Artículo Original
Revista Perspectivas Docentes
Volumen 37, Número 80
Año 2026
ISNN: 01883313
ISNN WEB: 2395-9886

Recibido el 22 de mayo de 2026, aceptado para su publicación 23 de noviembre de 2026

Salud mental en entornos colaborativos en estudiantes universitarios

Mental health in collaborative environments among university students

Gladys Hernández Romero
ORCID: https://orcid.org/0000-0002-9045-2937
E-mail: gladiolita6@hotmail.com
Universidad Juárez Autónoma de Tabasco. México
DOI: https://doi.org/10.19136/pd.a26n80.6687

RESUMEN:

Introducción: La salud mental de los estudiantes puede verse influida por las dinámicas de colaboración en el aula, especialmente durante la transición a la universidad. **Objetivo:** analizar la relación entre la salud mental y los entornos colaborativos desde la perspectiva de estudiantes de nuevo ingreso, e identificar factores asociados con sus opiniones. **Método:** Se realizó un estudio cuantitativo, descriptivo, analítico y transversal. Participaron 86 estudiantes de nuevo ingreso de las licenciaturas en Administración, Contaduría Pública, Economía y Mercadotecnia, seleccionados mediante muestreo no probabilístico. La información se recolectó con un instrumento de ocho preguntas en escala Likert, cuya confiabilidad fue de 0.74. **Resultados:** el 5% de los participantes confirma hablar otra lengua, además del español, lo que se puede traducir en manifestación de estrés al trabajar de forma colaborativa con quienes tienen una cultura diferente. El 45% considera que los profesores revisan sus actividades en tiempo y forma, es un porcentaje pequeño, tomando en cuenta el esfuerzo que les implica hacerlas y la frustración que puede traer consigo esta actitud. Se destaca que el 70% está en desacuerdo con que la condición social, económica o cultural influya en el éxito

académicos. **Conclusiones:** se concluye que en una creencia de meritocracia en el aula. Aunque la salud mental relacionada con los entornos de colaboración en estudiantes de nuevo ingreso presenta trastornos (insomnio, dolores de cabeza, ansiedad) también promueve la pertenencia. Se recomienda la capacitación constante y permanente a docentes que imparten clases a grupos de estudiantes recién llegados.

Palabras claves: ámbito de cooperación, docente, estudiante, salud mental, universidad

Abstrac:

Introduction: Students' mental health can be influenced by collaborative dynamics in the classroom, especially during the transition to university. **Objective:** to analyze the relationship between mental health and collaborative environments from the perspective of incoming students, and to identify factors associated with their opinions. **Method:** A quantitative, descriptive, analytical, and cross-sectional study was conducted. Participants included 86 incoming students from the undergraduate programs in Administration, Public Accounting, Economics, and Marketing, selected through non-probability sampling. Data were collected using an instrument consisting of eight Likert-scale questions, which had a reliability of 0.74. **Results**: 5% of participants confirm that they speak a language other than Spanish—a factor that can manifest as stress when working collaboratively with individuals from different cultural backgrounds. 45% believe that their instructors review their assignments in a timely and appropriate manner; this is a low percentage, especially considering the effort required to complete the work and the frustration that such an approach can cause. Notably, 70% disagree with the idea that social, economic, or cultural circumstances influence academic success. **Conclusions:** It is concluded that a belief in meritocracy exists within the classroom. While the mental health of incoming students—in the context of collaborative environments—can be affected by issues such as insomnia, headaches, and anxiety, these environments also foster a sense of belonging. It is recommended that teachers who instruct groups of incoming students receive ongoing, continuous training.

Keywords: educator, mental health, scope of cooperation, student, university.

Introducción

Los diversos acontecimientos que vive el ser humano impactan su salud mental, ya que ésta forma parte directa de sus sentimientos y pensamientos, pudiendo acarrear, en ambientes laborales, problemas específicos como la ansiedad, la depresión, los trastornos alimenticios, el aislamiento o el agotamiento emocional. El área educativa no está exenta de esta realidad. En el caso universitario y con lo estipulado en la literatura, la comunidad estudiantil se puede percibir una alta competitividad dentro de los estudios que se exigen dentro de las aulas, lo que comúnmente se asocia en algunos casos a malestares físicos y emocionales.

Ante esta realidad, las instituciones de educación superior actualmente han puesto en marcha estrategias de apoyo como por ejemplo gabinetes pedagógicos, talleres, charlas y jornadas de salud mental en apoyo a los jóvenes estudiantes (Cevallos-Terán et al., 2025). Además, las mallas curriculares han implementado la salud mental y el ambiente colaborativo como elementos importantes en los procesos de enseñanza y de aprendizaje, sin embargo, los esfuerzos podrían ser en la mayoría de los casos insuficientes, pues se persisten retos como la falta de recursos y de formación de algunos docentes, entre otros.

