

[Coordinadora]
Gabriela Barreno

SABERES EN EJERCICIO



*Desarrollos transdisciplinarios en salud
desde territorios latinoamericanos*

Volumen II



Religación
Press

Religación Press

[Ideas desde el Sur Global]

[Coordinadora]

Gabriela Barreno

Saberes en ejercicio

*Desarrollos transdisciplinarios
en salud desde territorios
latinoamericanos (Vol. II)*

Equipo Editorial

Editorial team

Ana B. Benalcázar

Editora Jefe / Editor in Chief

Felipe Carrión

Director de Comunicación / Scientific Communication Director

Melissa Díaz

Coordinadora Editorial / Editorial Coordinator

Sarahi Licango Rojas

Asistente Editorial / Editorial Assistant

Consejo Editorial

Editorial Board

Jean-Arsène Yao

Dilrabo Keldiyorovna Bakhronova

Fabiana Parra

Mateus Gamba Torres

Siti Mistima Maat

Nikoleta Zampaki

Silvina Sosa

Víctor Ancajima Miñán

Religación Press, es parte del fondo editorial del Centro de Investigaciones CICHAL-RELIGACIÓN | Religación Press is part of the publishing house of the CICHAL-RELIGACIÓN Research Center |

Diseño, diagramación y portada | Design, layout and cover: Religación Press.

CP 170515, Quito, Ecuador. América del Sur.

Correo electrónico | E-mail: press@religacion.com

www.religacion.com

Disponible para su descarga gratuita en | Available for free download at

<https://press.religacion.com>

Este título se publica bajo una licencia de Atribución 4.0 Internacional (CC BY 4.0)

This title is published under an Attribution 4.0 International (CC BY 4.0) license.



El presente libro tienen el aval del Centro de Investigaciones en Ciencias y Humanidades desde América Latina – CICSHAL–RELIGACIÓN



Saberes en ejercicio. Desarrollos transdisciplinarios en salud desde territorios latinoamericanos (Vol. II)

Knowledges in Practice. Transdisciplinary Developments in Health from Latin American Territories (Vol. II)

Saberes em exercício. Desenvoltimentos transdisciplinares em saúde a partir de territórios Latino-Americanos (Vol. II)

Derechos de autor | Copyright: Gabriela Barreno; Humberto Andrés Álvarez Sepúlveda, Claudine Glenda Benoit Ríos, Carmen Isolina Ayala Jara, Pedro Marcelo Alva Plasencia, Lennin Roswell Rodríguez Saavedra, Olga Elizabeth Caballero Aquino, Luis Fabrizio Seclén Ayala, Ronald Jonathana Cañarte Siguencia, Carlos Luis García Arguello, Rafael Antonio Vera Villamar, María Fernanda Benavides Figueroa, Jimmy Nelson Paricahua Peralta, Libertad Velasquez Giersch, Kandy Karol Urbina Vizcarra, Alhi Jordan Herrera Osorio

Primera Edición | First Edition: 2026

Editorial | Publisher: Religación Press

Materia Dewey | Dewey Subject: 610 - Ciencias médicas Medicina

Clasificación Thema | Thema Subject Categories: M - Medicina, enfermería, veterinaria | 1KL - México, Centroamérica, Sudamérica, Latinoamérica | MB - Medicina: cuestiones generales

BISAC: MED078000

Público objetivo | Target audience: Profesional / Académico | Professional / Academic

Colección | Collection: Salud

Soporte | Format: PDF / Digital

Publicación | Publication date: 2026-05-29

ISBN: 978-0942-594-65-5

[APA 7]

Gabriela Barreno; Humberto Andrés Álvarez Sepúlveda, Claudine Glenda Benoit Ríos, Carmen Isolina Ayala Jara, Pedro Marcelo Alva Plasencia, Lennin Roswell Rodríguez Saavedra, Olga Elizabeth Caballero Aquino, Luis Fabrizio Seclén Ayala, Ronald Jonathana Cañarte Siguencia, Carlos Luis García Arguello, Rafael Antonio Vera Villamar, María Fernanda Benavides Figueroa, Jimmy Nelson Paricahua Peralta, Libertad Velasquez Giersch, Kandy Karol Urbina Vizcarra, Alhi Jordan Herrera Osorio. APA 7 (2026). *Saberes en ejercicio. Desarrollos transdisciplinarios en salud desde territorios latinoamericanos (Vol. II)*. Religación Press. <https://doi.org/10.46652/ReligacionPress.432>

Revisión por pares

El presente libro de investigación constituye el resultado de un riguroso proceso de investigación académica, cuya calidad metodológica y solidez argumental han sido validadas mediante un sistema de revisión por pares externos implementado bajo el protocolo de doble ciego, bajo la supervisión del Centro de Investigaciones en Ciencias y Humanidades desde América Latina (CICSHAL). Como garantía de transparencia y rigor científico, los informes de evaluación realizados por los especialistas designados se conservan en el archivo institucional de la editorial, a disposición de las instancias que así lo requieran.

