

Espiritualidad y sentido de vida: implicaciones para el bienestar psicológico en estudiantes universitarios chilenos

Spirituality and sense of life: Implications for the psychological well-being in Chilean university students

Enrique Sandoval-Obando

Universidad Autónoma de Chile. Temuco, Chile

eduardo.sandoval@uautonoma.cl

ORCID: 0000-0001-7471-6536

Edith Madelaine Curiqueo Fuentes

Universidad Autónoma de Chile. Temuco, Chile

edith.curiqueo@cloud.uautonoma.cl

ORCID: 0009-0000-0225-5283

Gabriela Belén Rivas Moreno

Universidad Autónoma de Chile. Temuco, Chile

gabriela.rivas1@cloud.uautonoma.cl

ORCID: 0009-0005-5698-9369

Paula Javiera Salazar Santander

Universidad Autónoma de Chile. Temuco, Chile

paula.salazar1@cloud.uautonoma.cl

ORCID: 0009-0000-2766-3910

Francisca Valentina Zúñiga Gallardo

Universidad Autónoma de Chile. Temuco, Chile

francisca.zuniga3@cloud.uautonoma.cl

ORCID: 0009-0002-6724-2373

Luis Mario Castellanos-Alvarenga*

Universidad Santo Tomás. Temuco, Chile

lcastellanos@santotomas.cl

ORCID: 0000-0002-9994-6562

Citar como: Sandoval-Obando, E. *et al.* (2025). Espiritualidad y sentido de vida: implicaciones para el bienestar psicológico en estudiantes universitarios chilenos. *Desde el Sur*, 17(3), e0062.

RESUMEN

Frente al incremento de trastornos de salud mental en la sociedad de pospandemia, el estudio buscó comprender las implicaciones de la espiritualidad y el sentido de

* Autor corresponsal: Luis Mario Castellanos-Alvarenga, Universidad Santo Tomás. Temuco, Chile. Correo: lcastellanos@santotomas.cl

vida sobre la salud mental de adultos emergentes situados en ámbito universitario. Metodológicamente, se adoptó un enfoque cualitativo de tipo no experimental, transversal y exploratorio. La muestra, no probabilística por conveniencia, incluyó a 16 estudiantes, con una edad promedio de 21 años, pertenecientes a una universidad privada en Temuco (Chile). Se realizaron entrevistas semiestructuradas, cuyos relatos fueron interpretados mediante análisis de contenido asistido por ATLAS.ti. Los resultados muestran que la espiritualidad actúa como un recurso protector frente a procesos de crisis, mientras que el sentido de vida orienta la toma de decisiones en contextos de incertidumbre. Se discute la relevancia de la espiritualidad y sentido de vida como constructos claves para un afrontamiento positivo de los desafíos sociopersonales y académicos que emergen en la enseñanza superior.

PALABRAS CLAVE

Espiritualidad, sentido de vida, bienestar psicológico, adultez emergente, enseñanza superior

ABSTRACT

Faced with the increase in mental health disorders in post-pandemic society, this study sought to understand the implications of spirituality and meaning in life on the mental health of emerging adults in university settings. Methodologically, a non-experimental, cross-sectional, and exploratory qualitative approach was adopted. The convenience, non-probabilistic sample included 16 students with an average age of 21 years, from a private university in Temuco, Chile. Semi-structured interviews were conducted, and the stories were interpreted through content analysis assisted by ATLAS.ti. The results show that spirituality acts as a protective resource in the face of crisis processes, while meaning in life guides decision-making in contexts of uncertainty. The relevance of spirituality and meaning in life as key constructs for positively addressing the socio-personal and academic challenges that emerge in higher education is discussed.

KEYWORDS

Spirituality, life meaning, psychological well-being, emerging adulthood, higher education

Introducción

La pandemia provocada por el virus SARS-CoV-2 conllevó múltiples medidas sanitarias destinadas a contener la propagación de la enfermedad y reducir las tasas de mortalidad (CEPAL, 2022). Tales acciones impactaron negativamente en el bienestar psicológico de la población (Sandoval-Obando y Sandoval-Díaz, 2020), y afectaron especialmente a ciertos grupos de riesgo como personas mayores, mujeres, niños y jóvenes (Chaves de Lima *et al.*, 2020; Hernández, 2020).

La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2022) advierte que factores personales, sociales y estructurales influyen significativamente en la salud mental. En este sentido, datos globales reflejan un aumento en los trastornos mentales, al pasar de 654 millones en 1990 a 970 millones en 2019, con un incremento notable durante la pandemia (Goldstein, 2022). En jóvenes de 18 a 29 años, los casos de depresión mayor aumentaron un 27 % y los de ansiedad, un 25 %, lo que afectó especialmente a mujeres (62 %) y jóvenes (65 %) (Mac-Ginty *et al.*, 2021).

En América Latina, las tasas de ansiedad y depresión varían de manera considerable. En Colombia, alcanzaron niveles alarmantes del 76 % y 74 %, respectivamente, y un 37 % y 24 % en México, mientras que en el Perú se sitúan en un 22% para ambos trastornos (Arévalo *et al.*, 2020). En Chile, el 31 % de los estudiantes universitarios enfrenta problemas de salud mental, con una prevalencia del 18 % en trastornos depresivos y del 16 % en ansiedad (Mac-Ginty *et al.*, 2021). La falta de atención adecuada conlleva riesgos como bajo rendimiento académico, deterioro en las relaciones interpersonales, suicidio y problemas de salud física (Barrera-Herrera y San Martín, 2021). En Chile, se reportó un deterioro significativo de un 65 % en la salud mental de jóvenes entre 18 y 29 años, periodo que coincide con la etapa del desarrollo denominada adultez emergente (AE) (Palma *et al.*, 2020). La AE es una etapa evolutiva heterogénea y culturalmente construida, que se sitúa entre la adolescencia y la adultez (García-Álvarez *et al.*, 2022; Campos-Arregui *et al.*, 2023). Está caracterizada por la exploración y la construcción de identidad, donde muchos jóvenes no se identifican ni como adolescentes ni como adultos, por lo que experimentan una transición compleja (Arnett, 2012; Barrera-Herrera y Vinet, 2017).

Durante esta etapa, la vulnerabilidad en salud mental aumenta debido a la presión constante de tomar decisiones y definir un rumbo personal y profesional (Burgess *et al.*, 2022). Dicha transición implica altos niveles de estrés psicosocial, lo que afecta el bienestar y la autoestima, especialmente ante dificultades económicas, exigencias académicas e incertidumbre sobre el futuro (Foguet-Boreu y García-Morzon, 2021). Así,

la etapa universitaria asume especial interés debido a la alta prevalencia de síntomas depresivos en jóvenes universitarios, en comparación con la población general y con sus pares que no asisten a la educación superior (Bantjes *et al.*, 2019; Rossi *et al.*, 2019). Además, en mujeres se observa una mayor prevalencia de trastorno por estrés postraumático, ansiedad y depresión (Ruiz-Pérez *et al.*, 2022).

Frente a este panorama, los universitarios requieren no solo de un espacio propicio para el aprendizaje, sino también de soporte para la exploración y el logro de la identidad universitaria (Pease-Dreibelbis *et al.*, 2021). Por ello, es clave considerar el bienestar psicológico, entendido como un estado de emociones positivas, satisfacción con la vida y funcionamiento óptimo en lo emocional y social (Gao y McLellan, 2018). Este bienestar es influido por factores interpersonales, como los vínculos socioafectivos e intrapersonales, como la espiritualidad y el sentido de vida (Vela *et al.*, 2020).

La espiritualidad se define como la capacidad humana de encontrar sentido en la vida y afrontar el estrés, al representar una conexión trascendental, no necesariamente ligada a un ser superior, sino a otros individuos, la naturaleza o el entorno (Bogado, 2022; Flores Pérez, 2022; Sarrazin, 2021). Complementariamente, Saldías-Ortega y Moyano-Díaz (2023) explican la espiritualidad como la relación y valoración que realiza la persona en torno a cuatro dimensiones: personal, social, transversal y con el entorno.