Y es que el trabajo colaborativo en ambientes educativos fomenta el sano liderazgo, así como la responsabilidad individual y grupal, fortaleciendo la unión y compartiendo obligaciones y responsabilidades (Cabezudo-Miranda et al., 2025), y, cuando no se logra consolidar, se corre el riesgo de duplicar o triplicar los esfuerzos, los conflictos aparecen, debido a la falta de comunicación y al recaer toda la responsabilidad en una sola persona, si ésta falla, todo falla.

Este trabajo tiene como objetivo analizar la opinión que, sobre su salud mental en entornos colaborativos, tienen 86 estudiantes de nuevo ingreso en una universidad pública del sureste mexicano.

Referentes teóricos

Las empresas (independientemente del giro que tengan o que sean públicas o privadas) cuando priorizan la salud mental de sus colaboradores, tienen mayores estándares de productividad y ambientes laborales saludables y competitivos. Lejos de considerarse que es materia meramente individual, este tipo de bienestar, impacta directa y profundamente la productividad, el clima laboral y la retención del talento. En ambientes de aprendizaje la realidad es la misma. Valle-Mijangos y Álvarez-Rivero (2013) consideran que mantener la salud de los estudiantes, es un reto de la administración educativa.

En la consecución de objetivos académicos el trabajo en equipo se complementa con la salud física y mental. La física, no es motivo de este trabajo. En cuanto a la mental, el apoyo que brindan los equipos de trabajo es clave en los estudios universitarios, aunque también son una fuente de estrés. Pérez-Fernández et al., (2025) señalan que el estrés no es un término nuevo, ni un padecimiento que exclusivo del propio siglo XXI, puesto que esto ha existido durante siglos atrás en el ser humano; en el área académica, ha sido una de las características que lo detonan, son las tareas y su magnitud. Muchas veces (como señalan los universitarios, motivo de este trabajo) los profesores no las revisan ni las cuentan para las evaluaciones. A pesar de esto "…se acepta que el sistema educativo funciona, educa, forma e informa" (Beller, 1989, p.33).

Por supuesto, esto no es sinónimo de fracaso escolar, aunque puede estar relacionado. Porque con cierta frecuencia los problemas de salud llevan a la deserción escolar, y la deserción escolar puede calificarse como fracaso. Hablar sobre el fracaso escolar resulta complicado ya que la expresión en sí es imprecisa, remite a un sinnúmero de causas (Jiménez, 1989) que no son motivo de este trabajo.

Equilibrio mental

El bienestar del ser humano es definitivo en el éxito de cualquier actividad en la que se emprenda. No importa si se trata del giro económico, comercial, político o escolar. El estrés, la ansiedad, la depresión entre otros han ido creciendo conforme avanza la

modernidad, por lo que es urgente tratar estos temas (Torres-Tejera et al., 2026). Y es que los trastornos mentales en el mundo impactan directamente en la productividad económica, social y cultural de todos sus habitantes, pero son las mujeres quienes tienen mayor posibilidad de padecer una enfermedad relacionada con este tema (Posada, 2013).

García-Padilla et al., (2025) consideran que las prácticas culturales en pro de la salud mental impactan de forma positiva, como por ejemplo coser, tejer o aprender a elaborar nuevos guisos, este impacto trae beneficios de forma individual y colectiva, con respecto a lo emocional y lo social.

En la actualidad, el aspecto socioemocional del ser humano ha cobrado gran importancia, ya que de éste depende en gran medida el desarrollo de los demás aprendizajes. A pesar de esto, según datos publicados por Mind Heatlh Report de AXA (2024) 36% de los mexicanos reporta sufrir alguna condición de salud mental, lo que se traduce en situaciones provocadas por estrés, cansancio y padecimientos físicos, lo que pone de relieve la importancia de generar e implementar políticas gubernamentales de apoyo y sensibilización.

Trabajo colaborativo

Un desafío que actualmente enfrentan las empresas (independientemente de su giro, ya sea empresarial, académico o personal) consiste en encontrar las formas correctas para incorporar de manera adecuada, el trabajo conjunto, en el que cada uno de los elementos que la componen, jueguen bien el rol que les toca llevar a cabo. Cambiar para adaptarse, no es tarea fácil, ya que, en múltiples ocasiones, no se está dispuesto a realizar y aceptar las modificaciones necesarias que exige este tipo de trabajo, en el que cada uno debe hacerse responsable en parte, del trabajo del otro. No se trata solamente de repartir las actividades, se trata de colaborar entre todos.

