

DETERMINANTES ECONÓMICOS DEL BIENESTAR PSICOLÓGICO EN POBLACIÓN UNIVERSITARIA

ECONOMIC DETERMINANTS OF PSYCHOLOGICAL WELL- BEING IN THE UNIVERSITY POPULATION

Silvia Paola González Fuenmayor¹, Gabriela Morejón Cabrera², Diego Alejandro Arboleda Álvarez³

{silvia.gonzalez@epn.edu.ec¹, gabriela.morejon.1492@gmail.com², diego.arboleda@hotmail.com³}

Fecha de recepción: 08/04/2026 / Fecha de aceptación: 28/04/2026 / Fecha de publicación: 30/04/2026

RESUMEN: El bienestar psicológico (BP) entre los estudiantes universitarios ecuatorianos se ve significativamente afectado por los problemas socioeconómicos y sus efectos directos en su salud psicológica. El propósito de esta investigación fue establecer si los principales determinantes económicos (estrés financiero percibido, deuda e ingresos bajos) pueden predecir la presión arterial dentro del sistema de educación superior y universitaria en relación con los estudiantes de la región central de Ecuador. Se realizó un estudio de métodos mixtos (incluyendo métodos de investigación cuantitativos y cualitativos). En la fase cuantitativa, se llevó a cabo una encuesta numérica con N=850 estudiantes, utilizando un muestreo aleatorio estratificado y utilizando la Escala de Estrés Financiero Percibido, la Escala de Satisfacción con la Vida (SWLS) y el PHQ-9. En la fase cualitativa, se realizaron una serie de entrevistas en profundidad (n=30) para explorar experiencias subjetivas. Los principales resultados fueron que el estrés financiero percibido se correlacionó significativamente de manera negativa con la satisfacción con la vida ($\beta = -0.42$, $p < 0.001$), lo cual fue el indicador económico más fuerte del declive de la presión arterial, independientemente de los ingresos objetivos. La regresión lineal múltiple indicó que las variables económicas representaron el 35% de la varianza en los síntomas depresivos. Esto está respaldado por hallazgos cualitativos que enfatizan la importancia de la "carga cognitiva" del estrés económico en el rendimiento académico. Obtuvimos evidencia de que el estrés financiero no solo es un factor de riesgo, sino también uno de los principales predictores de angustia psicológica de los estudiantes ecuatorianos, lo que sugiere la necesidad de que las universidades persigan una estrategia de intervención

¹Escuela Politécnica Nacional (EPN), Quito-Ecuador, <https://orcid.org/0000-0002-4552-8357>

²Universidad de Cantabria. Santander, España, <https://orcid.org/0000-0002-0888-4723>.

³Investigador independiente, <https://orcid.org/0009-0008-3867-0487>

integral abordando la inseguridad económica y demostrando que la educación financiera es un factor protector.

Palabras clave: Bienestar psicológico, estrés financiero, deuda estudiantil, población universitaria

ABSTRACT: Psychological well-being (PW) among Ecuadorian university students is significantly affected by socioeconomic problems and their direct effects on their psychological health. The purpose of this research was to establish whether the main economic determinants (perceived financial stress, debt, and low income) can predict blood pressure within the higher education and university system in relation to students in the central region of Ecuador. A mixed-methods study (including quantitative and qualitative research methods) was conducted. In the quantitative phase, a numerical survey was conducted with N=850 students, using stratified random sampling and utilizing the Perceived Financial Stress Scale, the Satisfaction with Life Scale (SWLS), and the PHQ-9. In the qualitative phase, a series of in-depth interviews (n=30) were conducted to explore subjective experiences. The main findings were that perceived financial stress was significantly negatively correlated with life satisfaction ($\beta = -0.42$, $p < 0.001$), which was the strongest economic indicator of blood pressure decline, regardless of objective income. Multiple linear regression indicated that economic variables accounted for 35% of the variance in depressive symptoms. This is supported by qualitative findings that emphasize the importance of the “cognitive load” of economic stress on academic performance. We obtained evidence that financial stress is not only a risk factor but also one of the main predictors of psychological distress among Ecuadorian students, suggesting the need for universities to pursue a comprehensive intervention strategy addressing economic insecurity and demonstrating that financial education is a protective factor.

