por las tres hipótesis de investigación:

- H<sub>1</sub>: Existe relación entre el sentido de vida y la salud mental en estudiantes universitarios hondureños.
- H<sub>2</sub>: Existe relación entre el sentido de vida y las dimensiones de la salud mental (síntomas somáticos, ansiedad e insomnio, disfunción social y depresión grave) en estudiantes universitarios hondureños.
- H<sub>3</sub>: Existe relación entre la salud mental y las dimensiones del sentido de vida (percepción de sentido, vivencia de sentido y actitud ante la muerte) en estudiantes universitarios hondureños.

## **MÉTODO**

### **Tipo de estudio**

La investigación utilizó un enfoque cuantitativo, un alcance descriptivo-correlacional y un diseño no experimental transversal correlacional (Hernández-Sampieri & Mendoza Torres, 2018).

## Participantes

La muestra estuvo conformada por 345 estudiantes de la UNICAH, campus SPSP. Para su cálculo se utilizó el programa Decision Analyst STATS 2.0, considerando una población de 3414 alumnos, un error máximo aceptable de 5 % y un nivel deseado de confianza de 95 %. El tipo de muestreo utilizado fue probabilístico aleatorio simple, ya que al inicio todos los elementos de la población tenían la misma probabilidad de ser elegidos. Luego, se dividió la población en segmentos por las facultades que ofrece el campus y se seleccionó una muestra de estudiantes por cada facultad. En cuanto al perfil demográfico, las edades de los participantes oscilaron entre 18 y 45 años con una edad promedio de 21.25 años. En la tabla 1 se especifican otros datos sociodemográficos de la muestra.

**Tabla 1**

*Datos sociodemográficos de la muestra*

Variable	Total	
	n	%
Sexo		
Femenino	259	75.1
Masculino	86	24.9
Grupo etario		
De 18 a 19 años	114	33
De 20 a 25 años	210	60.9
De 26 a 29 años	15	4.3
De 30 a 39 años	4	1.2
De 40 a 49 años	2	0.6
Facultad		
Ciencias de la salud	289	83.8
Ingenierías	39	11.2
Ciencias administrativas	9	2.7
Ciencias sociales	5	1.4
Ciencias religiosas	3	0.9

## Instrumentos

### *Test de Sentido en la Vida, versión 2014*

El PIL Test (*Purpose in Life Test*) fue elaborado por Crumbaugh y Maholick en 1964, utilizándose para esta investigación la adaptación argentina desarrollada por Gottfried (2016), a la que él llamó *Test de Sentido en la Vida, versión 2014*. Se eligió este instrumento, ya que,

de acuerdo con una revisión sistemática en español sobre la educación y sentido desde la perspectiva de logoterapia y análisis existencial efectuada por Di Marco et al. (2021), se reflejó que la mayoría de las investigaciones llevadas a cabo entre los años 2000 y el 2021 utilizaron el PIL Test para medir el sentido de vida en un contexto educativo. Asimismo, esta prueba psicométrica fue elaborada basándose en la teoría propuesta por Viktor Frankl, teniendo como fin medir el sentido de vida versus el vacío existencial, por lo cual las puntuaciones que se obtienen indican la presencia o carencia de sentido de la vida (Gottfried, 2016).

Dicho test es un instrumento autoadministrado realizado mediante diferencial semántico, compuesto por veinte ítems que contienen siete posibles opciones de respuesta, distribuidos en una escala del 1 al 7 entre dos sentimientos extremos. Además, se encuentra dividido en tres dimensiones: percepción de sentido (once ítems), vivencia de sentido (cinco ítems) y actitud ante la muerte (cuatro ítems). La primera dimensión incluye temas acerca de la captación de sentido, en los que, a través de la libertad y la responsabilidad, la persona percibe que ha progresado en su vida. La segunda dimensión involucra temas asociados a la vivencia emocional (entusiasmo, placer, satisfacción y novedad en contraposición a aburrimiento, pesar, rutina y apatía) que la persona tiene de su vida en circunstancias cotidianas y de su vida en general. Y la tercera dimensión considera cuestiones sobre cómo la persona se posiciona de haber o no nacido, y su actitud ante el suicidio y la muerte como destino inevitable (Gottfried, 2019). La puntuación mínima del test es 20 y la máxima es 140.

En cuanto a la validez de la adaptación argentina del PIL Test, el análisis factorial exploratorio (AFE) realizado a través del método de ejes principales y rotación Oblimin arrojó tres factores en que todos sus ítems cargan en un solo factor. Asimismo, señaló que los tres factores explican el 40.93 % de la variabilidad de la varianza total, lo que denota resultados satisfactorios en la validez factorial. En lo concerniente a la confiabilidad, los coeficientes de consistencia interna fueron adecuados tanto para la prueba en su conjunto ( $\alpha = .89$ ) como individualmente para dos de las tres dimensiones (Gottfried, 2006).