Por otro lado, desde una perspectiva clásica, Frankl (1946) refiere que el sentido de vida proporciona significado y dirección, ya que actúa como una fuente interna de fortaleza. En estudios más recientes se ha observado que el sentido de vida se relaciona con el establecimiento de propósitos personales, al posibilitar que la vida se perciba como valiosa y significativa (Fernández-Nieto, 2024; Miao y Cao, 2024).

Tanto la espiritualidad como el sentido de vida representan factores protectores que fomentan la resiliencia y el bienestar, mediante la libertad, la responsabilidad y la autodeterminación, debido a que influyen positivamente en la percepción del futuro y la identidad personal, y permiten al individuo la capacidad para afrontar adversidades y mantener el equilibrio emocional (Saleme-Negrete y Coronado-Martínez, 2024; Castañón-Valdivia *et al.*, 2024).

Ante el aumento de problemas de salud mental en jóvenes universitarios chilenos se realza la necesidad de explorar factores protectores menos reconocidos como la espiritualidad y el sentido de vida (Barrera-Herrera *et al.*, 2024). Si bien existen estudios sobre estas variables en la

adultez intermedia y tardía, existe un vacío en la investigación sobre jóvenes universitarios (Saldías-Ortega y Moyano-Díaz, 2023).

Con base en los antecedentes expuestos, el objetivo de este trabajo fue comprender las implicaciones percibidas de la espiritualidad y el sentido de vida sobre la salud mental de adultos emergentes estudiantes universitarios.

Método

Diseño del estudio

El estudio se basó en un paradigma cualitativo, que permitió interpretar y contextualizar experiencias individuales, así como otorgar significado más allá de la mera descripción de los hechos (Alegre, 2022; Bautista, 2021). El diseño fue de tipo fenomenológico narrativo, el cual brinda un acercamiento al fenómeno en su contexto natural sin manipular variables (Ramos-Galarza, 2020; Lösch *et al.*, 2023).

Participantes

Se utilizó un muestreo intencionado de casos típicos, una estrategia comúnmente utilizada en investigaciones fenomenológicas que busca identificar participantes cuyas experiencias puedan ser representativas o ilustrativas del fenómeno estudiado (Borg y Muñoz, 2024). Esto permitió trabajar con una muestra que cumplía criterios específicos, como interés en el tema (Otzen y Manterola, 2017) y proximidad geográfica (Hernández, 2021; Ruiz, 2021). En este caso, se seleccionaron 16 estudiantes universitarios adultos emergentes (con edades entre 18 y 25 años) que cursaban mayoritariamente el cuarto año de carreras de pregrado en una universidad privada en Temuco, Chile (ver tabla 1).

TABLA 1. Criterios de inclusión y exclusión

Criterios de inclusión	Criterios de exclusión
Disposición a colaborar en la investigación de manera voluntaria.	No haber otorgado el consentimiento informado para participar en la investigación.
Estar dentro del rango de edad de 18 a 29 años.	Estar fuera del rango de edad de 18 a 29 años.
Ser estudiante universitario de pregrado.	Haber interrumpido temporalmente el periodo académico o desertado de la universidad.
No tener ningún problema de salud física o mental que pueda interferir en su participación en el estudio.	Presentar algún problema de salud, ya sea físico o mental, que pueda interferir en su participación en el estudio.

Técnica de recolección de datos

Se empleó la entrevista semiestructurada por su flexibilidad y capacidad de adaptación (Lopezosa *et al.*, 2022). Así, este tipo de entrevista permite modificar el orden y profundizar en aspectos relevantes según las respuestas de los participantes (Tejero, 2021). Villarreal-Puga y Cid (2022) destacan su utilidad para captar y comprender experiencias desde la perspectiva de los entrevistados, a partir de la interacción con el entrevistador.

Las entrevistas fueron validadas por jueces expertos, y abordaron el sentido de vida, la espiritualidad y la salud mental en la transición a la adultez. Con 40 preguntas, exploraron cambios, crisis y exploración del bienestar psicológico. Tuvieron una duración de 40 a 120 minutos, y se aplicaron dentro de una universidad al sur de Chile. La convocatoria se realizó a través de redes sociales, y aseguró el uso de criterios éticos.

Estrategia de análisis de datos

El análisis se realizó mediante la técnica de análisis de contenido, que permitió identificar patrones, temas y significados subyacentes en la información recopilada para comprender mejor el fenómeno estudiado (Alegre, 2022). Este proceso implicó organización, codificación, categorización e interpretación de los datos, con apoyo del software ATLAS.ti 9 (Rojas-Gutiérrez, 2022; Soratto *et al.*, 2020).

Consideraciones éticas

La investigación adoptó los principios éticos de la Declaración de Helsinki (Asociación Médica Mundial, 2013), la American Psychologist Association (2017) y la Ley 20.120 de Chile (2006), que garantizan respeto, privacidad y dignidad de los participantes mediante una ficha informativa y el consentimiento informado. Para asegurar el rigor científico, se aplicaron criterios como credibilidad, a través de triangulación y revisión por pares; integridad, mediante fidelidad y solidez metodológica; y transferibilidad, con hallazgos detallados aplicables a otros contextos (Levitt *et al.*, 2017; Aráoz y Pinto, 2021). Estas medidas aseguraron resultados éticos, fiables y relevantes, y contribuyen al avance del conocimiento científico.

Resultados

Tras el análisis e interpretación de los datos emergieron 90 códigos, los cuales dieron lugar a 17 categorías. Estas categorías fueron agrupadas y dieron lugar a 5 macrocategorías, como se observa en la tabla 2.

TABLA 2. Macro categorías

Macro categoría	Definición	Categorías
Caracterización sociodemográfica de los universitarios	Abarca la identificación y descripción de jóvenes universitarios de Temuco (Chile), entre los 18 y 29 años, que están en la transición hacia la adultez. Considera su caracterización sociodemográfica, incluyendo aspectos como la edad, situación económica y laboral, lugar de residencia, relaciones familiares y sociales, desarrollo personal y bienestar emocional.	Descripción demográfica
		Condiciones socioeconómicas y laborales
		Crecimiento personal y bienestar emocional
		Redes de apoyo
		Relaciones sociales
Características de la adultez emergente	Describe un periodo de transición en el que los individuos exploran y definen su identidad, al enfrentar desafíos y cuestionamientos sobre sus metas y aspiraciones. Es un tiempo de autodescubrimiento y reflexión, cuando se toman decisiones significativas que impactan en su vida personal y profesional. A menudo, se experimentan cambios en la perspectiva de la vida y la toma de decisiones, lo que puede influir en la salud mental. Esta etapa se caracteriza por una búsqueda activa de autorrealización y un reconocimiento de las responsabilidades y expectativas sociales.	Desarrollo de identidad
		Dimensiones de la adultez emergente
		Procesos de cambio de los adultos emergentes
		Adultez emergente en relación con la salud mental
Contexto universitario de los adultos emergentes	Abarca experiencias y desafíos de los jóvenes durante su etapa universitaria, y destaca cómo esta impacta su desarrollo personal y bienestar. Refleja un proceso de autodescubrimiento; la universidad se convierte en un espacio para establecer metas y proyección, al mismo tiempo que se enfrentan la presión académica y la emocional. La vida universitaria influye en la salud mental de los estudiantes y genera tanto ansiedad como oportunidades de apoyo. En este contexto, los estudiantes buscan un sentido de propósito y logros que contribuyan a su sentido de identidad y realización personal.	Impacto de la etapa universitaria en el desarrollo personal y bienestar
		Trayectoria académica

Espiritualidad en adultos emergentes universitarios	Refiere al análisis de la experiencia espiritual de los adultos emergentes dentro del contexto universitario. Abarca la exploración acerca de cómo se concibe, desarrolla y expresa la espiritualidad en un entorno académico, así como el impacto que esta dimensión tiene en su bienestar psicológico y emocional.	Dimensiones de la espiritualidad
		Desarrollo y manifestación de la espiritualidad
		Espiritualidad en relación con la salud mental
Sentido de vida en adultos emergentes universitarios	Abarca el conjunto de experiencias y reflexiones que definen la manera en que los estudiantes universitarios construyen y consolidan su sentido de vida. Integra varias dimensiones relacionadas con la percepción de este concepto, las creencias, estrategias, influencias y prácticas que contribuyen al sentido de vida y la relación de este con diversos ámbitos de su vida.	Dimensiones del sentido de vida
		Desarrollo y manifestación del sentido de vida
		Sentido de vida en relación con la salud mental

La primera macrocategoría, «caracterización sociodemográfica de los universitarios», hace referencia a la identificación y descripción sociodemográfica de los participantes. Al respecto, destaca que la mayoría de los participantes residen en Temuco. Se observa una edad promedio de 21 años, y que el 68,75 % (n = 11) se identificaron con el género femenino y el 31,25 % (n = 5) con el género masculino (ver tabla 3).