Peer Review

This book is the result of a rigorous academic research process, whose methodological quality and argumentative solidity have been validated through an external peer-review system implemented under a double-blind protocol, under the supervision of the Center for Research in Sciences and Humanities from Latin America (CICSHAL). As a guarantee of transparency and scientific rigor, the evaluation reports prepared by the designated specialists are preserved in the publisher's institutional archives, available to any party that may require them.

Coordinadora

COORDINATOR

Gabriela Barreno

Ministerio de salud publica del
Ecuador | Quito | Ecuador
<https://orcid.org/0009-0005-7791-4809>
gabriela.barreno@udla.edu.ec

Médico cirujano general Universidad de las Americas Quito, Ecuador. Ciencias de la salud con enfoque en avances científicos y enfermedades crónicas.

Autores/as:

Gabriela Barreno; Humberto Andrés Álvarez Sepúlveda, Claudine Glenda Benoit Ríos, Carmen Isolina Ayala Jara, Pedro Marcelo Alva Plasencia, Lennin Roswell Rodriguez Saavedra, Olga Elizabeth Caballero Aquino, Luis Fabrizio Seclén Ayala, Ronald Jonathana Cañarte Siguencia, Carlos Luis García Arguello, Rafael Antonio Vera Villamar, María Fernanda Benavides Figueroa, Jimmy Nelson Paricahua Peralta, Libertad Velasquez Giersch, Kandy Karol Urbina Vizcarra, Alhi Jordan Herrera Osorio

Resumen

Esta obra colectiva aborda la salud como un fenómeno complejo y situado que trasciende los límites de la biomedicina, articulando dimensiones históricas, ambientales, educativas, económicas y sociales en el contexto latinoamericano. A través de cinco investigaciones, el volumen explora cómo el conocimiento histórico puede contribuir al bienestar emocional y a la comprensión del presente en sociedades de cambio acelerado; cómo los principios de economía circular y química verde permiten valorizar residuos agroindustriales para el desarrollo de productos sostenibles; cómo la historia de las epidemias constituye un recurso pedagógico para fortalecer la alfabetización sanitaria crítica; cómo el financiamiento público incide en la protección financiera de los sistemas de salud; y cómo los estudiantes universitarios construyen significados y prácticas en torno a los estilos de vida saludables. En su conjunto, la obra ofrece una mirada integral y transdisciplinar que invita a repensar los desafíos sanitarios contemporáneos desde una perspectiva crítica, situada y comprometida con la equidad y la sostenibilidad en la región.

Palabras clave:

Salud transdisciplinar, conciencia histórica, sostenibilidad, alfabetización sanitaria, protección financiera

Abstract

This collective work addresses health as a complex and situated phenomenon that transcends the boundaries of biomedicine, articulating historical, environmental, educational, economic, and social dimensions within the Latin American context. Through five research studies, the volume explores how historical knowledge can contribute to emotional well-being and the understanding of the present in societies of accelerated change; how the principles of circular economy and green chemistry enable the valorization of agro-industrial waste for the development of sustainable products; how the history of epidemics constitutes a pedagogical resource for strengthening critical health literacy; how public financing affects the financial protection of health systems; and how university students construct meanings and practices around healthy lifestyles. As a whole, the work offers a comprehensive and transdisciplinary perspective that invites a rethinking of contemporary health challenges from a critical, situated standpoint committed to equity and sustainability in the region.