En el presente estudio, realizado en el contexto hondureño, se encontraron resultados similares referentes a las evidencias de validez y confiabilidad. Antes de efectuar el AFE, se calculó la medida de adecuación muestral de Kaiser-Meyer-Olkin (KMO), obteniendo un valor de .959 y la prueba de esfericidad de Bartlett arrojó un valor de  $X^2 = 4657.699$  y  $p = .000$ , lo que significa que ambos estadísticos presentan valores pertinentes para el uso de dicho análisis. Para el AFE, se aplicó el método de extracción de factores de ejes principales y rotación Oblimin, que presentó tres factores que explican el 56.76 % de la varianza total. Y respecto a la confiabilidad, la prueba total obtuvo un  $\alpha = .901$ , lo que indica que el instrumento tiene una excelente confiabilidad y para dos de las tres dimensiones por separado (percepción de sentido y vivencia de sentido) se alcanzaron valores de fiabilidad adecuados.



### *Cuestionario de Salud General - 28 (GHQ-28)*

Es un cuestionario autoadministrado elaborado por Goldberg y Hillier (1979) para hacer una detección inicial de posibles o potenciales casos psiquiátricos no psicóticos en la población general (Goldberg, 1972). Para este estudio se utilizó la versión adaptada al español en población peruana expuesta a la pandemia del COVID-19 realizada por Ames-Guerrero et al. (2021), conformada por 28 ítems y dividida en cuatro subescalas de siete elementos cada una: síntomas somáticos (ítems de 1 a 7), ansiedad e insomnio (ítems de 8 a 14), disfunción social (ítems de 15 a 21) y depresión grave (ítems de 22 a 28). Se utilizó un formato Likert de cuatro opciones de respuesta (0 - 1 - 2 - 3) con un punto de corte de 23/24 (Goldberg et al., 1997). La puntuación total oscila entre 0 a 84, entendiéndose que las puntuaciones iguales o mayores a 24 representan un trastorno psíquico significativo en la persona.

En lo que se refiere a las evidencias de validez, Ames-Guerrero et al. (2021) utilizaron el análisis factorial confirmatorio y el AFE para examinar la estructura de las subescalas, donde se evidenció un ajuste apropiado, a partir del modelo de cuatro factores de siete ítems por factor, mostrando estricta invarianza entre los 28 ítems. Además, no se presentó multicolinealidad en las correlaciones entre variables. Respecto a la confiabilidad, se encontraron valores óptimos tanto para las puntuaciones obtenidas en el instrumento global ( $\alpha = .829$ ) así como para cada una de las subescalas (síntomas somáticos:  $\alpha = .825$ , ansiedad e insomnio:  $\alpha = .911$ , disfunción social:  $\alpha = .798$  y depresión grave:  $\alpha = .897$ ).

Resultados similares se reflejaron en las evidencias de validez y análisis de confiabilidad de consistencia interna para este estudio desarrollado en Honduras, en donde, previo al AFE, se aplicó la prueba de KMO, alcanzando un valor de .946 y la prueba de esfericidad de Bartlett obtuvo un valor de  $X^2 = 6714.586$  y  $p = .000$ , encontrándose resultados satisfactorios para ambos estadísticos. En el AFE se utilizó el método de extracción de factores de ejes principales y rotación Oblimin, el cual desplegó un modelo de cuatro factores, que explica el 59.41 % de la varianza total. En cuanto a la confiabilidad, se demostró que las puntuaciones en el cuestionario en general alcanzan una alta confiabilidad ( $\alpha = .920$ ), presentando de igual manera valores adecuados para cada una de las subescalas que van desde un  $\alpha = .725$  hasta un  $\alpha = .865$ .

### **Procedimiento**

Se solicitó al director del campus universitario el permiso para realizar el estudio. Una vez obtenida la autorización, se elaboró el protocolo de investigación, el cual fue presentado y aprobado por el Comité de Ética de la UNICAH. Luego, se realizó la prueba piloto con 30 estudiantes del campus, los cuales no formaron parte de la muestra final. Seguidamente, se procedió a recolectar datos con la muestra definitiva. En ambos eventos se obtuvo el consentimiento informado de los participantes antes de aplicarles los instrumentos.

Los dos instrumentos estandarizados utilizados para medir las variables de la investigación fueron elaborados en un solo formulario de Google Forms y enviados a cada participante por WhatsApp (el mismo procedimiento se hizo con el consentimiento informado). Junto con el enlace del formulario, se le solicitó a cada estudiante que leyera atenta y cuidadosamente las instrucciones generales y específicas, y que contestara ambos instrumentos con la mayor sinceridad posible, garantizándoles el anonimato y confidencialidad. La recogida de datos tuvo lugar entre los meses de noviembre y diciembre del 2021.

### **Análisis de datos**

Se construyó una matriz de datos utilizando el programa de análisis estadístico IBM SPSS Statistics versión 22. Se crearon trece nuevas variables correspondientes tanto a las escalas y subescalas de ambos instrumentos como a la condición de salud mental y a los niveles de sentido de vida y sus respectivas dimensiones. Se usó estadística descriptiva para las variables de estudio y cada uno de sus componentes, empleando para ello en algunos casos tablas de frecuencia y en otros, medidas de tendencia central y de dispersión.