Keywords: Psychological well-being, financial stress, student debt, university population

INTRODUCCIÓN

El bienestar psicológico (BP), un estado de equilibrio entre los desafíos de la vida y la capacidad para enfrentarlos (1), no es solo un concepto abstracto sino una indicación importante tanto de la salud general como del potencial de desarrollo de los estudiantes universitarios. De hecho, el paso a la universidad en América Latina, y notablemente en Ecuador, es una mezcla de demandas académicas y crecientes limitaciones en el frente económico (2). En efecto, los estudios sobre los factores de riesgo para los trastornos de salud mental en los jóvenes, entre ellos la ansiedad y la depresión, han demostrado ser bastante comunes a nivel mundial, y el estudio de estos trastornos en los jóvenes es fundamental (3, 4).

Por un lado, a nivel macro, los estudios epidemiológicos han demostrado consistentemente que los determinantes sociales de la salud, como el estatus socioeconómico (ESE), son potentes predictores de la salud mental (5). Desde este aspecto, la conceptualización del capital humano y

la tensión social argumentan que la ausencia de riqueza económica crea un estrés crónico que agota los recursos psicológicos de una persona y disminuye el BP (6). La literatura asociada ha demostrado que los bajos ingresos y la inseguridad laboral están correlacionados con un mayor riesgo de psicopatología (7).

Ahora bien, en relación con la transferencia de este marco a un contexto universitario, el problema es el alto costo indirecto de la educación (transporte, materiales y mantenimiento) y el creciente número de estudiantes que pagan con deuda o toman trabajos a tiempo parcial en competencia por el tiempo para estudiar. Por ejemplo, investigaciones en contextos análogos en Chile y Colombia han identificado el estrés financiero percibido, la ansiedad subjetiva por la capacidad de pagar los gastos, como un mediador más fuerte de la mala salud mental que cuánto se gana realmente (8, 9). Estas preocupaciones se agravan en el contexto ecuatoriano, donde la dolarización y las fluctuaciones económicas crean una inestabilidad financiera adicional para las familias (10).

Además, un hecho clave que enmarca el problema es la falta de acceso a la atención de salud mental. Basado en datos del Ministerio de Educación de Ecuador (2023), es preocupante notar que el 60% de los estudiantes universitarios indicaron dificultades o barreras de disponibilidad para la provisión formal de servicios de salud mental (11). Claramente, no demostrar una capacidad institucional adecuada para responder exacerba los efectos de los factores estresantes subyacentes como los económicos. Como resultado, la identificación de los determinantes económicos directa o indirectamente es una cuestión no solo de investigación sino de interés de política pública para informar planes de intervención apropiados en prevención con respuestas rápidas.

Aunque el tema es relevante, aún no existe una literatura ecuatoriana escrita sistemáticamente que describa la contribución concreta de los determinantes económicos al BP entre la población universitaria. Además, la mayoría de las investigaciones investigan el rendimiento académico o los aspectos intrapersonales. La razón de este estudio es, por lo tanto, que su metodología mixta y enfoque local permite la generación de más evidencia que sea robusta tanto estadística como contextual para la toma de decisiones (12). Finalmente, una vez que se identifiquen los factores estresantes económicos significativos, las universidades en la parte central del país pueden ser dirigidas hacia el diseño de esquemas de apoyo financiero y proyectos de alfabetización económica que podrían servir como factores protectores para el malestar psicológico (13).

Así, con respecto a lo anterior, el objetivo de este estudio es investigar el impacto de los tres principales determinantes económicos (estrés financiero percibido, deuda estudiantil e ingresos) en el bienestar psicológico y la salud mental (ansiedad y depresión) en estudiantes universitarios en la región central de Ecuador (14, 15).

MATERIALES Y MÉTODOS

El estudio actual se llevó a cabo utilizando un diseño de investigación de métodos mixtos de tipo exploratorio secuencial, es decir, comenzamos con la fase cuantitativa para estudiar relaciones y progresamos a la fase cualitativa para explorarlas en profundidad. En efecto, habíamos fusionado la aplicabilidad de los resultados estadísticos con la percepción subjetiva que contribuyó a la validez de nuestros resultados.