Keywords: transdisciplinary health, historical consciousness, sustainability, health literacy, financial protection

Resumo

Esta obra coletiva aborda a saúde como um fenômeno complexo e situado que transcende os limites da biomedicina, articulando dimensões históricas, ambientais, educacionais, econômicas e sociais no contexto latino-americano. Por meio de cinco pesquisas, o volume explora como o conhecimento histórico pode contribuir para o bem-estar emocional e para a compreensão do presente em sociedades de mudança acelerada; como os princípios da economia circular e da química verde permitem a valorização de resíduos agroindustriais para o desenvolvimento de produtos sustentáveis; como a história das epidemias constitui um recurso pedagógico para fortalecer o letramento sanitário crítico; como o financiamento público incide na proteção financeira dos sistemas de saúde; e como os estudantes universitários constroem significados e práticas em torno dos estilos de vida saudáveis. Em seu conjunto, a obra oferece uma visão integral e transdisciplinar que convida a repensar os desafios sanitários contemporâneos a partir de uma perspectiva crítica, situada e comprometida com a equidade e a sustentabilidade na região.

Palavras-chave: saúde transdisciplinar, consciência histórica, sustentabilidade, letramento sanitário, proteção financeira

Tabla de Contenidos

6	Revisión por pares
6	Peer Review
7	Coordinadora
9	Resumen
10	Abstract
10	Resumo
14	Introducción Saberes en ejercicio. Diálogos transdisciplinarios entre historia, salud y sociedad latinoamericana <i>Gabriela Barreno</i>
18	Capítulo 1 Comprender el pasado para habitar el presente: conciencia histórica y salud mental en sociedades de cambio acelerado <i>Humberto Andrés Álvarez Sepúlveda,</i> <i>Claudine Glenda Benoit Ríos</i>
36	Capítulo 2 Economía circular y química verde en el aprovechamiento de subproductos de Persea americana Mill.: composición, valorización y aplicaciones en dermocosmética <i>Carmen Isolina Ayala Jara, Pedro Marcelo Alva Plasencia,</i> <i>Lennin Roswell Rodríguez Saavedra, Olga Elizabeth Caballero Aquino, Luis Fabrizio Seclén Ayala</i>
56	Capítulo 3 Aprender salud desde el pasado: el potencial pedagógico de la historia de las epidemias en la alfabetización sanitaria escolar <i>Humberto Andrés Álvarez Sepúlveda,</i> <i>Claudine Glenda Benoit Ríos</i>
72	Capítulo 4 Protección financiera y financiamiento sanitario en América Latina: lecciones comparadas de ocho sistemas de salud (2000–2023) <i>Ronald Jonathan Cañarte Siguencia, Carlos Luis García Arguello, Rafael Antonio Vera Villamar, María Fernanda Benavides Figueroa</i>

Capítulo 5

Prácticas y significados cotidianos de los estilos de vida saludables en estudiantes universitarios: un estudio cualitativo

Jimmy Nelson Paricahua Peralta, Alhi Jordan Herrera Osorio, Libertad Velasquez Giersch, Kandy Karol Urbina Vizcarra

Introducción. Saberes en ejercicio. Diálogos transdisciplinarios entre historia, salud y sociedad latinoamericana

Gabriela Barreno

Barreno, G. (2026). Saberes en ejercicio. Diálogos transdisciplinarios entre historia, salud y sociedad latinoamericana. En G. Barreno, (Coord). *Saberes en ejercicio. Desarrollos transdisciplinarios en salud desde territorios latinoamericanos (Volumen II)*. (pp. 14-17). Religación Press. <http://doi.org/10.46652/religacionpress.432.c932>



El lector tiene ante sí una obra colectiva que reúne cinco contribuciones originales en torno a un eje vertebrador común: la comprensión de la salud como un fenómeno complejo, situado históricamente y atravesado por dimensiones culturales, sociales, económicas y educativas que trascienden los límites de la biomedicina. Este volumen, titulado, “*Saberes en ejercicio: Desarrollos transdisciplinarios en salud desde territorios latinoamericanos*”, volumen II. Este volumen reúne cinco capítulos que, desde enfoques metodológicos y disciplinarios distintos, convergen en el reconocimiento de que los problemas sanitarios contemporáneos requieren aproximaciones integradoras capaces de dar cuenta de su multidimensionalidad.