Sin lugar a duda, la importancia de este tipo de trabajo radica en que quienes llevan a cabo una actividad participen en la creación de un conocimiento, para ello es menester ofrecer lugares donde interactúen las personas para poder cubrir el objetivo

basado en el empleo de variados elementos, como, por ejemplo, roles, tareas, estrategias., intercambio de ideas, etc. que permitan incluir las ideas de los participantes.

Es importante recalcar que también brinda una base para impulsar el intercambio de ideas entre los participantes, independientemente de si tienen o no, los mismos antecedentes culturales (como el caso de los participantes en este estudio), es decir, se facilita la colaboración de forma sistemática. Pérez-García (2013) considera como característica importante, permitir la equidad de quienes participan, al compartir una perspectiva común desde el inicio, con las mismas oportunidades. Por medio del compromiso de todos los integrantes del equipo, se facilita la construcción de mejoras alineadas con los requerimientos necesarios en cada caso (Espinoza-Tuárez et al., 2025).

Y es que trabajar de manera colaborativa, implica ir mucho más allá de hacer los deberes o los compromisos contraídos en grupo, es importante, porque suma lo que una persona puede hacer, ya que, al juntar diferentes habilidades, los resultados son más completos, e inclusive se pueden conseguir más rápido. Actualmente, casi ningún trabajo es totalmente individual, instituciones educativas, empresas comerciales, deportivas o de servicios, reconocen a quien o quienes saben trabajar en equipo.

Trabajo colaborativo en estudiantes universitarios

Trabajar de forma colaborativa tiene ventajas, ya que fomenta habilidades de comunicación y pone en práctica la generosidad, además es una oportunidad para construir el conocimiento a partir de la experiencia de cada uno de los involucrados (Cabezudo-Miranda et al. 2025). Para León et al., (2023), el objetivo que persiguen los sistemas de educación es obtener una formación en la que todos los implicados trabajen de forma sistemática, y esto solo se logra a través del trabajo en equipo, que para Santana-Castro (2025) debe incluir, además estrategias que abarquen áreas como la toma colectiva de decisiones, la planeación estratégica y la coevaluación, entre otras, lo que provoca ambientes sanos dentro del aula y fuera de ella.

Cuando los universitarios, preparan sus exposiciones o los temas a disertar, en equipo, se apoyan unos con otros, fortaleciendo lo que se quiere dar a conocer y se logra una mejor participación, ya que existe colaboración, y las habilidades que tenga cada uno

de ellos, se complementan con las de los demás. Las destrezas colaborativas, ayudan a obtener mejores resultados.

Estrés en universitarios

En la actualidad, las instituciones de educación superior afrontan algunos retos, como, por ejemplo, falta de identificación de los estudiantes, con la universidad, problemas económicos, abuso en el empleo de dispositivos electrónicos (que no siempre son usados para asuntos académicos, lo que disminuye la calidad de lo aprendido), falta de interés y apatía, y es que, si los alumnos no están contentos, los resultados no son óptimos. Como parte de un detonador del estrés en estudiantes universitarios, se encuentran problemas, sociales, culturales, laborales, académicos etc. Por lo que es importante que se capaciten no solo en los temas académicos, sino también que desarrollen el talento genérico, y de esta manera aprendan a aprender, pensar y crear (Ortíz-Balderas et al., 2013).

Hoy por hoy, entrar a la universidad, vivir experiencias nuevas y las exigencias del nivel educativo, influyen en la aparición de alguna clase de problema de salud mental que trastoque el potencial del ámbito personal, social, o académico (Cancino-Cedeño et al.,, 2024; Rodríguez-Ballesteros et al., (2026), quienes han ingresado recientemente a los estudios superiores, manifiestan presentar con frecuencia síntomas de cansancio y dolores de cabeza, causados por la cantidad de trabajo acumulado o porque los docentes piden con poca antelación a su entrega.

Desarrollo-Metodología

Este trabajo fue desarrollado en una universidad pública ubicada en el sur-sureste de los Estados Unidos Mexicanos. Como parte de la investigación se aplicaron 86 cuestionarios a estudiantes pertenecientes a esta institución de educación superior con el objetivo de conocer su percepción sobre el trabajo colaborativo y en algunos indicadores como bienestar y estrés académico. La aplicación se realizó durante un periodo de dos meses. Lo que la investigación es de tipo cuantitativo, descriptivo y transversal. Lo que se caracteriza por la selección subjetiva e intersubjetiva de

indicadores -a través de conceptos y variables- de ciertos elementos, hechos, estructuras y personas (Cadena-Iniguez et al., 2017).