Posteriormente, se aplicó la prueba de normalidad Kolmogorov-Smirnov a la variable sentido de vida ( $M = 101.15$ ,  $DE = 23.97$ ) junto con sus dimensiones (percepción de sentido [ $M = 58.94$ ,  $DE = 13.55$ ], vivencia de sentido [ $M = 23.01$ ,  $DE = 6.76$ ] y actitud ante la muerte [ $M = 19.20$ ,  $DE = 5.47$ ]), y a la variable salud mental ( $M = 30.57$ ,  $DE = 17.88$ ) y sus dimensiones (síntomas somáticos [ $M = 8.20$ ,  $DE = 4.70$ ], ansiedad e insomnio [ $M = 9.54$ ,  $DE = 5.92$ ], disfunción social [ $M = 7.86$ ,  $DE = 4.73$ ] y depresión grave [ $M = 4.97$ ,  $DE = 5.61$ ]).

Debido a que las mismas no se ajustan a una distribución normal, se realizó el análisis inferencial mediante el uso del coeficiente de correlación de los rangos de Spearman para la comprobación de hipótesis planteadas. Los valores de  $p < .05$  fueron considerados estadísticamente significativos en todos los análisis correlacionales realizados en la investigación. Por otra parte, en el programa G\*Power 3.1.9.7, se calculó el tamaño del efecto y la potencia estadística para correlación normal bivariada usando un análisis *post-hoc*. En cuanto al tamaño del efecto, se considera pequeño un valor de .10; mediano, de .30; y grande, de .50. Respecto a la potencia estadística, la mínima aceptable para este estudio fue del 80 % (Cohen, 1992).

## **RESULTADOS**

### **Análisis descriptivo del sentido de vida**

Con los resultados obtenidos del sentido de vida, se observa que alrededor de 5 de cada 10 estudiantes universitarios (51.1 %) se encuentran en los niveles inferiores. De esta

manera, algunos (23.5 %) pueden presentar neurosis noógena, en la cual se tiene una pérdida de valores que no les permite superar adversidades en la vida. Otros (15.4 %) expresaron sentir un vacío existencial, en donde hay un sentimiento de falta de sentido de su propia vida. Y unos cuantos (12.2 %) mostraron estar frustrados, encontrándose en una zona de alarma y riesgo.

Referente a los niveles superiores (muy alto, alto y promedio alto), solo el 37 % de los estudiantes consiguió posicionarse en alguno de ellos. Es así que el 10.1 % está orientado hacia el logro de sentido, experimentando valores superiores que lo impulsan al descubrimiento del sentido de su vida. Un 10.7 % manifestó una realización interior de sentido, alcanzando una buena aceptación de la vida no importando las situaciones que se le presenten. Y el restante 16.2 % reflejó una plenitud existencial, representando los valores más altos fundamentados en hacer el mayor bien posible, lo que le permite descubrir un sentido en la fe.

En lo que respecta a las dimensiones del sentido de vida, quedó evidenciado que la percepción de sentido fue la que tuvo un mayor predominio positivo, con un 42.9 % de estudiantes que se encuentran entre los niveles promedio alto, alto y muy alto. Es decir, alumnos que están orientados hacia el logro de sentido, cuentan con una realización interior de sentido o bien, poseen plenitud de sentido. Esto se debe a que su existencia tiene un propósito, está llena de cosas buenas y valiosas, se ven a sí mismos como muy responsables, tienen metas claras y sienten que son libres para decidir.

Por otro lado, la mayoría de los participantes puntuaron en los niveles inferiores de las dimensiones vivencia de sentido (57.4 %) y actitud ante la muerte (54.2 %). Es así que, al situarse entre los niveles muy bajo, bajo y promedio bajo, los estudiantes pueden presentar neurosis noógena, experimentan un vacío existencial o se encuentran en una zona de frustración que genera alarma y riesgo, lo que significa que un número considerable de estudiantes generalmente están aburridos y consideran que su vida es bastante rutinaria. Además, algunos no están preparados y temen morir, mientras que otros han pensado que el suicidio es una salida (ver Tabla 2).

**Tabla 2**

*Niveles de sentido de vida y sus dimensiones*

Nivel	Sentido de vida		Percepción de sentido		Vivencia de sentido		Actitud ante la muerte	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Muy bajo	81	23.5	65	18.8	91	26.4	86	24.9
Bajo	53	15.4	36	10.4	48	13.9	79	22.9
Promedio bajo	42	12.2	46	13.3	59	17.1	22	6.4
Promedio	41	11.9	50	14.5	38	11	21	6.1
Promedio alto	35	10.1	27	7.8	45	13	41	11.9
Alto	37	10.7	41	11.9	29	8.4	47	13.6
Muy alto	56	16.2	80	23.2	35	10.1	49	14.2
Total	345	100	345	100	345	100	345	100

**Análisis descriptivo de salud mental**

De acuerdo con los resultados, la mayoría de los participantes (59.4 %) puntuaron por encima del punto de corte o umbral patológico (24), lo que significa que son individuos que presentan alteraciones psíquicas significativas. En otras palabras, aproximadamente 6 de cada 10 personas presentan una afección a su salud mental. En contraste, hay 140 estudiantes (40.6 %) a los(as) que no se les detectó ninguna patología emocional, es decir, son personas mentalmente saludables (ver Tabla 3).