TABLA 3. Caracterización sociodemográfica de los participantes

Variables		Frecuencia	N%
Género	Femenino	11	68,75 %
	Masculino	5	31,25 %
Edad	18-21	9	56,25 %
	22-25	6	37,5 %
	26-29	1	6,25 %
Identidad étnica	Ninguna	8	50 %
	Mapuche	7	44 %
	Quechua	1	6 %
Carrera universitaria	Enfermería	3	18,75 %
	Psicología	10	62,5 %
	Trabajo Social	1	6,25 %
	Ingeniería en Construcción	1	6,25 %
	Nutrición y Dietética	1	6,25 %

Nivel educativo universitario	Primer año	0	0 %
	Segundo año	2	12,5 %
	Tercer año	7	43,75 %
	Cuarto año	6	37,5 %

En segundo lugar, la macrocategoría de «características de la adultez emergente» describe un periodo de transición fundamental en el que los participantes exploran y redefinen su identidad mientras enfrentan desafíos significativos relacionados con sus metas y aspiraciones a largo plazo.

Durante esta etapa, las personas atraviesan un proceso de autodescubrimiento que implica explorar aspectos personales, profesionales, sociales y afectivos, lo que puede transformar sus valores y creencias a partir de nuevas experiencias. Este periodo está marcado por decisiones que generan ansiedad, especialmente cuando sus metas difieren de las expectativas sociales o familiares. Esto genera tensiones entre la dependencia económica y la necesidad de independencia. En este contexto, la búsqueda de autorrealización resulta fundamental para asumir responsabilidades sociales, como la independencia financiera, y equilibrar las expectativas externas con sus propios deseos.

Yo me encuentro en la adultez emergente, ya que estoy buscando realizar mis metas a corto y largo plazo. Estoy buscando sacar mi carrera. Si pudiera trabajar de alguna u otra forma, también yo creo que intentaría hacerlo. Más que nada, yo creo que estoy autorrealizándome a modo personal y laboral (F. M., 2024).

El criticar también aquello que, que en su momento a uno de adolescente o de pequeño le enseñan los papas; cortar esto de que tal vez no pienso como ellos, de que tal vez no quiero la misma vida, de que tal vez no tengo los mismos objetivos (T. M., 2024).

En tercer lugar, la macrocategoría «contexto universitario de los adultos emergentes» aborda las diferentes experiencias y desafíos que enfrentan los adultos emergentes durante su paso por la educación superior. Destacando cómo las experiencias relacionadas con áreas académicas, personales y sociales impactan en el desarrollo personal y bienestar.

Esta macrocategoría revela que los entrevistados enfrentan altas exigencias académicas, y ello los obliga a adaptarse a nuevas responsabilidades, desarrollar habilidades de gestión del tiempo y lidiar con la presión por el rendimiento. La demanda constante de éxito puede generar estrés, ansiedad y agotamiento emocional, lo que afecta su salud mental. Sin embargo, también encuentran en la vida universitaria oportunidades para

definir metas personales y profesionales, al establecer un horizonte que les ayuda a proyectar su futuro con mayor claridad.

La universidad, en este contexto, ofrece un ambiente relativamente seguro para que los estudiantes experimenten, se enfrenten a nuevos desafíos y reflexionen sobre sus propias capacidades.

En cuanto a la salud mental, creo que me he puesto más ansiosa, creo que he somatizado más estrés, porque ha habido más estrés. Pero también pasó esto [...] que, cuando era pequeña y en la adolescencia, viví cosas igual fuerte[s], que desencadenaron ahora y empezaron a provocar estos nuevos trastornos. Igual la universidad me entregó un apoyo entre comillas que me permitió salir de eso y afrontarlo de buena manera (T. M., 2024).

Yo diría que sí, por el lado mental. Así como que la carga académica y el estrés me afectaban: «No, tengo que tener este trabajo, tengo que hacer este informe, así como que no»... Trasnocaba mucho y consumía mucha bebida energética para mantenerme despierta (J. L., 2024).

En cuarto lugar, la macrocategoría «espiritualidad en adultos emergentes universitarios» se centra en la experiencia espiritual de los adultos emergentes dentro del entorno universitario, y abarca cómo conciben, desarrollan y expresan su espiritualidad. A través de las entrevistas, surgieron diversas comprensiones de la espiritualidad, que mostraron una dualidad en las perspectivas. Para la mayoría de los participantes, la espiritualidad se relaciona directamente con la religión y las prácticas religiosas tradicionales, al percibirla como un camino de conexión con una entidad superior, generalmente identificada como Dios.

Por otro lado, un grupo minoritario expresó una visión más trascendental y filosófica de la espiritualidad, alejada de un marco religioso. Para estos participantes, la espiritualidad se define como una conexión con el universo, la naturaleza o la astrología, y se enfoca en la conciencia y el desarrollo interior.

En cuanto al desarrollo y la manifestación de la espiritualidad, las relaciones interpersonales juegan un rol fundamental en el desarrollo de esta. La mayoría de los participantes señaló que el origen de su espiritualidad se remonta a su círculo familiar, especialmente a la infancia, a prácticas y creencias inculcadas por sus padres. Sin embargo, también mencionaron que su espiritualidad ha evolucionado y se ha fortalecido a lo largo de su vida, principalmente a través de las relaciones que han construido con amigos y otras personas significativas.

La espiritualidad emergió como un factor protector clave frente a desafíos emocionales y crisis personales. Tanto desde una perspectiva religiosa como filosófica, los participantes coincidieron en su papel crucial para enfrentar momentos difíciles, al proporcionar fuerza, consuelo y guía. Además, la espiritualidad contribuye a reflexionar sobre su vida, mejora su bienestar emocional, permite encontrar paz interna, y lidiar con el estrés y la ansiedad.

Yo aludo de que hay cosas que son para llenar la mente, como que es como el estudiar, hacer ejercicio para el físico y ya la espiritualidad es como conectar con algo, sentirse parte de algo, podría ser también relacionado con la fe, de tener esperanzas, de ser bueno de acuerdo [con] lo que uno cree y ser fiel a eso también (G. L., 2024).

Cuando yo supe que estaba embarazada yo fui a hacer guillatún, pedí para ver si era bueno que yo abortara o que siguiera con el embarazo, pregunté e intenté abortar y a mí una persona que era sabia me dijo que si los Ngen de la Tierra, los espíritus no querían, o del Wenumapu de arriba, no querían que yo abortara, aunque intentara no iba a irse esa guagua, y no se fue, así que querían que se quedara. Entonces yo lo tomé también después como algo positivo y también pedí fuerza para sobrellevar este proceso (M. U., 2024).