El estudio se basó en una muestra intencional o de conveniencia de 86 estudiantes de primer ciclo de las cuatro licenciaturas con las que cuenta la División Académica de Ciencias Económico Administrativas de la UJAT cabe mencionar que esta institución cuenta con 44 licenciaturas. Se eligió a estudiantes de nuevo ingreso, porque son ellos quienes han egresado recientemente de la educación media superior, y por lo tanto se están adaptando al cambio de nivel académico.

El criterio para determinar la muestra se basó en la elección de estudiantes regulares, quienes al momento de administrar los cuestionarios de elaboración propia cursaban sus estudios en la modalidad presencial, no tomando en cuenta, edad, religión, preferencia sexual, estado civil o turno al que asisten.

Para la recolección de los datos se recurrió a la aplicación de un cuestionario de elaboración propia de los ochos ítems, con opciones múltiples y de tipo Liker tal como se muestra en la tabla 1. Se obtuvo un alfa de Cronbach de 0.74 el cual se obtuvo por medio del software SPSS. Dado que los ítems abordan diversos contenidos heterogéneos se generó el propio coeficiente global del estudio. Es importante señalar que este consta de ocho preguntas, obteniéndose una confiabilidad de 0.74 (alfa de Cronbach), que para Hall (1963) está por encima del valor mínimo recomendado de 0.7.

Tabla 1

Distribución de los Ítems.

Ítems	**Pregunta**	**Escala**				
P1	Carrera que estoy cursando		Administración	Contaduría	Economía	Mercadotecnia
		Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Ni en desacuerdo, Ni de acuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
P2	Además del español domino otra lengua	1	2	3	4	5

P3	Mis profesores revisan mis actividades en tiempo y forma	1	2	3	4	5
P4	Me siento a gusto con el ambiente en el salón de clases y la carga académica	1	2	3	4	5
P5	Me siento a gusto trabajando de forma colaborativa con más compañeros porque es un apoyo para el buen desempeño de la labor académica	1	2	3	4	5
P6	Trabajar de forma colaborativa es positivo para mi salud mental	1	2	3	4	5
P7	Prefiero ser yo quien decida con quien trabajar, y no que lo decida el profesor	1	2	3	4	5
P8	Mi condición social, cultural o económica influyen en mi desempeño académico	1	2	3	4	5

En este instrumento, se hizo una serie de preguntas acerca de la relación que existe entre el estrés académico y los trabajos que realizan en equipos formados voluntariamente o por instrucciones del profesor, además si prefieren trabajar de forma individual, por binas o por equipos conformados por tres o más compañeros, también si hablan alguna lengua originaria de su comunidad (chontal, ch´ol, tzetzal).

En cuanto a la validación se envió a expertos, a fin de que evaluaran redacción y descartar errores o confusiones (Pérez et al., 2006; Vázquez-Rizo, 2010; Ahani, et al., 2012). Por lo que se entregó un cuestionario a cinco docentes con la experiencia en la materia, quienes revisaron la redacción con el objetivo de obtener una validación por jueces de expertos.

Resultados

Los participantes en este estudio pertenecen a las cuatro licenciaturas que se ofertan en esta División Académica: Administración, Contaduría Pública, Economía y Mercadotecnia. Los resultados se muestran en la tabla 2. Para el periodo escolar 2025-1, la matricula fue de un total de 4, 105 estudiantes, repartidos de la siguiente forma: Licenciatura en Administración 1426, Licenciatura en Contaduría Pública 1655, Licenciatura en Economía 248, y finalmente, Licenciatura en Mercadotecnia 776 (División Académica de Ciencias Económico Administrativas, 2025).

Tabla 2

Licenciatura a la que pertenecen

Respuesta	**%**	***f***
Administración	40	34
Contaduría Pública	17	15
Economía	14	12
Mercadotecnia	29	25
Total	100	86

El cinco por ciento de los participantes en este estudio manifiesta hablar otra lengua además del español, lo que puede implicar además de una fortaleza, una debilidad a la hora de integrarse en los equipos Al cuestionárseles sobre cómo se sentían con la carga académica, incluyendo número de asignaturas y ambiente en el salón de clases, los participantes manifestaron que el ambiente en el salón de clases resultaba agradable, y en cuanto a la carga académica, estaba bien equilibrada, no sentían que hubiera ningún problema.

En la tabla 3 se muestran los resultados a la pregunta sobre si los profesores les dedicaban tiempo para la revisión de sus actividades, el 45% respondió estar totalmente de acuerdo. En tanto que el 25% consideran no estar de acuerdo, el 30% no estuvo ni de acuerdo ni en desacuerdo. El hecho que los docentes no revisen las tareas asignadas a los estudiantes los desmotiva a continuar, ya que invierten tiempo y a veces dinero para cumplir y con alguna frecuencia no se logra el objetivo deseado. También es cierto que algunas veces, los maestros soliciten la realización de alguna actividad en casa, con la intención que el alumno practique y le quede más claro lo visto en clases.