En cuanto a las dimensiones, se observó que, según los resultados de las medidas de tendencia central y de dispersión, la dimensión de ansiedad e insomnio es la que puntuó más alto ( $M = 9.54$ ,  $Md = 9$ ,  $\Sigma = 3292$ ,  $DE = 5.916$ ), lo que indica que es la subescala de salud mental que mayor perturbación psíquica manifiesta. En orden de afectación de salud mental, le siguió la subescala de síntomas somáticos, disfunción social y depresión grave. Esta última presentó una distancia significativa del resto de las dimensiones (ver Tabla 4).

**Tabla 3**

*Condición de salud mental*

Condición	n	%
No caso	140	40.6
Caso	205	59.4
Total	345	100

**Tabla 4***Estadísticos descriptivos de las dimensiones de salud mental*

Estadístico	Síntomas somáticos	Ansiedad e insomnio	Disfunción social	Depresión grave
Media	8.20	9.54	7.86	4.97
Mediana	8	9	7	3
Suma	2828	3292	2712	1713
Desviación estándar	4.702	5.916	4.730	5.606

**Análisis de relaciones**

La correlación entre sentido de vida y salud mental arrojó un resultado de  $r_s = -.736$  y una significancia  $< .001$ , lo cual evidencia que entre estas variables existe una correlación inversa significativa. Lo anterior significa que, a mayor sentido de vida, menor presencia de alteraciones psíquicas. Además, posee un tamaño del efecto grande ( $r^2 = .54$ ), lo que muestra que la magnitud de esta relación es relevante.

De igual manera, cuando se relacionó el sentido de vida con las dimensiones de salud mental, se obtuvo que esta variable correlacionó negativa y significativamente con síntomas somáticos ( $r_s = -.568$ ,  $p < .001$ ), ansiedad e insomnio ( $r_s = -.543$ ,  $p < .001$ ), disfunción social ( $r_s = -.735$ ,  $p < .001$ ) y depresión grave ( $r_s = -.710$ ,  $p < .001$ ). Esto es indicativo de que, a mayor sentido de vida, menores síntomas somáticos, ansiedad e insomnio, disfunción social y depresión grave. Así también, la magnitud del efecto es grande con respecto a la disfunción social ( $r^2 = .54$ ) y depresión grave ( $r^2 = .50$ ), mediana para síntomas somáticos ( $r^2 = .32$ ) y pequeña para ansiedad e insomnio ( $r^2 = .29$ ).

Lo mismo sucedió cuando se relacionó la salud mental con las dimensiones de sentido de vida, encontrándose una correlación negativa considerable y estadísticamente significativa entre la salud mental y presencia de sentido ( $r_s = -.690$ ,  $p < .001$ ), vivencia de sentido ( $r_s = -.677$ ,  $p < .001$ ) y actitud ante la muerte ( $r_s = -.677$ ,  $p < .001$ ). Es decir, a mayores alteraciones psíquicas, menor presencia de sentido, vivencia de sentido y actitud ante la muerte. Igualmente, la magnitud del efecto es moderada para todas las dimensiones (presencia de sentido:  $r^2 = .48$ , vivencia de sentido:  $r^2 = .46$  y actitud ante la muerte:  $r^2 = .46$ ).

Cabe destacar que, como los intervalos de confianza para cada una de las anteriores correlaciones no contienen el valor cero, se puede afirmar que las asociaciones halladas son estadísticamente significativas a un nivel del 1 por 1000. Por tanto, se considera que existe una probabilidad muy pequeña ( $p = .001$ ) de que el vínculo encontrado entre las variables se deba únicamente al azar. Así también, todas estas correlaciones presentan una potencia estadística de 100 %, evidenciando que las relaciones efectivamente existen (ver Tabla 5).

**Tabla 5**

*Correlaciones interescalares*

Variable 1	Variable 2	rho de Spearman	p	IC 95 %	r <sup>2</sup>	1-β
Sentido de vida	Salud mental	-.736	< .001	[-.790 a -.673]	.54	1
	Síntomas somáticos	-.568	< .001	[-.638 a -.489]	.32	1
	Ansiedad e insomnio	-.543	< .001	[-.622 a -.458]	.29	1
	Disfunción social	-.735	< .001	[-.790 a -.674]	.54	1
	Depresión grave	-.710	< .001	[-.768 a -.643]	.50	1
Salud mental	Presencia de sentido	-.690	< .001	[-.749 a -.628]	.48	1
	Vivencia de sentido	-.677	< .001	[-.737 a -.605]	.46	1
	Actitud ante la muerte	-.677	< .001	[-.738 a -.601]	.46	1

*Nota.* IC 95 % = intervalo de confianza a 95 %; r<sup>2</sup> = coeficiente de determinación que representa el tamaño del efecto; 1-β = potencia estadística.