Ya, y yo en ese momento en el que conversé y lloré, me sentí acompañada y no me sentí sola y de alguna manera sentí que ya no estaba sola y no iba a estar sola y luego eso como que me mantuvo, me sostuvo y luego me sentí sostenida y aún me siento sostenida ahora que he vuelto a ir a la iglesia y he tenido como esta mente más abierta y pensar que no estoy acostumbrada, pero sí, hay alguien conmigo y pensar en eso, que a veces puedes hablar con él y de repente uno piensa, no sé, me gustaría hablar con alguien y es como puedo hacerlo, y eso me ha sostenido en este tiempo (T. M., 2024).

En quinto lugar, la macrocategoría «sentido de vida en adultos emergentes universitarios» abarca las experiencias y reflexiones que definen la manera en que los adultos emergentes universitarios construyen y consolidan su sentido de vida, y como este se relaciona con diversos ámbitos de la vida de los participantes.

El análisis de esta macrocategoría revela que la búsqueda del sentido de vida es un proceso dinámico donde los estudiantes están constantemente construyendo y redefiniendo su sentido vital. Esto se vincula a las particularidades y dinamismo de esta etapa de desarrollo, cuyas experiencias académicas, personales, sociales, emocionales y espirituales influyen en el desarrollo del sentido de vida. Por otro lado, el sentido de vida emerge como un elemento que ayuda a los participantes

a enfrentar la incertidumbre y superar obstáculos, y que actúa como una guía para sus decisiones y acciones.

La espiritualidad y las relaciones interpersonales surgen como elementos centrales en el desarrollo del sentido de vida. Es decir, se nutre tanto de factores personales como los valores y creencias y de factores externos como la interacción con sus pares y familiares. Por otra parte, un tema recurrente es el deseo de que el sentido de vida contribuya no solamente al desarrollo personal, sino que también tenga un impacto positivo en los demás o en la sociedad, ya sea a través de una futura profesión o en su vida cotidiana.

A mi parecer, como que en esta área espiritual uno encuentra como muchas respuestas. Muchas respuestas que responden a esta necesidad de encontrar un propósito. Yo creo que todos tenemos algo que nos hace como movernos... A mi parecer, el comprender la vida desde este plano más espiritual o más profundo te hace como vivir y ver tu vida de otra forma. Ver y encontrar tu propósito y entender que tienes un propósito... Por ejemplo, entre una crisis (haber perdido una amiga recientemente)... es un proceso superdoloroso que está ocurriendo ahora y recordar cuál es ahora el sentido de mi vida. Y no solo esa meta de ser profesional... Me movilizar a ayudar a niñas..., apoyar a otros (T. M., 2024).

Cuando terminé o cuando he tenido problemas de pareja, o, no sé, supongamos que me bajan el autoestima y me siento así como..., nadie me quiere o no sé qué, y digo ya, pero independientemente de lo que piense tal persona o de lo que yo viva con esa persona, mis objetivos son esto y mi sentido de la vida es aprender, crecer, y no me puedo quedar en una emoción (M. U., 2024).

Entonces entre esta crisis, de repente el ver aquello que yo fui en algún momento, aquello que yo quiero ser, que es como un poco de mí misma cuidando de quien fui de niña, es lo que muchas veces me tengo que repetir en la cabeza y es lo que me sostiene para no caer en este pensamiento autodestructivo de culpa y arrepentimiento por haber perdido mi amiga. Entonces es un proceso superdoloroso que está ocurriendo ahora y recordar cuál es ahora el sentido de mi vida y no solo esa meta de ser profesional y ayudar a niñas, sino que también el sentido de que una vez tuve de mi vida, que fue mi hermana y que mi hermana sigue ahí, aún no la he perdido (T. M., 2024).

Los resultados obtenidos destacan que el bienestar psicológico de los adultos emergentes universitarios está influido por múltiples factores

(individuales, sociales e histórico-culturales). Entre estos se encuentran las características sociodemográficas, los desafíos y procesos propios de la adultez emergente, el contexto universitario y las dinámicas de sus relaciones interpersonales. Estos aspectos, además de estar interconectados, inciden en la manera en que los jóvenes construyen y expresan su espiritualidad y sentido de vida, los que a su vez se entrelazan y establecen una relación dinámica que contribuye positivamente al bienestar psicológico de este grupo.

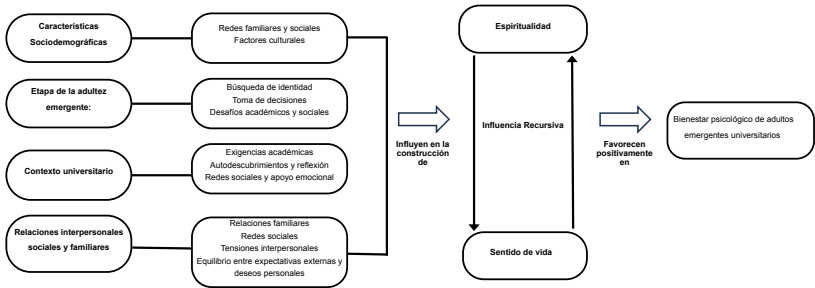


FIGURA 1. Modelo explicativo: bienestar psicológico de adultos emergentes universitarios

Discusión

El estudio tuvo como propósito comprender las implicaciones percibidas de la espiritualidad y el sentido de vida sobre la salud mental de adultos emergentes estudiantes universitarios. Así, los hallazgos revelan que algunos participantes relacionan la espiritualidad directamente con la religión y las prácticas religiosas tradicionales, como la oración y la asistencia a instituciones religiosas, y la conciben como un medio de conexión con una entidad superior, comúnmente Dios. No obstante, otro grupo expresó una perspectiva más trascendental y filosófica de la espiritualidad, alejada del marco religioso. Al respecto, estudios previos señalan que la espiritualidad y la religiosidad pueden manifestarse en múltiples formas, desde prácticas religiosas tradicionales hasta experiencias no religiosas como la meditación o la expresión creativa en la búsqueda de sentido (Siza-Montoya, 2024; Villani *et al.*, 2025). Esto sugiere que la experiencia religiosa es social, reflexiva y comunitaria, y evidencia una transformación en las formas que los jóvenes conciben y practican la espiritualidad, así como una mayor diversidad y pluralidad de enfoques (Gärtner y Hennig, 2022; Valero, 2021; Larré *et al.*, 2024). En este sentido, los adultos emergentes han experimentado un cambio en su relación con la espiritualidad, lo que concuerda con lo planteado por Pishchik y Lobacheva (2022) y Kasselstrand (2022), quienes sostienen

que las generaciones actuales han transformado su enfoque espiritual, al alejarse de las religiones tradicionales. Así, cada persona expresa y vive su espiritualidad de manera única, influenciado por sus experiencias, creencias y valores personales (Baring *et al.*, 2019; Ahmedi, 2022). Este cambio puede interpretarse como un reflejo de un mundo cada vez más globalizado y secularizado, donde las experiencias espirituales individuales adquieren mayor relevancia frente a los dogmas colectivos.

Asimismo, la espiritualidad cumple un papel fundamental para enfrentar momentos difíciles, lo que proporciona fuerza y consuelo, actuando como un factor protector clave frente a desafíos emocionales y crisis personales. Lo anterior es coherente con lo reportado en estudios previos que destacan la espiritualidad como un factor protector para la salud mental; además, ayuda a orientar decisiones y fortalecer la resiliencia independientemente de las creencias individuales (Zaraza y González, 2023). No obstante, Abu-Raiya *et al.* (2016) refieren que las luchas espirituales (conflictos internos o externos relacionados con la espiritualidad) resultan significativamente angustiantes y pueden representar un riesgo para la salud mental, ya que se asocian a síntomas depresivos, ansiedad, fobia y somatización (Cowden *et al.*, 2021; Currier *et al.*, 2019; Damen *et al.*, 2021; MacDougall, 2021).