Tabla 3

Los profesores revisan las tareas dejadas para casa

Respuesta	**%**	***f***
Totalmente de acuerdo	45	39
En desacuerdo	25	21
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	30	26
Total	100	86

Al cuestionamiento sobre su opinión sobre el resultado académico de trabajar de forma colectiva, 68 estudiantes consideraron estar muy de acuerdo con este sistema, ya que argumentan que es un apoyo para el buen desempeño de su labor académica. En tanto que 9 de ellos no están ni de acuerdo ni en desacuerdo. Los 9 restantes, opinaron estar muy en desacuerdo. Con cierta frecuencia, el trabajo colaborativo es visto por los estudiantes como un pretexto para que algunos de los integrantes no participen activamente en las labores, cobijándose en quienes tienen participación en los deberes. Además, en algunas asignaturas, la calificación es la misma para todos los integrantes del equipo de trabajo. Los resultados se muestran en la tabla 4.

Tabla 4

Resultados académicos positivos de trabajar en forma colectiva

Respuesta	**%**	***f***
Totalmente de acuerdo	80	68
En desacuerdo	**10**	**9**
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	10	9
Total	**100**	**86**

Al cuestionamiento sobre su opinión sobre el resultado positivo en su salud mental al trabajar de forma colectiva, el 50% manifestó estar de acuerdo en que trabajar en equipo es una buena opción para su salud mental. El 30% señaló estar muy de acuerdo, contra el 20% que respondió estar en desacuerdo. Los resultados se muestran en la tabla 5.

Tabla 5

Resultados positivos en su salud mental de trabajar en forma colectiva

Respuesta	**%**	***f***
Totalmente de acuerdo	30	26
De acuerdo	50	43
En desacuerdo	20	17
Total	100	86

Al cuestionárseles sobre si prefieren que los equipos (de tres o más integrantes, o las binas) sean formados por el profesor o por ellos mismos, la mayoría argumentó que prefiere que la forma en la que se trabajará sea decidida por el estudiante. Antes de ingresar al periodo escolar y después de presentar y aprobar el examen de admisión, el universitario debe asistir a un curso introductorio a la universidad, con cierta frecuencia, es una oportunidad para que se conozcan y entablen amistad.

La tabla 6 presenta las respuestas obtenidas sobre si su condición económica, social o cultural ha influido en el trabajo colaborativo universitario dentro del salón de clases. El 15% está muy de acuerdo. El 70% está en total desacuerdo y el 15% restante no estuvo ni de acuerdo ni en desacuerdo. Ortiz-Centurión, Arrúa, Duarte-Valdez, Lovera-Mir & Brítez (2025) consideran que, a pesar de tener muchas ventajas, trabajar en equipo, también presenta algunos retos, como por ejemplo que uno o dos de los integrantes quieran imponer su liderazgo, o los tiempos de coincidencia, no siempre es fácil ponerse de acuerdo y termina cada uno haciendo una parte y a la hora de unirlas, algunas veces no tienen coherencia.

Tabla 6

Influencia de la condición social, económica o cultural en el éxito del trabajo colaborativo

Respuesta	**%**	***f***
Muy de acuerdo	15	13
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	15	13
En desacuerdo	70	60
Total	100	86

Discusión

El trabajo colaborativo aporta beneficios en cuanto al apoyo que los equipos encuentran en sus integrantes, al evitar la repetición de actividades, fomentando la división del trabajo. Lara-Jara, Grefa-Jumbo, Pucha-Chiluisa & Calero-Peña (2025) consideran que el trabajo en equipo impacta de forma positiva en la labor académica de los estudiantes, la mayoría de los participantes en este estudio, así lo consideran cuando manifiestan que trabajar de esta forma, les trae beneficios.

Para Cabanillas-Umeres (2025) las diferencias y dificultades entre los integrantes de un grupo (trabajo colaborativo), son inevitables, ya que con cierta frecuencia no hay concordancia en valores, objetivos y aspectos académicos, por lo que es importante detectarlos a tiempo y abordarlos de la mejor manera posible, a fin de evitar que crezcan

y sea más difícil lograr encontrar la solución. Esta modalidad de trabajo representa un arma de doble filo en la salud mental de los universitarios, a la vez que incrementa la ansiedad y el estrés, reduce el sentimiento de estar aislado, un porcentaje pequeño de los universitarios, motivo de este trabajo, considera que trabajar de forma colaborativa, le genera estrés, probablemente debido al intenso calor que existe en esta parte del país. Aunque, hacer diferencia en el género, no es motivo de este trabajo, Posada (2013) señala que, son las mujeres quienes tienen mayor posibilidad de padecer una enfermedad relacionada con este tema.