## DISCUSIÓN

En este estudio se encontró que más de la mitad de los estudiantes que formaron parte de la muestra (51.1 %) pueden presentar neurosis noógena, manifiestan vacío existencial o se encuentran en una zona de frustración de alarma y riesgo. Este hallazgo contrasta con la investigación realizada por Figueroa Rodríguez (2020) a estudiantes de la UNAH, la cual afirma que la mayoría expresa tener presencia de sentido y solo el 18.9 % padece de una crisis existencial. Estos valores altos en presencia de sentido pueden reflejarse porque los estudiantes universitarios creen que es fundamental tener razones para vivir, ven la vida como valiosa y emocionante, tienen esperanzas y una visión positiva del futuro, encuentran propósitos en las actividades cotidianas, asumen la responsabilidad de sus decisiones y muestran satisfacción en su trabajo diario.

Según Frankl (2009), la neurosis noógena representa una pobreza espiritual que, en muchas ocasiones, es provocada por un sentimiento profundo de falta de sentido, cuyo origen se debe a conflictos morales, problemas espirituales, choques de valores y frustración existencial. Esta última puede llegar a exteriorizarse a través de una sintomatología neurótica (Frankl, 2003). En la juventud universitaria es muy frecuente que este tipo de neurosis se manifieste mediante adicciones a sustancias o drogas legales e ilegales, conductas agresivas, diferentes tipos de dependencias, ideación suicida, desesperanza en el futuro y toma de riesgos inútiles (Gottfried, 2019).

Además, estos jóvenes, al experimentar un vacío existencial o una vida sin sentido, pueden sentir aburrimiento, apatía, conductas adictivas y agresivas, suicidio (Fizzotti, 1997; Frankl, 2009, 2019), sentimientos de inutilidad, pesimismo (Gottfried, 2019),

carencia de objetivos bien definidos (Lukas, 1983), entre otros. Y en lo que respecta a la frustración, los estudiantes pueden entrar en una zona de alarma y riesgo. Alarma porque es común que las personas tengan miedo, no se sientan seguras de sí mismas, pierdan la calma y utilicen mecanismos de protección, como el encierro. Y riesgo porque hay probabilidades de que el individuo se desplome y caiga en un vacío existencial, dejándolo vulnerable a padecer síntomas patológicos, es decir, a penetrar en el territorio de la neurosis noógena (Gottfried, 2019).

Otro hallazgo que se evidenció en este estudio es que, de las dimensiones del sentido de vida aplicadas a la muestra partícipe, la percepción de sentido es la que sobresale en los niveles más altos, mientras que la vivencia de sentido predomina en los niveles inferiores, seguida muy de cerca por la actitud ante la muerte. Estos resultados contradicen lo manifestado en la investigación elaborada por Figueroa Rodríguez (2020), ya que la actitud ante la muerte obtuvo una puntuación más baja. La razón de ello puede ser que los estudiantes universitarios no se consideran listos para la muerte y no tienen control total sobre sus vidas.

Se debe aclarar que, aunque la percepción de sentido es la que prevaleció en los niveles superiores, esta no llega a alcanzar la mayoría de los participantes. Lo anterior puede deberse a que, como lo han mencionado Frankl (2019) y Lukas (2000), en la etapa de la juventud generalmente hay carencia de un significado y propósito existencial, experimentando una baja vivencia emocional de sus situaciones diarias y de su vida en general, debido sobre todo al hastío y a la rutina cotidiana. Por otro lado, su temor ante la muerte y no encontrarse preparados para afrontarla, se puede explicar en el hecho de que son individuos que apenas están transitando una etapa temprana de su ciclo vital y sienten que tienen un futuro por delante.

En referencia a la salud mental, se encontró que la mayoría de los estudiantes de la UNICAH campus SPSP partícipes en la investigación experimentan alteraciones psíquicas. Este resultado discrepa de los hallazgos expuestos por Moncada Godoy (2016). La diferencia en el porcentaje de prevalencia puede deberse al periodo en que fueron recolectados los datos: el primero en tiempos de pandemia y el segundo antes de pandemia.

Además, en esta investigación se demuestra que la dimensión de ansiedad e insomnio es la que tiene mayor prevalencia en los estudiantes universitarios, mientras que la depresión grave es la que evidencia puntuaciones considerablemente más bajas. Dichos resultados concuerdan con el estudio desarrollado por Moncada Godoy (2016).

Cabe señalar que la alta prevalencia de afecciones mentales encontradas en esta investigación, siendo la ansiedad e insomnio las que lideran estos padecimientos, no solamente se debe a la crisis sanitaria mundial que se está viviendo, sino también al cambio drástico de metodología de enseñanza, aprendizaje que experimentaron los

estudiantes, pasando de un modelo presencial a uno en línea, que engloba una mayor presión a la comunidad estudiantil en términos de número de clases matriculadas, mayor carga académica, menor comunicación con docentes y pares, precaria situación económica y problemas de acceso a las plataformas virtuales por encontrarse en zonas del país con escasa cobertura del internet (Mejía-Elvir, 2021).