Los dos primeros capítulos abordan la relación entre pasado y presente desde perspectivas complementarias. El capítulo primero, “*Comprender el pasado para habitar el presente: conciencia histórica y salud mental en sociedades de cambio acelerado*”, establece un diálogo entre la

teoría de la historia y la psicología social para mostrar cómo la aceleración social y el presentismo generan una crisis de la experiencia temporal que afecta la salud mental. La conciencia histórica emerge como mecanismo de orientación existencial que permite reconstruir vínculos significativos entre las dimensiones temporales de la experiencia humana. El capítulo segundo, *“Economía circular y química verde en el aprovechamiento de subproductos de Persea americana Mill.: composición, valorización y aplicaciones en dermocosmética”*, desplaza el foco hacia la sostenibilidad ambiental, proponiendo la valorización de residuos agroindustriales del aguacate como una alternativa viable para reducir el impacto ambiental y generar ingredientes funcionales para la industria dermocosmética a partir de compuestos bioactivos con propiedades antioxidantes y antimicrobianas.

Los capítulos tercero y cuarto amplían el horizonte hacia las dimensiones educativa y económica de la salud. El capítulo tercero, *“Aprender salud desde el pasado: el potencial pedagógico de la historia de las epidemias en la alfabetización sanitaria escolar”*, sostiene que el estudio histórico de las epidemias constituye un recurso pedagógico fundamental para desarrollar competencias de pensamiento histórico y fortalecer la capacidad crítica de los estudiantes para interpretar información sanitaria, comprendiendo que las enfermedades son fenómenos sociales vinculados con condiciones económicas, culturales y políticas. El capítulo cuarto, *“Protección financiera y financiamiento sanitario en América Latina: lecciones comparadas de ocho sistemas de salud (2000-2023)”*, aborda un problema estructural de la región: la persistencia del gasto de bolsillo que expone a los hogares a riesgos de empobrecimiento. Mediante un análisis comparativo, evidencia que el incremento del gasto público constituye una condición necesaria, aunque no suficiente, para reducir la carga económica que enfrentan las familias, pues intervienen factores institucionales y organizativos propios de cada sistema sanitario.

El capítulo quinto, *“Prácticas y significados cotidianos de los estilos de vida saludables en estudiantes universitarios: un estudio cualitativo”*, cierra el volumen con una reflexión sobre los desafíos concretos que enfrentan los jóvenes en la adopción de hábitos saludables. Desde una pers-

pectiva cualitativa, revela una distancia significativa entre el conocimiento que poseen sobre los estilos de vida saludables y su capacidad para traducir ese conocimiento en prácticas efectivas, evidenciando que el ambiente universitario tiende a promover hábitos perjudiciales que los propios estudiantes reconocen como riesgosos pero han normalizado en su rutina cotidiana.

Conclusiones

En conjunto, los cinco capítulos configuran un tejido argumental coherente que recorre distintas escalas de análisis, desde la experiencia individual hasta las estructuras económicas y políticas de los sistemas de salud, pasando por las dimensiones históricas, educativas y ambientales. Todos comparten una preocupación común: comprender la salud como un fenómeno situado que requiere aproximaciones transdisciplinarias capaces de integrar saberes y experiencias diversas. Los lectores encontrarán en estas páginas una invitación a pensar la salud como un territorio de articulación entre pasado, presente y futuro; entre saberes científicos y conocimientos situados; entre políticas públicas y experiencias cotidianas.

En un contexto regional marcado por profundas desigualdades y crisis sanitarias recurrentes, los autores nos invitan a recuperar la dimensión histórica de los procesos sociales, a valorizar los recursos disponibles desde una perspectiva sostenible, a fortalecer la educación sanitaria desde una mirada crítica y a repensar los mecanismos de financiamiento de los sistemas de salud. Esta obra no ofrece respuestas definitivas, pero plantea preguntas fundamentales y sugiere caminos posibles para abordar los desafíos sanitarios de nuestra época desde una perspectiva que articula la rigurosidad académica con el compromiso social. Finalmente, este volumen constituye un testimonio del vigor intelectual y la capacidad propositiva de los equipos de investigación latinoamericanos, que desde sus respectivos territorios contribuyen a la construcción de un pensamiento crítico y transformador en el campo de la salud, ofreciendo herramientas para comprender y enfrentar los complejos desafíos sanitarios del presente.