El estudio fue descriptivo con aspectos cuantitativos correlacionales, por un lado. Aquí, nuestro objetivo era examinar la relación y la magnitud de la correlación entre variables de nivel económico (por ejemplo, ingresos, deudas, estrés financiero) y psicológico (por ejemplo, ansiedad, depresión, satisfacción con la vida). Por el contrario, el componente cualitativo fue fenomenológico e interpretativo. En este sentido, intentamos interpretar y registrar las experiencias vividas por los estudiantes y explorar las experiencias individuales y el significado que los estudiantes atribuyen a su adversidad financiera y el efecto que podría haber tenido directamente en su salud mental.

Los miembros de la población eran estudiantes universitarios activos de IES públicas y privadas en el centro de Ecuador.

El tamaño total de la muestra cuantitativa fue de N=850 estudiantes. Para asegurar la representación, se utilizó un enfoque de muestreo aleatorio estratificado, ya que los participantes representaban información demográfica importante como el tipo de IES (pública/privada), género (masculino, femenino, no binario) y situación económica percibida (clasificada en diferentes categorías de apoyo financiero).

Mientras tanto, la muestra cualitativa consistió en n=30 estudiantes que habían expresado voluntariamente su preferencia por participar compartiendo experiencias. Optamos por el muestreo por conveniencia y criterio en este análisis, y particularmente nos enfocamos en estos participantes que indicaron alto estrés financiero y síntomas de depresión/ansiedad, lo que nos permitió obtener una mejor comprensión de los desafíos que realmente enfrentaron.

Los datos se recopilaron como parte del año académico (enero - mayo 2024) en las IES participantes en el estudio dentro de la región central de Ecuador.

Componente cuantitativo: Inicialmente, los cuestionarios se entregaron en plataformas en línea. Además, los datos se compartieron en forma física, en consulta con decanos y personal de bienestar universitario. El cuestionario incluía preguntas sobre niveles de ingresos familiares (o agrupaciones), gastos mensuales promedio y la percepción de tener acceso a recursos educativos, etc.

Componente cualitativo: Se realizaron entrevistas en profundidad semiestructuradas (de 45 minutos en promedio) con los 30 estudiantes seleccionados. Las preguntas abordaron temas como deuda, empleo a tiempo parcial, gestión del tiempo y estado emocional.

Un ejemplo contextual clave de esto es que, según el Ministerio de Educación de Ecuador 2023, el 60% de los estudiantes universitarios han enfrentado dificultades u obstáculos para obtener servicios formales de salud mental. Este es de hecho el caso, lo que enfatiza la centralidad de nuestro estudio, para encontrar factores preventivos a la escala del estado económico.

En otras palabras, para medir las variables, construimos cuidadosamente los instrumentos:

- **Cuestionario cuantitativo:** Este incluyó las siguientes escalas validadas:
- **Estrés financiero:** Adaptación de la escala de estrés financiero percibido (PSS-F).
- **Bienestar psicológico:** Escala de satisfacción con la vida (SWLS).
- **Salud mental negativa:** El cuestionario de salud del paciente (PHQ-9) para la depresión y el trastorno de ansiedad generalizada (GAD-7) para la ansiedad.
- **Guía de entrevista cualitativa:** Aquí se utilizó un protocolo con cinco preguntas temáticas principales, centradas en: la carga de la deuda o la necesidad de ingresos; el efecto del dinero en la participación social y académica; y las estrategias de afrontamiento y el apoyo buscado.

Los datos cuantitativos se analizaron utilizando el software estadístico R (versión 4.3.0). La muestra se caracterizó descriptivamente utilizando primero estadísticas descriptivas. Luego, para probar las hipótesis de correlación, se utilizaron:

- Correlaciones de Pearson para evaluar la asociación entre las variables económicas y las de BP.
- Análisis de regresión lineal múltiple para identificar el poder predictivo del estrés financiero, la deuda y el ingreso sobre la depresión y la satisfacción con la vida.