De igual manera, los resultados obtenidos permiten afirmar que, en la muestra de los estudiantes de pregrado de la UNICAH campus SPSP, existe una correlación inversa y significativa entre el sentido de vida y la salud mental. Es así que, a mayor sentido de vida, menores padecimientos mentales. Por lo tanto, se acepta la hipótesis 1 de la investigación ( $H_1$ ).

Lo anterior converge con resultados de otros estudios efectuados a estudiantes universitarios (Arslan et al., 2020; van der Walt, 2019). Sin embargo, la investigación desarrollada por Moreno Carmona y Rodríguez Fernández (2010) a estudiantes de la carrera de Psicología contradice tales hallazgos, mostrando que no hay una asociación significativa entre esas dos variables. Esto puede deberse al reducido tamaño de muestra ( $n = 45$ ) que utilizó el estudio, ya que, como lo expresa Santabárbara (2021), el no determinar el tamaño muestral necesario puede conducir a que se realice la investigación sin el número adecuado de individuos y esto generaría una estimación imprecisa de los parámetros, la cual ocasiona que no se detecte una significación estadística cuando realmente la hay.

Otro hallazgo obtenido en este estudio es que en los participantes existe una relación negativa y significativa entre el sentido de vida y las dimensiones de salud mental (síntomas somáticos, ansiedad e insomnio, disfunción social y depresión grave). Por lo tanto, se acepta la hipótesis 2 de la investigación ( $H_2$ ). Estos resultados coinciden con otros estudios en alumnos universitarios (Hedayati & Khazaei, 2014; Romero Parra, 2020).

También, en esta investigación se evidenció que existe una relación negativa y significativa entre la salud mental y las dimensiones del sentido de vida (presencia de sentido, vivencia de sentido y actitud ante la muerte) entre los estudiantes universitarios. Por lo tanto, se acepta la hipótesis 3 de la investigación ( $H_3$ ).

A este respecto, Zamudio Flores (2021) menciona que el tener y fortalecer su sentido de vida le permite al individuo, de una manera más idónea, afrontar crisis a nivel mental. De igual manera, Frankl (2019) asevera que, cuando una persona tiene falta de sentido en su vida, mostrará también desórdenes o perturbaciones emocionales. Bajo esta misma línea de pensamiento, Lukas (2000) afirma que el sufrimiento de una vida sin sentido promueve una diversidad de enfermedades psicológicas.

En lo concerniente a las implicaciones, los resultados de este estudio han puesto de manifiesto que existe una ausencia de sentido de vida y una presencia significativa



de afectaciones en la salud mental en la mayoría de la muestra participante, por lo que es necesario que desde las instituciones de educación superior se comience a trabajar en la construcción y ejecución de estrategias preventivas y correctivas que faciliten el descubrimiento del sentido de vida y fomenten el enriquecimiento de la salud mental.

En referencia a las limitaciones del estudio, se debe considerar que los instrumentos utilizados son adaptaciones realizadas en otros países con diferencias socioculturales bastante marcadas en comparación con Honduras, por lo que sería conveniente que para futuras investigaciones se estandaricen estos instrumentos al contexto nacional. Además, solo participaron estudiantes hondureños de una sola universidad y de un campus determinado en la muestra.

Asimismo, durante el periodo en que se recolectaron los datos, la institución educativa se encontraba en su mayoría con una modalidad educativa en línea. Actualmente, las universidades del país están regresando gradualmente a la modalidad presencial, por lo que sería de interés medir la salud mental bajo estas nuevas características.

Para finalizar, se puede concluir que los hallazgos de esta investigación han dejado visibles las grandes fisuras que imperan en el sentido de vida y la salud mental en los estudiantes de pregrado de la UNICAH campus SPSP. En este sentido, es urgente que desde la academia se formule e implemente un abordaje psicológico tanto preventivo como correctivo, para potenciar el propósito de vida, y disminuir o erradicar las alteraciones psíquicas manifiestas en la comunidad estudiantil universitaria, en aras de dar significado y encontrar un soporte interno a la existencia del estudiante para mejorar su equilibrio mental, lo que contribuirá a una mejor adaptación en su vida universitaria y finalización exitosa de la misma.

Una opción que ha demostrado su utilidad es el diseño e implementación de programas educativos y de intervención centrados en la logoterapia, los cuales postularán valores y pondrán en marcha recursos internos como la voluntad de sentido, con la finalidad de fomentar en la comunidad estudiantil la búsqueda y el desarrollo de un sentido y propósito en la vida (Gottfried, 2017). Estos programas también facilitan la adaptación a su ambiente universitario, contribuyen en su formación y colaboran en la fijación de objetivos académicos y personales (Chan Chi, 2021).

Por otra parte, los jóvenes universitarios que se encuentran vulnerables a padecer distintos desajustes psicológicos, requieren un seguimiento oportuno y la incentivación de programas específicos de promoción de la salud mental que sean multidisciplinarios, inclusivos y dinámicos. Tales programas deben trabajar en promoción y prevención, atención de síntomas mentales y adaptaciones pedagógicas, sin olvidar la necesidad de investigar sobre el desarrollo de la condición de salud mental y el impacto de las intervenciones (Cuenca Robles et al., 2021; Zapata-Ospina et al., 2021).