La salud, lejos de ser un fenómeno exclusivamente biológico o clínico, se revela en esta obra como un territorio de intersección donde confluyen dimensiones históricas, culturales, educativas, económicas y ambientales que condicionan profundamente las experiencias de bienestar y enfermedad de las poblaciones latinoamericanas. Los capítulos aquí reunidos evidencian que los desafíos sanitarios contemporáneos no pueden ser abordados desde perspectivas unidisciplinarias o soluciones técnicas aisladas, sino que requieren aproximaciones integradoras capaces de articular el conocimiento histórico con la innovación tecnológica, la reflexión pedagógica con el análisis económico, y la comprensión de las prácticas cotidianas con el diseño de políticas públicas. En definitiva, esta obra constituye una invitación a repensar los sistemas de salud, la educación sanitaria y las estrategias de promoción del bienestar desde una mirada crítica, situada y comprometida con la construcción de sociedades más equitativas, sostenibles y saludables en nuestra región.

Capítulo 1

Comprender el pasado para habitar el presente: conciencia histórica y salud mental en sociedades de cambio acelerado

*Humberto Andrés Álvarez Sepúlveda, Claudine Glenda
Benoit Ríos*

Álvarez Sepúlveda, H. A., & Benoit Ríos, C. G. (2026). Comprender el pasado para habitar el presente: conciencia histórica y salud mental en sociedades de cambio acelerado. En G. Barreno, (Coord). *Saberes en ejercicio. Desarrollos transdisciplinarios en salud desde territorios latinoamericanos (Volumen II)*. (pp. 18-34). Religación Press. <http://doi.org/10.46652/religacionpress.432.c933>



01

Comprender el pasado para habitar el presente: conciencia histórica y salud mental en sociedades de cambio acelerado

Resumen

Este capítulo examina la relación entre conciencia histórica y salud mental en contextos de cambio acelerado, a partir de una revisión de alcance con enfoque cualitativo-interpretativo, inscrita en un paradigma humanista-crítico y un diseño narrativo de tópico. El análisis se organiza en tres ejes: la aceleración social y la crisis de la experiencia temporal, la conciencia histórica como mecanismo de orientación existencial y el potencial formativo de la enseñanza de la historia para fortalecer la comprensión emocional y la resiliencia social. Se plantea que el conocimiento histórico constituye un recurso cultural que permite reconstruir vínculos entre pasado, presente y futuro, favoreciendo marcos interpretativos que contribuyen a comprender la complejidad del presente. Se concluye que la articulación entre conciencia histórica y educación histórica puede contribuir significativamente a la construcción de sujetos capaces de desarrollar herramientas cognitivas y emocionales para afrontar las tensiones propias de sociedades en permanente transformación.

Palabras clave: Conciencia histórica; Pensamiento histórico; Aceleración social; Educación histórica; Resiliencia social.

Introducción

Las sociedades actuales se caracterizan por una aceleración constante de los procesos sociales, culturales y tecnológicos, lo que ha generado transformaciones significativas en la manera en que los individuos experimentan el tiempo, interpretan el pasado y proyectan el futuro (Bauman, 2007; Buendía, 2025; Zapata y Porras, 2025). Esta dinámica, propia de la globalización, se expresa en la intensificación de los ritmos de vida, la rápida circulación de información y la permanente transformación de las estructuras sociales que organizan la vida colectiva (Rosa, 2013). Como consecuencia, la mayor parte de la población suele experimentar dificultades para construir narrativas coherentes sobre su propia experiencia histórica, provocando sentimientos de incertidumbre y desorientación frente a un presente marcado por cambios constantes.

En este contexto, la relación de las sociedades con el tiempo histórico también se ha transformado. Hartog (2007) y Ovalle y López (2025), sostienen que el mundo globalizado se encuentra dominado por un régimen de historicidad caracterizado por el presentismo, en el cual el presente se convierte en el principal marco de referencia para interpretar el pasado y el futuro. Bajo esta lógica, el pasado tiende a perder su función orientadora y el futuro aparece como un horizonte incierto. Esta ruptura en la continuidad temporal debilita los marcos interpretativos que tradicionalmente han permitido a las sociedades comprender los procesos históricos y situar su experiencia dentro de narrativas de mayor alcance.

Frente a este escenario, la historia adquiere una relevancia que trasciende el ámbito estrictamente académico. Más que una disciplina dedicada únicamente al estudio del pasado, la historia constituye un recurso cultural que permite a las sociedades organizar su experiencia temporal, interpretar los acontecimientos que han marcado su devenir y construir narrativas que otorguen sentido a la vida social (Carr, 1986; Rüsen, 2005; Álvarez, 2024; Buendía, 2025). A través de estas narrativas, los individuos pueden comprender que los procesos sociales

actuales forman parte de dinámicas históricas más amplias, lo que contribuye a dotar de coherencia a su experiencia en el presente.