Un hallazgo importante consiste en que el 70% de los participantes considera que las diferencias sociales, económicas o culturales no influyen en el desempeño académico. Este resultado indica que existe confianza en ser reconocidos por sus méritos dentro del salón de clases y que el trabajo colaborativo depende más del esfuerzo hecho por los integrantes del equipo, que por su contexto de origen, y coincide con lo expresado por Fardella-Cisneros, Marchant-Cavieres & David-Leutaro (2024) que afirman que la universidad está reorganizando para dar entrada a la meritocracia, que aparece como un discurso moderno de reconocimiento.

En algunas ocasiones, el trabajo colaborativo se ve empeñado por prácticas desleales, como compartir con otros lo hecho en el equipo, o simplemente, no trabajar y cobijarse en los que sí lo hacen (Hernández-Chaves & Ramírez-Herrera, 2022). En cuanto a los docentes, su formación constante y permanente es importante para conseguir los objetivos planteados, deben marcar la diferencia ya que en ellos recae gran parte de la responsabilidad académica, si señalan una actividad extra-clase, o extracurricular, deben revisarla y retroalimentar a los estudiantes, a fin de mantener la atención y el factor sorpresa en cada uno de los temas impartidos (Santana-Castro, 2026).

Para mitigar el problema del estrés causado en ambientes colaborativos, se sugiere la implementación de espacios seguros para la expresión de las emociones, además del fomento a la desconexión digital, algo que para algunos estudiantes es difícil. Desarrollar habilidades socioemocionales, fomentar la resiliencia, la sana convivencia y

cuidar de la salud física y mental, son componentes que hoy exigen ser incluidos en la vida de los universitarios.

Conclusiones

Los resultados obtenidos en este estudio señalan que la salud mental relacionada con los entornos de colaboración en estudiantes de nuevo ingreso presenta una serie de trastornos que van desde el insomnio hasta el dolor de cabeza permanente, lo que para algunos estudiantes es difícil de manejar. Este malestar, afecta su rendimiento académico, sobre todo cuando les corresponde trabajar de forma colaborativa con sus pares, a pesar de que la mayoría está de acuerdo con esta forma de interacción, existen algunos que prefieren el trabajo en solitario, ya sea por cuestiones de tiempo, económicas o sociales.

Todas las situaciones que viven los estudiantes inciden de forma directa en su desarrollo académico, limitando o fomentando (según sea el caso) su capacidad y habilidad para desarrollar su potencial en el proceso educativo. Se resalta que la salud mental es uno de los elementos que más influye en la obtención del éxito académico.

Los profesores deben tomar en cuenta (en la medida de lo posible) la decisión de quién o quiénes prefieren desarrollar las actividades de manera personal, considerando que no siempre a lo largo del curso, se permitirá el trabajo individual, ya que el trabajo colaborativo juega un rol importante en la sociedad, y los estudiantes deben tener las habilidades y destrezas para convivir en sus equipos de trabajo, dentro y fuera del ambiente áulico.

Las competencias con las que cuente el docente impactan de forma directa la calidad de los procesos de enseñanza y de aprendizaje y también en la calidad humana recibida por los alumnos. Un profesor competitivo cuenta con la capacidad de adaptación a los requerimientos de los estudiantes, además de dominar las estrategias pedagógicas.

El tema aquí planteado no está concluido, entre las limitaciones que presenta este trabajo está que la muestra es limitada a los estudiantes de nuevo ingreso de cuatro de las 44 licenciaturas que ofrece la Institución de Educación Superior, no tomándose en cuenta las otras 40, en cuyo caso, los resultados pueden ser diferentes. Al ser un estudio

transversal, no se conoce cómo ha ido cambiando a través del semestre, la percepción de los participantes. El estudio fue realizado durante la época en la que hay calor intenso, lo que puede motivar a un sesgo en las respuestas.

Se sugiere continuar con la temática, mediante un estudio longitudinal, a fin de determinar cómo va cambiando la sensación de los participantes sobre el tema, también es importante replicarlo en otras Divisiones, a fin de enriquecer los datos y tener un conocimiento más amplio sobre la relación entre el estrés y el trabajo colaborativo en estudiantes universitarios.

Contribución de autoría

Conceptualización: G.H.R. Metodología: G.H.R Investigación: G.H.R. Análisis formal: G.H.R. Redacción: G.H.R. borrador original: G.H.R. Redacción: revisión y edición: G.H.R.

Conflicto de interés

No existe algún conflicto de intereses.