De manera similar, aunque la religión puede favorecer el bienestar emocional, en algunos casos también puede intensificar emociones negativas como culpa, vergüenza, desesperación e incluso ideación suicida (Gallardo-Vergara *et al.*, 2022). Además, cuando interactúa con enfermedades psiquiátricas, existe evidencia de que puede agravar la sintomatología, debido a que aumenta el sufrimiento (Pastwa-Wojciechowska *et al.*, 2021). Esto resalta la importancia de acompañar a los estudiantes en su exploración espiritual y la necesidad de un enfoque matizado que permita a los estudiantes integrar sus experiencias de manera saludable y constructiva, al beneficiarse de la religión y la espiritualidad sin exponerse a sus posibles riesgos.

Por otra parte, los participantes perciben el sentido de vida como un factor protector que contribuye a mantener el bienestar psicológico, ya que actúa como un apoyo en momentos de crisis y proporciona orientación para superar dificultades emocionales o psicológicas (Czyżowska, 2021; Demir *et al.*, 2023; Kalashnikova, 2022). Sin embargo, Li *et al.* (2021) señalan que, si bien la presencia de sentido de vida está vinculada a un mayor bienestar subjetivo, la búsqueda de sentido puede tener un pequeño efecto adverso sobre el bienestar. Esto puede deberse a que la búsqueda de sentido de vida genera incertidumbre y estrés para los adultos emergentes universitarios. Igualmente, Orantes *et al.* (2022)

señalan que la falta de sentido de vida puede estar vinculada a niveles más altos de depresión y menor bienestar subjetivo en esta población. Por esto, las universidades y redes de apoyo tienen un rol esencial en guiar a los jóvenes durante la construcción del sentido de vida, porque los ayuda a canalizar sus intereses y talentos hacia objetivos claros y alcanzables (Xu y Choi, 2023).

Otro hallazgo relevante es que los entrevistados consideran el desarrollo prosocial como un aspecto central en su sentido de vida, ya que lo ven como un camino hacia la trascendencia a través del impacto positivo en los demás. En este sentido, los adultos emergentes universitarios muestran un proceso continuo de reconfiguración de su sentido de vida, influenciado por la transformación constante de su identidad en el ámbito universitario. Estudios previos muestran que la búsqueda de propósito y dirección es especialmente intensa en este periodo, y que la más común es la exploración del sentido de vida que su plena consolidación (Chan *et al.*, 2021; Czyżowska, 2021; Rojas, 2020; Roncancio-Moreno *et al.*, 2025). Este proceso, no solo refleja las transiciones propias de la adultez emergente, sino que también está determinado por factores socioeconómicos, culturales y educativos, entre los que resalta la necesidad de intervenciones adaptadas a cada contexto (Moreno, 2024).

Finalmente, los participantes manifestaron la existencia de presiones sociales y familiares vinculadas a obtener un título profesional como medio de logro de autonomía e independencia en la sociedad. Esto coincide con estudios que ven el título universitario como vía hacia la independencia económica, realización de proyectos, desarrollo personal y cultural (Alarcón *et al.*, 2021; Pease Dreibelbis *et al.*, 2025; Vieyra y Rojas, 2020). Sin embargo, ante el aumento de matrículas, la crisis de deuda, la dificultad para obtener trabajo de inmediato y la alta tasa de graduados que ocupan plazas que no están en relación con los estudios cursados, muchos jóvenes buscan alternativas laborales y muestran desconfianza en la seguridad laboral que ofrece el título (Almeida y Luque, 2023; Business Insider, 2022; Yu *et al.*, 2021).

Conclusiones

La espiritualidad integra aspectos religiosos y filosóficos. Se fortalece mediante prácticas como la reflexión y las actividades espirituales, al promover conexión, pertenencia y estabilidad emocional. Por su parte, el sentido de vida, como constructo en constante redefinición, se nutre de experiencias significativas como logros académicos y relaciones interpersonales, debido a que proporcionan propósito y orientación. De esta manera, ambas dimensiones constituyen recursos psicológicos

de alto valor adaptativo en adultos emergentes inmersos en contextos universitarios, particularmente ante contextos de crisis identitaria, sobrecarga académica e incertidumbre vocacional. Esto facilita los procesos de autorregulación emocional, cohesión interna y orientación hacia metas con significado personal, lo cual optimiza el afrontamiento de transiciones normativas propias de la adultez.

En lo práctico, los resultados fundamentan el diseño e implementación de intervenciones psicoeducativas orientadas a fortalecer transversalmente el sentido de vida y la espiritualidad, que se integran en programas de bienestar estudiantil, tutorías académicas, programas de mentorías o dispositivos de acompañamiento psicológico promovidos en la enseñanza superior. En lo curricular, puede traducirse en la inclusión de asignaturas electivas, talleres reflexivos o actividades de desarrollo personal que promuevan la exploración del sentido de vida, la ética del cuidado, la responsabilidad social y la conexión con dimensiones trascendentes del ser.

En el ámbito de la salud pública, los resultados reafirman la relevancia de la espiritualidad y el sentido de vida como determinantes psicosociales del bienestar mental, especialmente en poblaciones jóvenes en transición hacia la adultez. Lo anterior permitiría orientar el diseño de planes o programas que integren enfoques de salud mental positivos, sensibles a la diversidad histórico-cultural y espiritual del alumnado, fundamentado en estrategias preventivas que fortalezcan los recursos internos frente al estrés, la ansiedad o la deserción universitaria.

Con respecto al aporte científico, se proyectan líneas de investigación centradas en el análisis longitudinal de estas variables, como predictores de salud mental positiva, resiliencia académica y persistencia en la trayectoria educativa. Particularmente, se destaca la necesidad de considerar enfoques integradores del bienestar psicológico que trasciendan modelos centrados exclusivamente en la sintomatología, y que incorporen dimensiones existenciales que promuevan el desarrollo de recursos internos frente a las demandas contemporáneas de la vida universitaria. Dicha línea de investigación aportará fundamentos empíricos para una comprensión holística del bienestar en la adultez emergente, con proyecciones relevantes para la política universitaria en salud mental.

A modo de integración, el estudio resalta el valor de la espiritualidad y el sentido de vida como factores clave en la promoción del bienestar psicológico, el desarrollo (personal y profesional) y la salud mental positiva en el contexto universitario. Desde una perspectiva del ciclo vital, ambos constructos contribuyen a la consolidación de una identidad

coherente, que favorecen la autoeficacia y la regulación emocional frente a demandas académicas y psicosociales.

Finalmente, la investigación presenta limitaciones vinculadas al desarrollo teórico incipiente en el contexto local sobre la espiritualidad y el sentido de vida en adultos emergentes chilenos, el reducido tamaño muestral que afecta la representatividad de los resultados y posibles sesgos derivados del complejo proceso de interpretación de las categorías analizadas, como factores que, en su conjunto, condicionan la integración de estas dimensiones en las políticas universitarias centradas en el bienestar estudiantil. Por ende, se recomienda ampliar la muestra, incorporar un diseño mixto de investigación y profundizar en la influencia de factores socioculturales para obtener un análisis más enriquecido y representativo en torno a las categorías analizadas.

Contribución de autoría

Eduardo Sandoval-Obando participó en las fases de conceptualización, metodología, supervisión, validación, redacción (borrador original) y redacción (revisión y edición del texto final).

Edith Curiqueo Fuentes participó en las fases de curación de datos, análisis de datos, investigación y redacción (borrador original).

Gabriela Rivas Moreno participó en las fases de curación de datos, análisis de datos, investigación y redacción (borrador original).

Paula Salazar Santander participó en las fases de curación de datos, análisis de datos, investigación, administración de proyecto y redacción (borrador original).

Francisca Zúñiga Gallardo participó en las fases de curación de datos, análisis de datos, investigación y redacción (borrador original).

Luis Mario Castellanos-Alvarenga participó en las fases de validación y redacción (revisión y edición del texto final).

Fuente de financiamiento

Trabajo construido en el marco de la ejecución del Fondecyt Regular N.º 1250213, Agencia Nacional de Investigación y Desarrollo (ANID).