Desde la perspectiva de la teoría de la conciencia histórica, esta función orientadora del pasado resulta fundamental para la vida individual y colectiva. Rüsen (2005), plantea que la conciencia histórica permite interpretar las experiencias del pasado para comprender el presente y proyectar expectativas hacia el futuro. En este sentido, el conocimiento histórico no se limita a la acumulación de información sobre acontecimientos pasados, sino que constituye una forma de orientación cultural que ayuda a los sujetos a situarse en el tiempo y comprender su lugar dentro de procesos históricos más amplios.

En este contexto surge una pregunta central que orienta el presente ensayo: ¿de qué manera la comprensión histórica del pasado puede contribuir a otorgar sentido al presente y favorecer la estabilidad emocional y la salud mental en sociedades caracterizadas por cambios acelerados? A partir de esta interrogante, el ensayo examina la relación entre conciencia histórica y salud mental desde tres dimensiones complementarias: la crisis de la experiencia temporal en la sociedad actual, el papel de la conciencia histórica como mecanismo de orientación existencial y el potencial de la enseñanza de la historia para fortalecer procesos de comprensión emocional y resiliencia colectiva.

Metodológicamente, este capítulo se desarrolla a partir de una revisión analítica de literatura interdisciplinaria proveniente de los campos de la teoría de la historia, la sociología del tiempo, la psicología social y la didáctica de la historia. Para ello, se examinaron estudios publicados en bases de datos académicas como Scopus, Scielo y Google Académico, junto con obras teóricas clásicas vinculadas a la conciencia histórica, la aceleración social, los regímenes de historicidad y el pensamiento histórico. El análisis se orientó a identificar convergencias conceptuales entre estos enfoques con el propósito de comprender cómo las transformaciones contemporáneas en la experiencia del tiempo influyen en la construcción de sentido histórico y en las formas de interpretar el presente.

El estudio se inscribe en un enfoque cualitativo-interpretativo y adopta un diseño narrativo de tópico sustentado en un paradigma humanista y crítico que privilegia la comprensión histórica de los procesos sociales antes que su explicación desde perspectivas exclusivamente psicológicas o sociológicas. Esta estrategia metodológica permitió articular los aportes de la teoría de la conciencia histórica con reflexiones provenientes de la sociología de la modernidad y la didáctica de la historia, con el fin de analizar el papel que el conocimiento histórico puede desempeñar como recurso cultural para interpretar la experiencia actual. De este modo, el capítulo busca poner en diálogo las discusiones teóricas sobre temporalidad, conciencia histórica y educación histórica con los desafíos actuales vinculados al bienestar socioemocional y a la necesidad de construir marcos interpretativos que permitan comprender críticamente el presente en sociedades caracterizadas por cambios acelerados.

Aceleración social y crisis de la experiencia temporal

Uno de los rasgos más característicos de las sociedades globalizadas es la aceleración de los ritmos sociales. Bauman (2007) y Rosa (2013), sostienen que la modernidad tardía se define por una intensificación constante de los procesos de cambio tecnológico, institucional y cultural, lo que produce una transformación profunda en la experiencia del tiempo. Esta aceleración se manifiesta en múltiples dimensiones de la vida cotidiana: la rapidez de la comunicación digital, la inmediatez de la información, la transformación continua de las estructuras laborales y la creciente presión por adaptarse a entornos cambiantes. Como resultado, los individuos enfrentan mayores dificultades para construir narrativas coherentes sobre su propia experiencia histórica, fomentando una sensación generalizada de inestabilidad y falta de control sobre el devenir social.

En este contexto, la relación de las sociedades con el tiempo histórico también se ha transformado de manera significativa. Hartog (2007) y Buendía (2025), plantean que el mundo actual se encuentra

marcado por el predominio del presentismo, un régimen de historicidad en el cual el presente se convierte en el principal marco de referencia para interpretar tanto el pasado como el futuro. Bajo esta lógica, el pasado tiende a perder su función orientadora, mientras que el futuro se percibe cada vez más como un horizonte incierto o incluso amenazante. Esta transformación en la experiencia temporal debilita la continuidad histórica que tradicionalmente ha permitido a las sociedades comprender su evolución, construir identidades colectivas y proyectar horizontes de sentido hacia el porvenir.