Financiamiento

Debido a la magnitud del estudio realizado no se necesitó fuentes de financiamiento para llevar a cabo la investigación.

Declaración de uso de Inteligencia Artificial

La investigación no necesito ningún uso de herramientas de inteligencia artificial, esto con el objetivo de cuidar la participación ética.

Referencias

Ahani, M., Bahrami, H. R., & Rostami, M. (2012). Determining and ranking dimensions of knowledge management implementation using Hicks model and fuzzy TOPSIS Technique. *Management Science Letters*, 721-730. 10.5267/j.msl.2012.11.023

Beller, W. (1989). ¿Por qué no aprendemos*? Perspectivas Docentes,* 1, 32-34. https://doi.org/10.19136/pd.a1n1.839

Cabanillas-Umeres, M. L. (2025). *Trabajo colaborativo en el aprendizaje de la informática en estudiantes de educación secundaria*. Tesis para optar al Grado Académico de Bachiller Universitario en Ciencias de la Educación. Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle. https://hdl.handle.net/20.500.14039/12829

Cabezudo-Miranda, V.C., Vilca-García, L. F. & Ventura-Marcilla, B. E. (2025). La importancia del trabajo colaborativo en el proceso de enseñanza aprendizaje. *Educación y vida sostenible,* 3(4), 25-47. https://doi.org/10.57175/evsos.v3i4.29

Cadena-Iñiguez, P., Rendón-Medel, R., Aguilar-Ávila, J., Salinas-Cruz, E., de la Cruz-Morales, F. R. y Sangerman-Jarquín, D. M. (2017). Métodos cuantitativos, métodos cualitativos o su combinación en la investigación: un acercamiento en las ciencias sociales. *Revista Mexicana de Ciencias Agrícolas*, 8 (7), 1603-1617. http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-09342017000701603&lng=es&nrm=iso

Cancino-Cedeño, E. M., Párraga-Mendoza, J.H. & Castillo-Peña, D. (2024). Revisión sistemática sobre salud mental y rendimiento académico. *Ciencia Latina,* 8(2),1832-1851. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i2.10623

Cevallos Terán, A. G., Samaniego Samaniego, R. M., Meza Arguello, D. M., & Moreira Carrasco, M. E. (2025). Salud mental en universitarios postpandemia: revisión de estrategias institucionales y discursos educativos. *Sage Sphere International Journal,* 2(3), 1-12. https://doi.org/10.63688/bbhzr639

División Académica de Ciencias Económico Administrativas (2025). *Segundo informe de labores*. https://archivos.ujat.mx/2025/Div-DACEA/informe/segundo-informe-dacea.pdf

Espinoza-Tuárez, Y.M., Pinargote-Loor, B.B., Bazan-Aranea, J. E., Chöez.Morán, C.E. & Rodríguez-Chavez, A.D. (2025). El liderazgo colaborativo como eje de la planeación estratégica. *Ciencia y Desarrollo. Alas* peruanas, 347-356. Salud mental en universitarios postpandemia: revisión de estrategias institucionales y discursos educativos - Dialnet

Fardella-Cisneros, C., Marchant-Cavieres, D. L. & David-Leutaro-Baleriola, E. (2024). Métrica, subjetividad y meritocracia en el trabajo académico. *Revista Electrónica Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y Cambio en Educación,* 22(2), 51-66. https://doi.org/10.15366/reice2024.22.2.003

García-Padilla, D., Reyes-Rivera, M.J., Rubio-León, D. C., Abitbol, P., Cano-Sierra, L., López-López, W., Kakal, K. & Pineda-Marín, C. P. (2025). Prácticas culturales de cuidado de la salud mental y su relación con la construcción de paz en los Montes de María. Colombia. *Revista Colombiana de Psicología,* 34(2),139-166. https://doi.org/10.15446/rcp.v34n2.115817

Hall, R. H. (1963). The concept of bureaucreacy: an empirical assessment. *The American Journal of Sociology*, 69(1), 32-40. https://doi.org/10.1086/223508

Hernández-Chaves, C. & Ramírez-Herrera, C. (2022). ¿Colusión o trabajo colaborativo?: Percepción de la población estudiantil universitaria acerca de la integridad académica. *Revista Innovaciones Educativas*, 24 (1), 71-87

http://dx.doi.org/10.22458/ie.v24iespecial.4330

Jiménez, P. (1989). Trabajo en el aula y fracaso escolar. Perspectivas docentes, 1, 35-40. https://doi.org/10.19136/pd.a1n1.840