Es por ello que como futuras líneas de investigación se propone elaborar intervenciones dirigidas a promover y prevenir la salud mental, así como fortalecer el sentido de vida de los estudiantes universitarios hondureños de primer año, y evaluar el impacto de estas intervenciones en su formación académica durante su recorrido universitario. Igualmente, desarrollar investigaciones focalizadas en los factores protectores y de riesgo del sentido de vida y salud mental en estudiantes, tanto de universidades públicas como privadas del país, y examinar cómo estas variables influyen en el planteamiento de metas académicas y profesionales del alumnado para contribuir al éxito de la culminación de su carrera y en sus proyectos vitales.

## REFERENCIAS

- Alarcón, R. D. (2019). La salud mental de los estudiantes universitarios. *Revista Médica Herediana*, 30, 219-221. <https://doi.org/10.20453/rmh.v30i4.3655>
- Ames-Guerrero, R. J., Barreda-Parab, V. A., & Huamani-Cahuah, J. C. (2021). Psychometric properties and factor invariance for the General Health Questionnaire (GHQ-28): Study in Peruvian population exposed to the COVID-19 pandemic. *ASEAN Journal of Psychiatry*, 21(2), 1-12. <https://www.aseanjournalofpsychiatry.org/articles/psychometric-properties-and-factor-invariance-for-the-general-health-questionnaire-ghq28-study-in-peruvian-population-exposed-to-t-69790.html>
- Arslan, G., Yildirim, M., Karataş, Z., Kabasakal, Z., & Kiliç, M. (2020). Meaningful living to promote complete mental health among university students in the context of the COVID-19 pandemic. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 1-13. <https://doi.org/10.1007/s11469-020-00416-8>
- Chan Chi, G. I. (2021). Sentido de vida: una herramienta en la formación de estudiantes universitarios en el sureste de México. *RIDE Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*, 11(22). <https://doi.org/10.23913/ride.v11i22.937>
- Consejo de Educación Superior. (2020). *Comunicado del Consejo de Educación Superior, a la comunidad nacional, respecto al acuerdo aprobado en sesión extraordinaria 342, desarrollada el 13 de marzo del 2020*. <https://www.unah.edu.hn/dmsdocument/9713-comunicado-ces-13-de-marzo-de-2020>
- Crumbaugh, J. C., & Maholick, L. T. (1964). An experimental study in existentialism: The psychometric approach to Frankl's concept of noogenic neurosis. *Journal of Clinical Psychology*, 20, 589-596. [https://doi.org/10.1002/1097-4679\(196404\)20:2<200::AID-JCLP2270200203>3.0.CO;2-U](https://doi.org/10.1002/1097-4679(196404)20:2<200::AID-JCLP2270200203>3.0.CO;2-U)
- Figuroa Rodríguez, E. (2020). *El sentido de la vida en estudiantes de 18-45 años de la Universidad Nacional Autónoma de Honduras matriculados durante el segundo período académico 2020, desarrollado de manera virtual por la pandemia del*

COVID-19 [Tesis de maestría inédita]. Tegucigalpa: Universidad Nacional Autónoma de Honduras.

- Fizzotti, E. (1997). *¿Qué sentido tiene lo que me pasa?* Ciudad Nueva.
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. (2021). *The Changing Childhood Project*. <https://www.unicef.org/globalinsight/media/2266/file/UNICEF-Global-Insight-Gallup-Changing-Childhood-Survey-Report-English-2021.pdf>
- Frankl, V. E. (2003). *Ante el vacío existencial. Hacia una humanización de la psicoterapia*. Herder.
- Frankl, V. E. (2009). *El hombre doliente. Fundamentos antropológicos de la psicoterapia*. Herder.
- Frankl, V. E. (2016). *El hombre en busca de sentido* (3.ª ed.). Herder.
- Frankl, V. E. (2019). *El hombre en busca del sentido último*. Paidós.
- Goldberg, D. P. (1972). *The detection of psychiatric illness by questionnaire*. Oxford University Press.
- Goldberg, D. P., & Hillier, V. F. (1979). A scaled version of the General Health Questionnaire. *Psychological Medicine*, 9, 139-145. <https://doi.org/10.1017/S0033291700021644>
- Goldberg, D. P., Gater, R., Sartorius, N., Ustun, T. B., Piccinelli, M., Gureje, O., & Rutter, C. (1997). The validity of two versions of the GHQ in the WHO study of mental illness in General Health Care. *Psychological Medicine*, 27, 191-197. <https://doi.org/10.1017/S0033291796004242>
- Gottfried, A. (2019). *Manual del Test de Sentido en la Vida. Evaluación cuantitativa e interpretación cualitativa del PIL Test (Purpose in Life Test) de Crumbaugh y Maholick*. Guaymallén. GLE Argentina.
- Gottfried, A. E. (2016). Adaptación argentina del PIL Test (Test de Sentido en la Vida) de Crumbaugh y Maholick. *Revista de Psicología*, 12(23), 49-65. <https://erevistas.uca.edu.ar/index.php/RPSI/article/view/1536>
- Gottfried, A. E. (2017). El sentido de vida en adolescentes entre 17 y 18 años de la ciudad de Mendoza, evidenciado antes y después de un programa de intervención basado en los postulados de Viktor Frankl. *Diálogos Pedagógicos*, 15(29), 85-114. [https://doi.org/10.22529/dp.2017.15\(29\)05](https://doi.org/10.22529/dp.2017.15(29)05)
- Harris, A. (2019). *Report: Finding our Own Way, Mental Health and Moving from School to Further and Higher Education*. Centre for Mental Health. [https://www.centreformentalhealth.org.uk/sites/default/files/2019-01/CentreforMH\\_FindingOurOwnWay.pdf](https://www.centreformentalhealth.org.uk/sites/default/files/2019-01/CentreforMH_FindingOurOwnWay.pdf)
- Hedayati, M., & Khazaei, M. (2014). An investigation of the relationship between depression, meaning in life and adult hope. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 114, 598-601. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2013.12.753>