La ruptura de esta continuidad temporal tiene implicancias relevantes en el plano cultural, psicológico y social. Diversos autores (Giddens, 1991; Bauman, 2007; Marovah y Ncube, 2024; Zapata y Porras, 2025), han señalado que la dificultad para situar las experiencias individuales dentro de procesos históricos más amplios puede generar sentimientos de incertidumbre, fragilidad existencial y desorientación frente al presente. En sociedades caracterizadas por cambios rápidos y constantes, las personas pueden experimentar la sensación de vivir en un tiempo fragmentado, en el cual los acontecimientos se suceden sin una narrativa clara que permita interpretarlos o integrarlos dentro de una historia colectiva.

Desde esta mirada, la ausencia de marcos históricos de interpretación limita la capacidad de comprender los cambios sociales como procesos complejos y de larga duración. Cuando el pasado deja de ser percibido como una fuente de orientación cultural, los acontecimientos del presente tienden a interpretarse de forma aislada, lo que favorece lecturas simplificadas o alarmistas de la realidad. En este sentido, la aceleración social no solo transforma las condiciones materiales de la vida cotidiana, sino que también modifica la forma en que los individuos experimentan el tiempo y construyen significado en relación con su propia trayectoria histórica (Rosa, 2013; Zapata y Porras, 2025; Ovalle y López, 2025). En este escenario, recuperar la dimensión histórica de los procesos sociales se vuelve fundamental para comprender el presente y reconstruir marcos de orientación que permitan enfrentar los desafíos de sociedades caracterizadas por el cambio permanente.

Conciencia histórica como mecanismo de orientación existencial

Frente a la crisis de la temporalidad que caracteriza a las sociedades globalizadas, la conciencia histórica se presenta como una herramienta fundamental para reconstruir vínculos significativos entre pasado, presente y futuro. Para Rüsen (2005), la conciencia histórica constituye una forma de orientación cultural mediante la cual los individuos y las sociedades interpretan las experiencias del pasado con el propósito de comprender su situación actual y proyectar expectativas hacia el futuro. En este proceso, las narrativas históricas cumplen un papel central, ya que permiten organizar los acontecimientos en secuencias significativas que dotan de sentido a la experiencia humana. A través de estas narrativas, el tiempo histórico deja de percibirse como una sucesión fragmentada de eventos y se transforma en una estructura comprensible que permite interpretar el presente dentro de procesos históricos más amplios.

Bajo esta premisa, la historia cumple una función interpretativa fundamental para la vida social. Las narrativas históricas contribuyen a la construcción de identidades individuales y colectivas, ya que permiten a las comunidades comprender su origen, sus transformaciones y los valores que han configurado su desarrollo histórico. En esta línea, Heuer (2020), sostiene que el conocimiento histórico desempeña un papel clave en la configuración de la memoria colectiva y en la forma en que los sujetos comprenden su pertenencia social. A través de los relatos históricos, las sociedades elaboran representaciones del pasado que influyen en la construcción de identidades culturales, en la comprensión de las diferencias sociales y en la manera en que se interpretan los conflictos del presente.

Asimismo, cabe destacar que la construcción narrativa del pasado constituye un elemento central en la forma en que los seres humanos comprenden su propia experiencia. Desde una perspectiva filosófica, Carr (1986), señala que la experiencia humana se organiza

narrativamente, lo que significa que las personas tienden a interpretar su vida y su entorno mediante relatos que conectan acontecimientos a lo largo del tiempo. En este marco, la historia proporciona estructuras narrativas que permiten integrar experiencias individuales dentro de procesos históricos colectivos, contribuyendo a generar marcos de sentido que orientan la acción social.

En términos de salud mental, esta función orientadora adquiere una relevancia particular. Comprender los procesos históricos permite relativizar las crisis actuales, reconocer la recurrencia de conflictos y transformaciones a lo largo del tiempo y situar los desafíos actuales dentro de dinámicas históricas más amplias. De esta manera, la conciencia histórica contribuye a reducir la percepción de incertidumbre absoluta, al mostrar que muchas de las problemáticas actuales —como las crisis económicas, los conflictos sociales o las pandemias— forman parte de procesos históricos recurrentes que han sido enfrentados por diversas sociedades a lo largo del tiempo. Esta perspectiva histórica favorece una comprensión más compleja y reflexiva del presente, contribuyendo indirectamente al fortalecimiento de la resiliencia individual y colectiva.