Lara-Jara, L. B., Grefa-Jumbo, M.J., Pucha-Chiluiza, V. R., & Calero-Peña, G.M. (2025). El impacto del trabajo colaborativo en el rendimiento de los estudiantes. SPACE Scientific Journal of Multidisciplinary, 3 (1), 15-29. https://doi.org/10.63618/omd/ssjm/v3/n1/2

León, k., Santos, A. & Alonzo, L. (2023). El trabajo colaborativo en educación. *Horizontes, Revista de Investigación en Ciencias de la Educación,* 7(29), 1423-1437. https://doi.org/10.33996/revistahorizontes.v7i29.602

Mind Health Report (2024). Global Healthcare´s 2024 mind health report reveals declining mental health in non-native workforce. https://www.axaglobalhealthcare.com/en/about-us/news/2024/mind-health-report-2024/

Ortíz-Balderas, M., Muradás, M. & de la Cruz-Baeza, T. (2013). El modelo educativo basado en competencias desde la perspectiva de los docentes de las universidades politécnicas del Estado de Hidalgo. *Perspectivas Docentes,* 51, 39-47. https://doi.org/10.19136/p022or1lo2a

Ortiz-Centurión, G. Z., Arrúa, P. F., Duarte-Valdez, A. V., Lovera-Mir, M. I. & Brítez, T. C. (2025). Importancia del trabajo colaborativo realizado por la asociación de talabarteros y zapateros para la generación de ingresos de la economía doméstica de la ciudad de Villa Hayes, Paraguay, periodo 2020-2022. *Ciencia Latina,* 9(3), 8414- 8429 https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v9i3.18465

Pérez, S., Montes, J. M., & Vázquez, C. J. (2006). Human Resources Management As A Determining Factor In Organisational Learning. *Management Learning,* 37(2), 215-239. https://doi.org/10.1177/1350507606063443

Pérez-García, S. L. (2013). *Desarrollo de un entorno para el diseño colaborativo.* Universidad Carlos III de Madrid. DESARROLLO DE UN ENTORNO PARA EL DISEÑO COLABORATIVO

Pérez-Fernández, A., Martínez-Luis, D. & Torres-Tello, G. P. (2025). La percepción del estrés en estudiantes universitarios y su forma de afrontarlo. Revista Perspectivas Docentes, 36 (79), 1-23. https://doi.org/10.19136/

Posada, J. A. (2013). La salud mental en Colombia. Biomédica, 33(4), 497-498. https://doi.org/10.7705/biomedica.2214

Rodríguez-Ballesteros, W. D., Ramírez-Naranjo, R. E. & Quintanilla-Pazmiño, P. D. (2026). Estrés, ansiedad y depresión en universitarios del cantón Esmeraldas: un estudio transversal sobre salud mental. Revista Multidisciplinaria de Investigación Contemporánea, 4 (1), 141-155. https://doi.org/10.58995/redlic.rmic.v4.n1.a138

Santana- Castro, E. K. (2025). Impacto de los programas de educación continua en el trabajo colaborativo docente: una revisión sistemática. Revista InveCom, 6(1). https://doi.org/10.5281/zenodo.15514773

Torres.Tejera, M. E., Almécija-Pérez, M. C., Gutián-Domínguez, M. & Navarro-Beltrá, M. (2026). El impacto silencioso del cambio climático en nuestra salud mental: ansiedad y estrés en un mundo de transformación. *Atención primaria,* 58(1), https://doi.org/10.1016/j.aprim.2025.103386

Valle-Mijangos, S.O. & Álvarez-Rivero, J. C. (2013). La dirección de organizaciones educativas y la planificación del capital intelectual académico en el enfoque por competencias profesionales. *Perspectivas Docentes,* 52, 19-22. https://doi.org/10.19136/pd.a0n52.223

Vázquez Rizo, F. E. (2010). Modelo de gestión del conocimiento para medir la capacidad productiva en grupos de investigación. *Ciencia, docencia y tecnología*, 41, 101-125. https://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1851-17162010000200005&lng=es&tlng=es.

Semblanza de la autora

Gladys Hernández Romero

Profesora universitaria desde 1989 impartiendo clases en licenciatura, maestría y doctorado en la Universidad Juárez Autónoma de Tabasco. Reacreditada por la Asociación Nacional de Facultades y Escuelas de Contabilidad y Administración durante el periodo 2026-2028. Perfil PRODEP (2026-2029) Miembro del Sistema Estatal de Investigadores. Nombramiento del Sistema Nacional de Investigadores (SIN-Nivel 1).

Acreditada ante DELF-DALF en el idioma francés. Ponente en congresos y eventos académicos nacionales e internacionales. Responsable del Diplomado Fortalecimiento Docente Universitario en los Procesos de Enseñanza y de Aprendizaje, dirigido a profesores, impartiendo el módulo Educación en Valores Universitarios.