- Hernández-Sampieri, R., & Mendoza Torres, C. P. (2018). *Metodología de la investigación: las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. McGraw-Hill Interamericana Editores.
- Landa-Blanco, M., Urtecho-Osorto, O. R., Mercado, M., & Aguilar-Chávez, Á. (2022). Factores psicológicos asociados al riesgo suicida en estudiantes universitarios de Honduras. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 40(1), 1-17. <https://doi.org/10.12804/revistas.urosario.edu.co/apl/a.8537>
- Lukas, E. (1983). *Tu vida tiene sentido: logoterapia y salud mental*. Ediciones SM.
- Lukas, E. (2000). *También tu sufrimiento tiene sentido. Alivio en las crisis a través de la logoterapia*. LAG.
- Lukas, E. (2003). *Logoterapia: la búsqueda de sentido*. Paidós Ibérica.
- Médicos sin Fronteras. (2020). *Reporte: II Foro internacional de salud mental de Honduras*. [https://www.msf.mx/sites/mexico/files/attachments/reportes\\_fsm\\_final.pdf](https://www.msf.mx/sites/mexico/files/attachments/reportes_fsm_final.pdf)
- Moncada Godoy, G. (2016). Prevalencia de trastornos mentales en estudiantes universitarios. *Revista de las Ciencias Sociales*, 2(2), 41-50. <https://iis.unah.edu.hn/assets/Uploads/REVISTA-Ciencias-sociales-No2-FINAL.pdf>
- Moreno Carmona, M., & Rodríguez Fernández, M. I. (2010, febrero-marzo). *Sentido de la vida, inteligencia emocional y salud mental en estudiantes universitarios* [sesión de conferencia]. 11º Congreso Virtual de Psiquiatría. <http://psiqu.com/1-836>
- Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura & Instituto Internacional para la Educación Superior en América Latina y el Caribe. (2020). *COVID-19 y educación superior: de los efectos inmediatos al día después. Análisis de impactos, respuestas políticas y recomendaciones*. <https://www.iesalc.unesco.org/wp-content/uploads/2020/05/COVID-19-ES-130520.pdf>
- Organización Mundial de la Salud. (2013). *Plan de acción sobre salud mental 2013 - 2020*. [https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/97488/9789243506029\\_spa.pdf](https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/97488/9789243506029_spa.pdf)
- Organización Panamericana de la Salud. (2018, 28 de septiembre). *Los jóvenes y la salud mental en un mundo de transformación*. [https://www3.paho.org/hq/index.php?option=com\\_content&view=article&id=14710:world-mental-health-day-2018&Itemid=42091&lang=es](https://www3.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=14710:world-mental-health-day-2018&Itemid=42091&lang=es)
- Romero Parra, R. M. (2020). Depression and the meaning of life in university students in times of pandemic. *International Journal of Educational Psychology*, 9(3), 223-242. <https://doi.org/10.17583/ijep.2020.6784>
- Seligman, M. E. (2011). *La auténtica felicidad*. Zeta.
- van der Walt, C. (2019). The relationships between first-year students' sense of purpose and meaning in life, mental health and academic performance. *Journal of Student Affairs in Africa*, 7(2), 109-121. <https://doi.org/10.24085/jsaa.v7i2.3828>

Zamudio Flores, D. A. (2021). Sentido de vida y salud mental. *Revista en Investigación en Psicología*, 24(2), 183-192. <https://doi.org/10.15381/rinvp.v24i2.20472>

Zapata-Ospina, J. P., Patiño-Lugo, D. F., Vélez, C. M., Campos-Ortiz, S., Madrid-Martínez, P., Pemberthy-Quintero, S., ... Vélez-Marín, V. M. (2021). Intervenciones para la salud mental de estudiantes universitarios durante la pandemia por COVID-19: una síntesis crítica de la literatura. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 50(3), 199-213. <https://doi.org/10.1016/j.rcp.2021.04.007>