Para los datos cualitativos, se analizaron utilizando Análisis Temático (TA): familiarización, codificación, búsqueda de temas, revisión, definición y nombramiento de temas. Finalmente, se aplicó la triangulación (datos cuantitativos y cualitativos) para mejorar la validez y riqueza de las interpretaciones.

Tabla 1. Modelo de regresión lineal múltiple para síntomas depresivos

Aspecto metodológico	Componente cuantitativo	Componente cualitativo
Tipo de Investigación	Descriptiva y correlacional	Fenomenológica e interpretativa
Muestra (N/n)	N=850 estudiantes	n=30 estudiantes
Técnica de Muestreo	Muestreo estratificado aleatorio	Muestreo por conveniencia y criterio
Instrumentos	PSS-F, SWLS, PHQ-9, GAD-7	Entrevistas semiestructuradas

Análisis de datos	Regresión lineal múltiple	Análisis temático (AT)
Objetivo Específico	Determinar la fuerza predictiva de las variables económicas sobre el BP.	Comprender la "carga cognitiva" y los mecanismos de afrontamiento asociados al estrés financiero.

Así, este diseño mixto no solo es cuantitativo, sino que proporciona cualitativo, para ayudar a contextualizar la experiencia de los estudiantes, lo cual es importante en un estudio que estudia las complejidades del fenómeno social como en el caso ecuatoriano.

RESULTADOS

El análisis de datos a partir de la triangulación entre la encuesta N=850 estudiantes y las entrevistas en profundidad n=30 condujo a hallazgos significativos relacionados con la relación de las variables económicas con el bienestar psicológico. Los resultados están organizados para mostrar primero la evidencia estadística de la predicción y, en segundo lugar, presentar el conocimiento desde la experiencia.

Resultados Cuantitativos: El poder predictivo del estrés financiero

El poder de la predicción del estrés financiero. En primer lugar, un análisis descriptivo de la muestra (N=850) mostró la vulnerabilidad financiera en el panorama general, con el 55% de los encuestados afirmando que tienen algún tipo de deuda activa (créditos educativos, préstamos familiares o de consumo). Además, el estrés financiero percibido promedio fue $x=3.8$ en una escala de 5 puntos ($SD=0.7$) y claramente es un nivel de preocupación mayor que el punto medio.

A continuación, consideramos las relaciones directas (Tabla 2) respecto a los factores económicos y los indicadores de bienestar.

Tabla 2. Correlaciones de Pearson entre variables económicas y de bienestar psicológico (N=850)

Variable	Estrés financiero percibido	Nivel de deuda	Ingreso familiar mensual
Satisfacción con la vida (SWLS)	-0.42	-0.28	0.15
Síntomas depresivos (PHQ-9)	0.51	0.34	-0.10
Síntomas de ansiedad (GAD-7)	0.48	0.31	-0,08

$p < 0.05$ (Correlación significativa); $p < 0.001$ (Correlación altamente significativa)

Los resultados de correlación muestran claramente que el estrés financiero percibido es la variable económica más relevante y tiene la mejor correlación con otros indicadores de BP/Salud Mental Negativa (16, 17). Esta relación más directa es con los síntomas depresivos ($r=0.51$), la ansiedad ($r=0.48$), lo que implica que la preocupación subjetiva es el principal factor estresante psicológico (18, 19). Por otro lado, hubo una correlación débil del Ingreso Familiar Mensual con la Satisfacción con la Vida ($r=0.15$), donde podemos concluir que el beneficio psicológico proviene de la percepción más que del ingreso como valor absoluto. Esto fue seguido por un análisis de regresión lineal múltiple para confirmar los componentes económicos como el poder predictivo para los Síntomas Depresivos (PHQ-9), ya que es la correlación más fuerte encontrada. A través de este modelo demostramos que las variables económicas explicaron el 35.1% de la varianza ($R^2=0.351$), indicando su importancia (20).