Potenciales conflictos de interés

Ninguno.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Abu-Raiya, H., Exline, J., Pargament, K., y Agbaria, Q. (2016). Prevalence, predictors, and implications of religious/spiritual struggles among Muslims. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 54(4), 631-648. <https://doi.org/10.1111/jssr.12230>

Ahmedi, E. (2022). A study on the relationship between new age beliefs and various variables: The case of Bursa. *Cumhuriyet İlahiyat Dergisi*, 26(1), 135-152. <https://doi.org/10.18505/cuid.1080308>

Alarcón, L. M. G., Perez, J. P. V., Boero, P., Dominguez, A. S. y Vinet, E. (2021). Individuación en la adultez emergente: una forma diferente de convertirse en adulto. *Revista Redes*, (43), 65-74. <https://www.redesdigital.com/index.php/redes/article/view/14>

Alegre, M. (2022). Aspectos relevantes en las técnicas e instrumentos de recolección de datos en la investigación cualitativa. Una reflexión conceptual. *Población y Desarrollo*, 28(54), 93-100. <https://doi.org/10.18004/pdfce/2076-054x/2022.028.54.093>

Almeida, L. y Luque, J. (2023). Análisis de la percepción sobre la formación universitaria y su relación con la inserción laboral de egresados de la Carrera de Administración de Empresas, Cohortes 2019 al 2022. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 7(5), 9667-9679. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i5.8530

Álvarez Gavilanes, J. E. y Romero Fernández, A. (2015). La empleabilidad de graduados universitarios en el contexto latinoamericano. Realidades de Uniandes, Ecuador. *Atenas*, 4(32), 01-15. <https://www.redalyc.org/pdf/4780/478047208001.pdf>

American Psychologist Association. (1 de junio de 2017). *Principios éticos de los psicólogos y código de conducta*. <https://www.apa.org/ethics/code>

Aráoz, R. y Pinto, B. (2021). Criterios de validez de una investigación cualitativa: tres vertientes epistemológicas para un mismo propósito. *Summa Psicológica UST*, 18(1), 47-56. <https://summapsicologica.cl/index.php/summa/article/view/485>

Arévalo, E., Castillo-Jiménez, D., Cepeda, I., López, J. y Pacheco, R. (2020). Ansiedad y depresión en estudiantes universitarios: relación con rendimiento académico. *Interdisciplinary Journal of Epidemiology and Public Health*, 2(1). <https://doi.org/10.18041/2665-427X/ijeph.1.5342>

Arnett, J. (2012). *The Clark University Poll of Emerging Adults*. Clark University.

Asociación Médica Mundial. (2013). *Principios éticos para las investigaciones médicas en seres humanos*. Asociación Médica Mundial, 59. <https://www.wma.net/es/polices-post/declaracion-de-helsinki-de-la-amm-principios-eticos-para-las-investigaciones-medicas-en-seres-humanos/>

Baring, R. V., Lee, R., Sta Maria, M. y Liu, Y. (2019). Configurations of student Spirituality/Religiosity: evidence from a Philippine university. *International Journal of Children's Spirituality*, 21(3-4), 163-176. <https://doi.org/10.1080/1364436X.2016.1207617>

Barrera-Herrera, A., Leal-Paredes, N., Cid-Penroz, A., Huerta-Espinoza, M. J., Riffo-Álvarez, C., Vallejos-Barrera, L. y Raipán-Gómez, P. (2024). Revisión narrativa del modelo de desarrollo positivo para adultos emergentes chilenos. *Universidad y Salud*, 26(2), 41-50. <https://doi.org/10.22267/rus.242602.324>

Barrera-Herrera, A. y San Martín, Y. (2021). Prevalencia de sintomatología de salud mental y hábitos de salud en una muestra de universitarios chilenos. *Psykhē*, 30(1), 1-16. <https://dx.doi.org/10.7764/psykhe.2019.21813>

Barrera-Herrera, A., y Vinet, E. (2017). Adultez emergente y características culturales de la etapa en universitarios chilenos. *Terapia Psicológica*, 35(1), 47-56. <https://doi.org/10.4067/s0718-48082017000100005>

Barroeta, M. (2022). Autopercepción de adultez emergente y sus relaciones con gratitud, ansiedad y bienestar. *Revista de Estudios e Investigación en Psicología y Educación*, 9(2), 186-206. <https://doi.org/10.17979/reipe.2022.9.2.9085>

Bautista, N. (2021). *Proceso de la investigación cualitativa. Epistemología, metodología y aplicaciones*. Manual Moderno Colombia.

Bogado, L. (2022). La espiritualidad en el médico internista. *Revista Virtual de la sociedad Paraguaya de Medicina interna*, 9(2), 9-11. <https://doi.org/10.18004/rvspmi/2312-3893/2022.09.02.09>

Borg, C. y Muñoz, R. (2024). Investigación cualitativa naturalista. En J. Franco y R. Muñoz (eds.), *Encyclopedia of Translation and Interpreting (ENTI)*. ALETI. <https://www.um.edu.mt/library/oar/handle/123456789/123447>

Business Insider. (25 de mayo de 2022). Cost of inequity: Roundup of systemic issues and government policies that have led to the student loan crisis 2022. <https://www.businessinsider.com/cost-of-inequity-roundup-of-systemic-issues-and-government-policies-that-have-led-to-the-student-loan-crisis-2022-5>

Campos-Arregui, S., Lacomba-Trejo, L., Valero-Moreno, S. y Pérez-Marín, M. (2023). Adultez emergente: patrón de relaciones interpersonales, consumo de alcohol y psicopatología. *The UB Journal of Psychology*, 53(2), 1-9. <https://revistes.ub.edu/index.php/Anuario-psicologia/article/view/40977>

Castañón-Valdivia, V., Centella-Centeno, D., Chura-Quispe, G., Salamanca-Chura, E. y Flores-Rosado, C. (2024). Espiritualidad y bienestar psicológico en estudiantes de enfermería: estudio piloto en universidad pública del Perú. *Revista Vive*, 7(21), 706-719. <https://revistavive.org/index.php/revistavive/article/view/512/1237>

Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL). (2022). *Los impactos sociodemográficos de la pandemia de COVID-19 en América Latina y el Caribe*. <https://repositorio.cepal.org/server/api/core/bitstreams/ee93d909-bcfa-4799-b04b-ff322e8b2ea7/content>

Chaves de Lima, C., Candido, E., Da Silva, J., Albuquerque, L., Soares, L., Do Nascimento, M., De Oliveira, S. y Neto, M. (2020). Effects of quarantine on mental health of populations affected by Covid-19. *Journal of Affective Disorders*, 275, 253-254. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.06.063>

Cowden, R., Pargament, K., Chen, Z., Davis, E., Lemke, A., Glowiak, K., Rueger, S. y Worthington, E. (2021). Religious/spiritual struggles and psychological distress: A test of three models in a longitudinal study of adults with chronic health conditions. *Journal of Clinical Psychology*, 78(4), 1-15. <https://doi.org/10.1002/jclp.23232>

Currier, J., Foster, J., Witvliet, C., Abernethy, A., Root Luna, L., Schnitker, S., VanHarn, K. y Carter, J. (2019). Spiritual struggles and mental health outcomes in a spiritually integrated inpatient program. *Journal of Affective Disorders*, 249, 127-135. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2019.02.012>

Czyżowska, N. (2021). Meaning in life and its significance in emerging adulthood - literature review and preliminary study results. *Kwartalnik Naukowy Fides Et Ratio*, 48(4), 346-362. <https://doi.org/10.34766/fetr.v48i4.921>

Damen, A., Exline, J., Pargament, K., Yao, Y., Chochinov, H., Emanuel, L., Handzo, G., Wilkie, D. J. y Fitchett, G. (2021). Prevalence, predictors and correlates of religious and spiritual struggles in palliative cancer patients. *Journal of Pain and Symptom Management*, 62(3), 139-147. <https://doi.org/10.1016/j.jpainsymman.2021.04.024>