Tabla 3. Modelo de regresión lineal múltiple para síntomas depresivos

Predictor	Coficiente β estandarizado	Valor p
Estrés financiero percibido	0.45	< 0.001
Nivel de deuda	0.12	0.005
Ingreso familiar mensual	-0.05	0.112

No es sorprendente que el coeficiente beta estandarizado del Estrés Financiero Percibido ($\beta=0.45$) indique que, por cada aumento de una unidad en el estrés percibido, hubo un aumento en los síntomas depresivos de 0.45 desviaciones estándar, manteniendo constantes las otras variables (18). En contraste, el Ingreso Familiar no fue identificado como un predictor estadísticamente significativo ($p=0.112$), consistente con la premisa de que la percepción de escasez es la principal vía de influencia.

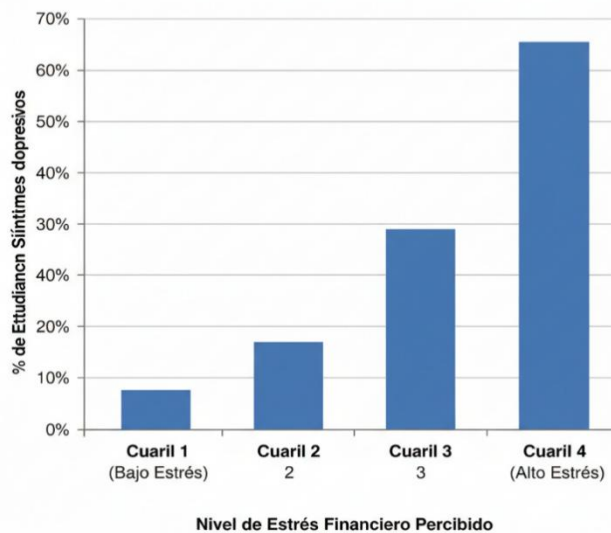


Figura 1. Prevalencia de síntomas depresivos (PHQ-9 > 10) por nivel de estrés financiero percibido (cuartiles).

Por ejemplo, la Figura 1 ilustra los efectos del estrés percibido en términos categóricos. En el cuartil superior de Estrés Financiero, la prevalencia de síntomas depresivos clínicamente relevantes entre los estudiantes fue cuatro veces más prevalente que entre aquellos en el cuartil inferior (60% vs. 15%). Esta respuesta positiva y lineal es importante en relación con la gestión de esta percepción y la reducción de la carga de los problemas de salud mental de la población estudiantil (21).

Resultados cualitativos: Temas emergentes y su frecuencia

Las n=30 entrevistas en profundidad utilizando Análisis Temático (TA) se realizaron proporcionando el contexto de las estadísticas y se identificaron tres temas principales que explicaron el mecanismo de la correlación. Además, como medida útil, cuantificamos cuantitativamente la proporción de expresividad de cada tema principal por parte de los estudiantes.

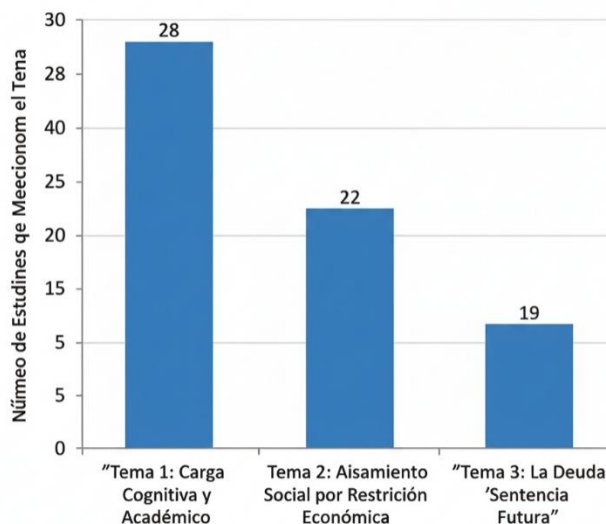


Figura 2. Frecuencia de aparición de temas cualitativos en las entrevistas (n=30)

Como se ilustra en la Figura 2, el tema "Carga Cognitiva y Sacrificio Académico" fue el tema más frecuente con casi todos los estudiantes entrevistados (28 de 30) mencionando el término. Esto indica que la interacción del estrés mental y la tensión fiscal es un fenómeno compartido a un nivel casi general entre esta demografía. En segundo lugar, "Aislamiento Social debido a Restricciones Económicas" también fue un tema recurrente (22 comentarios), sugiriendo que las limitaciones financieras tienen un efecto profundo en la vida social de los jóvenes (22). Por último, pero no menos importante, la percepción de "Deuda como una 'Sentencia Futura'" fue citada por un porcentaje sustancial (19 estudiantes), indicando una fuente significativa de ansiedad prospectiva (23).