Demir, S., Isgor, I. Y. y Yilmaz, Y. (2023). Predictive effect of meaning of life on psychological well-being and happiness among university students. *Educational Policy Analysis and Strategic Research*, 18(2), 27-48. <https://doi.org/10.29329/epasr.2023.548.2>

Fernández-Nieto, J. (2024). Sentido de la vida y propósito personal. ¿Nuevo reto para las organizaciones? *Lúmina*, 25(1). <https://doi.org/10.30554/lumina.v25.n1.4925.2024>

- Flores Pérez, S. (2022). *Relación del bienestar con el estrés académico y la espiritualidad en estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima Metropolitana durante la pandemia de la COVID-19*. [Tesis de licenciatura en Psicología, Pontificia Universidad Católica del Perú]. <http://hdl.handle.net/20.500.12404/26176>
- Foguet-Boreu, Q. y García-Morzon, L. (2021). Estrés psicosocial, hipertensión arterial y riesgo cardiovascular. *Hipertensión y Riesgo Vascular*, 38(2), 83-90. <https://doi.org/10.1016/j.hipert.2020.09.001>
- Frankl, V. (1946). Psicoanálisis y existencialismo. De la psicoterapia a la logoterapia. Fondo de Cultura Económica.
- Gao, J. y McLellan, R. (2018). Using Ryff's scales of psychological well-being in adolescents in mainland China. *BMC Psychology*, 6(17), 1-8. <https://doi.org/10.1186/s40359-018-0231-6>
- García-Álvarez, D., Rincón, B., y Urdaneta-Gallardo-Vergara, R., Silva-Marañaño, P., y Castro-Aburto, Y. (2022). Los efectos negativos de la religiosidad-espiritualidad en la salud mental: una revisión bibliográfica. *Revista Costarricense de Psicología*, 41(1), 43-64. <https://dx.doi.org/10.22544/rcps.v41i01.03>
- Gärtner, C. y Hennig, L. (2022). Faith, authenticity, and pro-social values in the lives of young people in Germany. *Religions*, 13(10), 962. <https://doi.org/10.3390/rel13100962>
- Goldstein, E. (2022). *Carga mundial de los trastornos de salud mental. Evolución pre-pandemia y efectos de la aparición de COVID-19*. Colección Biblioteca Nacional de Chile. https://obtienearchivo.bcn.cl/obtienearchivo?id=repositorio/10221/33592/2/BCN__Carga_mundial_de_Salud_Mental__FINAL_repos.pdf
- Hernández, J. (2020). Impacto de la COVID-19 sobre la salud mental de las personas. *Medicentro Electrónica*, 24(3), 578-594. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1029-30432020000300578
- Hernández, O. (2021). Aproximación a los distintos tipos de muestreo no probabilístico que existen. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 37(3). http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252021000300002&lng=es&tlng=es
- Kalashnikova, O., Leontiev, D., Rasskazova, E. y Taranenko, O. (2022). Meaning of life as a resource for coping with psychological crisis: Comparisons of suicidal and non-suicidal patients. *Frontiers in Psychology*, 13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.957782>
- Kasselstrand, I. (2022). Secularization or alternative faith?: Trends and conceptions of spirituality in Northern Europe. *Journal of Religion in Europe*, 15(1-4), 27-55. <https://doi.org/10.1163/18748929-bja10049>

Larré, P., Besa, B., Flores, C. y Echiburú, M. (2024). Entre la iglesia y los jóvenes: caracterización de las experiencias religiosas en jóvenes vinculados a la espiritualidad ignaciana en la transición secundaria-universitaria. *Revista de Educación Religiosa*, 3(1), 47-63. <https://doi.org/10.38123/rer.v3i1.425>

Levitt, H., Motulsky, S., Wertz, F., Morrow, S. y Ponterotto, J. (2017). Recommendations for designing and reviewing qualitative research in psychology: Promoting methodological integrity. *Qualitative Psychology*, 4(1), 2-22. <https://doi.org/10.1037/qup0000082>

Ley 20.120 (2006). Sobre la investigación científica en el ser humano, su genoma. y prohíbe la clonación humana. <https://www.bcn.cl/leychile/navegar?idNorma=253478>

Li, J. B., Dou, K. y Liang, Y. (2021). The relationship between presence of meaning, search for meaning, and subjective well-being: A three-level meta-analysis based on the Meaning in Life Questionnaire. *Journal of Happiness Studies*, 22(1), 467-489. <https://doi.org/10.1007/s10902-020-00230-y>

Lopezosa, C., Codina, L. y Freixa Font, P. (2022). *ATLAS.ti para entrevistas semiestructuradas: guía de uso para un análisis cualitativo eficaz*. <http://hdl.handle.net/10230/52848>

Lösch, S., Rambo, C. y Ferreira J. (2023). La investigación exploratoria en el enfoque cualitativo en educación. *Revista Ibero-Americana de Estudos em Educação*, 18(00). <https://doi.org/10.21723/riae.v18i00.17958>

MacDougall, E. (2021). Predicting depression in dementia caregivers: do religious/spiritual struggles play a role? *Aging and Mental Health*, 2021(4), 1-7. <https://doi.org/10.1080/13607863.2021.1961124>

Mac-Ginty, S., Jiménez Molina, Á., y Martínez, V. (2021). Impacto de la pandemia por COVID-19 en la salud mental de estudiantes universitarios en Chile. *Revista Chilena de Psiquiatría y Neurología de la Infancia y Adolescencia*, 32(1), 23-37.

Miao, M. y Cao, R. (2024). Mutually beneficial relationship between meaning in life and resilience. *Current Opinion in Behavioral Sciences*, 58, 101-409. <https://doi.org/10.1016/j.cobeha.2024.101409>

Moreno, A. (2024). Incidencia de la gestión institucional en el bienestar de los estudiantes de la Universidad Nacional de Loja (Ecuador). *Desde el Sur*, 16(1), e0013. <https://doi.org/10.21142/des-1601-2024-0013>

Orantes, K., Ujpán, V., y González-Aguilar, D. (2022). Bienestar subjetivo e indicadores de depresión en estudiantes universitarios. *Revista Guatemalteca de Educación Superior*, 5(2), 69-83. <https://doi.org/10.46954/revistas-ges.v5i2.92>