En segundo lugar, para ilustrar estos temas con facilidad, damos estos ejemplos con un par de citas representativas:

Tema 1: La carga cognitiva y el sacrificio académico: Los estudiantes explicaron cómo estar constantemente preocupados por ganar (el alquiler, el transporte y la comida) genera una "carga cognitiva" que invade y consume sus recursos mentales, perjudicando su capacidad para concentrarse y, por lo tanto, el éxito académico.

"Realmente no creo que no quiera estudiar, pero me pregunto cómo voy a pagar la próxima semana. No puedo concentrarme en clase debido a la preocupación. Es decir, es como una deuda de atención." (Estudiante 12, Mujer, 21) "A veces duermo mal porque estoy planeando la matrícula del próximo semestre. Y al día siguiente en clase estoy agotada y no hago mucho bien." (Estudiante 7, Mujer, 20 años)

Tema 2: Aislamiento social por restricción económica: No tener dinero para cosas como actividades o socializar, que pueden mejorar el bienestar, llevó a los participantes a hablar de la privación económica como una causa directa de aislamiento social, sintiéndose excluidos.

"Cuando veo a mis compañeros salir a almorzar o al cine... Bueno, solo digo que tengo que estudiar. Pero la verdadera razón está en el dinero, entonces. Y eso te aísla, al final, te hace sentir diferente y solo", dice el Estudiante 5, Hombre, 19 años. "Me invitan a fiestas o reuniones y siempre tengo que decir que no puedo ir. Poco a poco, dejan de invitarte. Es duro." (Estudiante 18, Hombre, 22 años).

Tema 3: La deuda como "sentencia futura": La deuda es lo que llamamos préstamo, incluso si no es completamente manejable ahora, lo será en el futuro, y se ve, en este caso, como una hipoteca sobre nuestro futuro, una condición que genera la naturaleza crónicamente ansiosa y expuesta de la deuda.

"La deuda no es un número ahora, sino una sentencia para cuando me gradúe. Me crea un miedo de que una vez que encuentre un trabajo, todo será para pagar y no para vivir. Esto, sin duda, te mantiene despierto por la noche." (Estudiante 25, Mujer, 23 años). "Simplemente siento que tan pronto como termine la universidad, ya estoy endeudada. Eso me estresa y me lleva a cuestionar si el esfuerzo valió la pena." (Estudiante 3, Mujer, 20 años).

En conclusión, los resultados cuantitativos revelan el nivel de estrés financiero, mientras que los cualitativos apuntan a los procesos internos (carga cognitiva) y sociales (aislamiento) que median esta relación, ofreciendo una visión profunda y multifacética del problema.

DISCUSIÓN

Los resultados se sintetizan, reforzados con la triangulación de datos cuantitativos y cualitativos, lo que permite la siguiente afirmación clara de que los determinantes económicos juegan un papel importante en causar la salud psicológica entre los estudiantes universitarios ecuatorianos. De hecho, nuestros hallazgos, de hecho, no solo confirman las tendencias globales, sino que también las sitúan y profundizan a través de las narrativas de los propios estudiantes.

En primer lugar, los resultados con el estrés financiero percibido siendo el predictor más fuerte (Tablas 2 y 3), son de manera sorprendentemente similar a la literatura previa, con la percepción de insuficiencia teniendo un impacto más dañino en la salud mental que el estado económico objetivo (8, 20). Curiosamente, la relación entre el estrés financiero y los síntomas depresivos ($r=0.51$) es más fuerte de lo que se encontró en estudios realizados en contextos financieros más estables (21). Tal resultado indica la ausencia de mecanismos sociales robustos y una economía ecuatoriana inestable con la dolarización amplifican la carga psicológica. En otras palabras, la intervención, como se discutió anteriormente, no debería ser puramente sobre dinero, sino sobre la paz interior que la certeza económica puede traer.