- Organización Mundial de la Salud (OMS). (17 de junio de 2022). *Salud mental: fortalecer nuestra respuesta*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>
- Otzen, T. y Manterola, C. (2017). Técnicas de muestreo sobre una población a estudio. *International Journal of Morphology*, 35(1), 227-232. <http://dx.doi.org/10.4067/S0717-95022017000100037>
- Palma, I., Aceituno, R., Duarte, F., Valenzuela, P., Canales, M., Asún, R. y Riveros, A. (2020). *Vida en Pandemia. Desestabilización, fragilidad e incertidumbre económica, y crisis del estado de ánimo al vivir en pandemia. Reporte 1*. <http://vidaenpandemia.cl/2020/08/27/reporte1/>
- Pastwa-Wojciechowska, B., Grzegorzewska, I. y Wojciechowska, M. (2021). The role of religious values and beliefs in shaping mental health and disorders. *Religions*, 12(10), 1-18. <https://doi.org/10.3390/rel12100840>
- Pease Dreibelbis, M., Valderrama Maguiña, I. y Dreibelbis, M. (2021). Preguntas para pensar las nuevas realidades educativas. *Desde el Sur*, 13(2), e0015. <https://doi.org/10.21142/des-1302-2021-0015>
- Pease Dreibelbis, M., Urbano Flores, E., Aranibar Chacon, C., Guerrero Concepción, M. y Leiva Podestá, M. (2025). Exploración y compromiso en contextos de precariedad. Construcción de identidad psicosocial en adolescentes de cuatro escuelas de la ciudad de Lima. *Desde el Sur*, 17(1), e0011. <https://doi.org/10.21142/des-1701-2025-0011>
- Pishchik, V. I. y Lobacheva, A. O. (2022). Features of religiosity and faith of representatives of the «information» and «new» generations. *Social Psychology and Society*, 13(1), 70-86. <https://doi.org/10.17759/SPS.2022130105>
- Ramos-Galarza, C. (2020). Los alcances de una investigación. *Ciencia América*, 9(3). <http://dx.doi.org/10.33210/ca.v9i3.336>
- Rojas-Gutiérrez, W. J. (2022). La relevancia de la investigación cualitativa. *Studium Veritatis*, 20(26), 79-97. <https://doi.org/10.35626/sv.26.2022.353>
- Rojas-Nizama, D. (2020). *Sentido de vida en estudiantes universitarios de la escuela de psicología de una universidad privada, Chiclayo, septiembre-diciembre, 2019*. [Tesis de licenciatura, Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo]. <http://hdl.handle.net/20.500.12423/2782>
- Roncancio-Moreno, M., Ocampo-Cepeda, R. y Cleves-Valencia, J. (2025). «To become a gentleman» and other metaphors in the transition to university. *Culture & Psychology*, 0(0), 1-18. <https://doi.org/10.1177/1354067X251330642>
- Rossi, J., Jiménez, Barros, J., Assar, R., Jaramillo, K., Herrera, L., Quevedo, Y., Botto, A., Leighton, C. y Martínez, F. (2019). Sintomatología depresiva y bienestar psicológico en estudiantes universitarios chilenos. *Revista Médica de Chile*, 147(5), 579-588. <https://doi.org/10.4067/s0034-98872019000500579>

Ruiz, A. (2021). *El contenido y su análisis: enfoque y proceso*. Universitat de Barcelona. <http://hdl.handle.net/2445/179232>

Ruiz-Pérez, I., Ossó, A., Fernández-Alonso, C., Montiel, J., Aviñó, C., Cabello, I. y Ripoll, M. (2022). COVID-19 y salud mental. Desigualdades de género en el impacto psicosocial de la pandemia. En R. M. López Rodríguez e I. Soriano Villarroel (coords.), *Informe Salud y Género 2022* (pp. 225-247). https://www.sanidad.gob.es/organizacion/sns/planCalidadSNS/pdf/equidad/InformeSaludyGenero2022/INFORME_SALUD_Y_GENERO_2022.15.09.2022.web.pdf

Saldías-Ortega, F. y Moyano-Díaz, E. (2023). Influencia de la espiritualidad y religiosidad sobre la felicidad en adultos mayores. *Psykhē*, 32(2). <https://dx.doi.org/10.7764/psykhe.2021.29435>

Saleme-Negrete, Y. y Coronado-Martínez, E. (2024). Sentido de vida y su influencia en la salud mental. *Ciencia Latina. Revista Científica Multidisciplinar*, 8(2), 5691-5708. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i2.10980

Sandoval-Obando, E. y Sandoval-Díaz, J. (2020). Psicología de la emergencia en contexto de pandemia: aportes y herramientas para la intervención psicológica. *Tesis Psicológica*, 15(2), 254-279. <https://doi.org/10.37511/tesis.v15n2a14>

Sarrazin, J. P. (2021). La relación entre religión, espiritualidad y salud: una revisión crítica desde las ciencias sociales. *Hallazgos*, 18(36), 409-442. <https://doi.org/10.15332/2422409X.5232>

Siza-Montoya, C. (2024). Espiritualidad y religiosidad en estudiantes universitarios: Manifestaciones y fuentes. Una revisión Scoping, siguiendo las directrices de PRISMA. *Scientiarvm*, 10(1), 9-15. <https://doi.org/10.26696/sci.epg.0178>

Soratto, J., Pires, D. y Friese, S. (2020). Análisis temático de contenido mediante el software ATLAS.ti: potencialidades para las investigaciones en salud. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 73(3). <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2019-0250>

Tejero, J. (2021). *Técnicas de investigación cualitativa en los ámbitos sanitario y sociosanitario*. Ediciones de la Universidad de Castilla-La Mancha. <https://www.torrossa.com/en/catalog/preview/4943831>

Valero, J. A. (2021). La religiosidad en los universitarios: descenso o cambio de hábitos. *Revista Anual de Ciencias Eclesiásticas*, 16, 569-595 <https://doi.org/10.17398/2340-4256.16.569>

Vela, M., Rossi, D., Sánchez, J., Quiero, A., Mesa, Z., Lucero, Y., Ragone, F., Jofré, M., Maschi, C. y Belamate, C. (2020). La relajación percibida y su rol como factor protector frente a la ansiedad fóbica durante el transcurso del aislamiento social, preventivo y obligatorio por COVID-19 en el Gran Mendoza. *SciELO Preprints*. <https://preprints.scielo.org/index.php/scielo/preprint/view/82>

Villani, D., Eissa, S., Zambelli, M. y Di Natale, A. F. (2025). Religiously grounded character and its association with subjective well-being in emerging adults: A latent profile analysis. *Religions*, 16(2), 106. <https://doi.org/10.3390/rel16020106>

Villarreal-Puga, J. y Cid, M. (2022). La aplicación de entrevistas semiestructuradas en distintas modalidades durante el contexto de la pandemia. *Revista Científica Hallazgos*, 7(1), 52-60. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8474986>

Xu, J., y Choi, M. C. (2023). Can emotional intelligence increase the positive psychological capital and life satisfaction of Chinese university students? *Behavioral Sciences*, 13(7), 614. <https://doi.org/10.3390/bs13070614>

Yu, L. J., García González, M. y García Rodríguez, A. (2021). El desafío de la empleabilidad de los graduados universitarios. *Conjeturas Sociológicas*, 9(26), 41-57. <https://revistas.ues.edu.sv/index.php/conjsociologicas/article/view/2077>

Zaraza, D. y González, O. (2023). Salud mental y espiritualidad: abordaje de enfermería desde la recuperación de personas con conducta suicida. *CES Enfermería*, 4(2), 42-50. <https://doi.org/10.21615/cesenferm.7260>

Eduardo Sandoval-Obando es psicólogo, magíster en Educación, doctor en Ciencias Humanas y posdoctorado en Desarrollo Evolutivo. Miembro de la Escuela de Psicología, Facultad de Ciencias Sociales y Humanidades – Universidad Autónoma de Chile. Instituto Iberoamericano de Desarrollo Sostenible, Universidad Autónoma de Chile. Temuco – Chile.

Edith Madelaine Curiqueo Fuentes es licenciada en Psicología. Grupo de Investigación en Cultura, Educación y Transformación Social (ICET). Miembro de la Escuela de Psicología, Facultad de Ciencias Sociales y Humanidades – Universidad Autónoma de Chile.

Gabriela Rivas Moreno es licenciada en Psicología. Grupo de Investigación en Cultura, Educación y Transformación Social (ICET). Miembro de la Escuela de Psicología, Facultad de Ciencias Sociales y Humanidades – Universidad Autónoma de Chile.

Paula Salazar Santander es licenciada en Psicología. Grupo de Investigación en Cultura, Educación y Transformación Social (ICET). Miembro de la Escuela de Psicología, Facultad de Ciencias Sociales y Humanidades – Universidad Autónoma de Chile.

Francisca Zúñiga Gallardo es licenciada en Psicología. Grupo de Investigación en Cultura, Educación y Transformación Social (ICET). Miembro de la Escuela de Psicología, Facultad de Ciencias Sociales y Humanidades – Universidad Autónoma de Chile.

Luis Mario Castellanos Alvarenga es psicólogo, magíster en Psicología y doctor en Psicología. Miembro de la Escuela de Psicología, Facultad de Ciencias Sociales y Comunicaciones, Universidad Santo Tomas, Chile.

Recepción: 21/3/2025

Aceptación: 21/5/2025