Además, el aspecto cualitativo dio un perfil al estudio. Tema 1, carga cognitiva y sacrificio académico (Fig. 2) explica el mecanismo por el cual esto se logra. Los estudiantes se refirieron a su preocupación como un "consumo de atención", y está estrechamente relacionado con la teoría de la escasez, basada en la observación de que la pobreza lleva a una reducción de la capacidad cognitiva para tomar decisiones y atención (10). En consecuencia, un estudiante que está preocupado por pagar el pasaje de un autobús puede sufrir una reducción en la retención de clases, agravando aún más la mala fortuna de la economía, el trabajo escolar y el estrés mental.

En segundo lugar, la deuda estudiantil como un predictor significativo ($\beta=0.12$) debería recibir atención. Su impacto, sin embargo, es solo modesto cuando se contrasta con el del estrés percibido, lo cual se ilustró en el Tema 3, deuda como una "Sentencia Futura". Esta idea de financiar el futuro inmediato, con la deuda convirtiéndose en una "hipoteca" después de la graduación, es consistente con (22) y nuestros hallazgos sobre la ansiedad anticipatoria entre los jóvenes. Aquí, observamos que la deuda se convierte en un estresor crónico que las proyecciones alimentan constantemente de ansiedad.

Finalmente, el Tema 2, aislamiento social por restricción económica (Figura 2) muestra un impacto social real. La no participación en actividades sociales como resultado de la falta de recursos no es simplemente un inconveniente, se convierte en una barrera para construir capital social y un sentido de pertenencia, componentes esenciales del bienestar psicológico (9). Debido a las limitaciones económicas, la capacidad del estudiante para buscar y recibir apoyo social está restringida y el impacto del estrés individual se magnifica (24).

Por lo tanto, la principal limitación de esta investigación es su enfoque regional; sin embargo, este mismo enfoque también es una fortaleza metodológica. No obstante, cuando los datos cuantitativos y la riqueza cualitativa se intersectan, se hace evidente que las universidades necesitan ir más allá de la provisión de servicios de consejería reactiva. La conclusión es clara: para mejorar la salud mental, es crucial tomar medidas para reducir el estrés financiero. Esto significa no solo becas, sino programas obligatorios de educación financiera que mejoren la percepción del estudiante sobre el control de sus recursos (23).

CONCLUSIONES

Además, el estrés financiero percibido, más que el ingreso en sí mismo, es la verdadera fuente de angustia. Los resultados del análisis cuantitativo son claros: el estrés financiero percibido es el determinante económico principal y más poderoso. Es decir, los niveles de riqueza de los estudiantes no dependen tanto de cuánto tienen, sino de cuánto se preocupan por no tener suficiente, lo que predice significativamente la depresión, la ansiedad y la baja satisfacción con la vida. Esto nos enseña que la intervención debe concentrarse en manejar la percepción del riesgo y dar a los jóvenes la capacidad de sentir que son la clave hacia el futuro financiero, en lugar de proporcionar solo más recursos.

El declive del bienestar opera a través de la mente y la soledad. Los hallazgos cualitativos nos dieron una visión del funcionamiento de esta relación. El estrés económico lleva a una acumulación del deterioro del bienestar mediante uno de dos procesos humanos y concretos: "carga cognitiva", la preocupación constante que "roba" la atención y el enfoque académico, y el aislamiento social. Por lo tanto, para el estudiante, es más que solo sentimientos los que se dañan cuando se pierden actividades sociales y escolares; el estudiante se ve privado de la oportunidad de desarrollar apoyo social y sentido de pertenencia. La reacción de la universidad tiene que ser activa y financieramente sólida.

El mensaje más urgente de esta evidencia es que las instituciones de educación superior no pueden solo proporcionar servicios de apoyo psicológico reactivo. Las medidas preventivas deben llevarse a cabo con fuerte urgencia y necesidad. Eso incluye programas obligatorios de educación financiera, así como la expansión de becas claras y accesibles. Finalmente, para aliviar la carga de salud mental en la comunidad universitaria, la universidad necesita ser proactiva en intentar aliviar el estrés financiero a través de políticas estructurales formales.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Diener E, Lucas R, Scollon C. Beyond the hedonic treadmill: Revising the adaptation theory of well-being. *Am Psychol.* 2006;4(61):305–14.
2. CEPAL. Panorama Social de América Latina. Santiago: Naciones Unidas. 2023;
3. Duffy A, Tweddle A. The prevalence of anxiety and depression in university students in the UK: a systematic review. *J Affect Disord.* 2021;(286):235–44.
4. Kessler R, Berglund P, Demler O, Jin R, Merikangas K, Walters E. Lifetime prevalence and age-of-onset distributions of DSM-IV disorders in the National Comorbidity Survey Replication. *Arch Gen Psychiatry.* 2005;6(62):593–602.
5. Marmot M. Social determinants of health inequalities. *The Lancet.* 2005;9464(365):1099–104.

6. McEwen B. Allostasis and allostatic load: implications for neuropsychopharmacology. *Neuropsychopharmacology*. 2000;2(22):108–24.
7. Lund C, Breen A, Flisher A, Kakuma R, Corrigall J, Joska J. Poverty and common mental disorders in low- and middle-income countries: a systematic review. *Soc Sci Med*. 2010;3(71):517–28.
8. Gutiérrez R, Pérez S. Impacto de la preocupación económica en la satisfacción con la vida en estudiantes universitarios españoles. *Ansiedad Estrés*. 2024;1(30):1–10.
9. Pinto A, Fernandes J, Silva J, Viana J. Financial stress in university students: The influence of socioeconomic status and financial education. *Rev Port Enferm Saúde Mental*. 2020;20(14):61–70.
10. Larrea C. La dolarización y sus efectos en la economía ecuatoriana. *FLACSO*. 2019;1(1):25–40.
11. Ministerio de Educación de Ecuador. Informe de Bienestar Estudiantil en Educación Superior. Quito: MINEDUC. 2023;
12. Creswell J, Plano Clark V. *Designing and conducting mixed methods research*. 3rd ed. Thousand Oaks: SAGE Publications. 2018;
13. Moustakas C. *Phenomenological research methods*. Thousand Oaks: Sage Publications. 1994;
14. Britt S, Grable J, Nelson M, Archuleta K. The financial stress and well-being model: a test of two financial models. *J Fin Couns Plan*. 2013;2(24):2–13.
15. Diener E, Emmons R, Larsen R, Griffin S. The Satisfaction With Life Scale. *J Pers Assess*. 1985;1(49):71–5.
16. Spitzer R, Kroenke K, Williams J, Löwe B. A brief measure for assessing generalized anxiety disorder: the GAD-7. *Arch Intern Med*. 2006;10(166):1092–7.
17. Kroenke K, Spitzer R. The PHQ-9: A new depression diagnostic and severity measure. *Psychiatr Ann*. 2002;9(32):509–15.
18. Braun V, Clarke V. Using thematic analysis in psychology. *Qual Res Psychol*. 2006;2(3):71–101.
19. Greene J, Caracelli V, Graham W. Toward a conceptual framework for mixed-method evaluation designs. *Educ Eval Policy Anal*. 1989;3(11):255–74.

20. Lim D, Kim J. Financial difficulties and distress among university students: the role of parental support and financial literacy. *J Econ Psychol.* 2022;(88):102–437.
21. Smith C, Johnson A, Lee M. Financial stress, coping mechanisms, and mental health in first-year university students. *J Am Coll Health.* 2023;8(71):2400–8.
22. Walsemann K, Guevara M, Frolich K. Student loan debt and psychological well-being: A longitudinal study of college graduates. *Soc Sci Med.* 2020;(245):112–693.
23. Joo S, Grable J, Lee S. The mediating effect of financial literacy on the relationship between financial stress and psychological well-being. *J Fin Couns Plan.* 2014;1(25):103–14.
24. Tang N, Baker A. Self-esteem and financial well-being: The moderating effect of financial knowledge. *J Behav Exp Fin.* 2016;(11):21–7.