Por otra parte, el desarrollo de la empatía histórica también posee implicancias relevantes para el bienestar emocional y la comprensión social. La empatía histórica se refiere a la capacidad de comprender las perspectivas, motivaciones y contextos de los actores del pasado, evitando juzgar sus acciones exclusivamente desde los valores del presente. Por tanto, siguiendo a Álvarez (2024), la empatía histórica implica un ejercicio de distanciamiento cognitivo y contextualización que permite comprender la complejidad de las acciones humanas en su propio contexto histórico. Este proceso favorece una comprensión más profunda de la diversidad de experiencias humanas y promueve habilidades cognitivas y emocionales vinculadas con la reflexión crítica, la tolerancia y la comprensión de la diferencia.

En el ámbito educativo, el desarrollo de estas competencias adquiere una relevancia especial en la formación del pensamiento his-

tórico, ya que esta capacidad, tal como plantean Wineburg (2001) y Seixas y Morton (2013), permite a los estudiantes analizar evidencias, comprender la causalidad histórica y contextualizar los acontecimientos del pasado dentro de marcos temporales más amplios. Estas habilidades fortalecen la comprensión disciplinar de la historia y contribuyen a desarrollar formas de pensamiento más reflexivas y críticas frente a los problemas recientes. Bajo esta lógica, la conciencia histórica cumple una función cognitiva, cultural y emocional, pues propicia la formación de habilidades interpretativas que permiten comprender la complejidad del mundo social y situar la experiencia humana dentro de una temporalidad más amplia y significativa.

Enseñanza de la historia, comprensión emocional y resiliencia social

En el plano educativo, la enseñanza de la historia suele justificarse por su contribución al desarrollo cognitivo y a la formación de ciudadanos críticos; sin embargo, en contextos marcados por la aceleración social y la inestabilidad de los marcos de referencia, resulta necesario problematizar su papel en relación con la salud mental y la experiencia subjetiva del presente. Más que un espacio neutro de transmisión de conocimientos, la educación histórica interviene en la forma en que los sujetos comprenden la temporalidad, elaboran la incertidumbre y dotan de sentido a experiencias que, en escenarios de cambio acelerado, tienden a percibirse como fragmentadas o carentes de continuidad.

Si bien la didáctica de la historia ha enfatizado el desarrollo de competencias interpretativas (Álvarez, 2023; Álvarez, 2025; Álvarez y Carrasco, 2025) y de habilidades vinculadas a la comprensión disciplinar (Wineburg, 2001; Seixas y Morton, 2013), este énfasis resulta insuficiente si no se considera que dichas capacidades operan también como mediaciones en la construcción de la experiencia. En efecto, comprender procesos históricos de crisis, conflicto y transformación no solo amplía el conocimiento sobre el pasado, sino que introduce la posibilidad de situar el presente en una temporalidad más extensa, incidiendo

en la forma en que los sujetos procesan emocionalmente escenarios de incertidumbre.

No obstante, esta potencialidad no es lineal ni está exenta de tensiones. Tal como advierte Nussbaum (2010), la educación humanística puede contribuir al desarrollo de una sensibilidad más compleja frente a la experiencia humana, pero ello depende de las formas en que los contenidos son abordados. Del mismo modo, Ovalle y López (2025), muestran que, en contextos de presentismo, incluso el conocimiento histórico puede ser absorbido por lógicas de inmediatez que limitan su capacidad de generar distancia interpretativa. En esta línea, la enseñanza de la historia no garantiza por sí misma una mejor comprensión del presente ni una mayor estabilidad emocional; por el contrario, puede reproducir lecturas simplificadas o reforzar percepciones de crisis permanente si no se problematizan los marcos desde los cuales se interpreta el pasado.

Desde esta perspectiva, la dimensión emocional del aprendizaje histórico debe ser entendida como un componente constitutivo del proceso formativo. Analizar experiencias históricas marcadas por violencia, conflicto o incertidumbre implica confrontar la complejidad de la acción humana en condiciones límite, lo que exige formas de comprensión que articulen análisis e interpretación situada. En este marco, la empatía histórica —en los términos propuestos por Álvarez (2024)— implica un trabajo de contextualización que permite comprender las decisiones y tensiones del pasado sin anular su distancia. Este ejercicio resulta particularmente relevante en el plano socioemocional, ya que favorece la tolerancia a la ambigüedad y la elaboración de juicios menos dicotómicos frente a la realidad social.

A partir de ello, es posible sostener que la enseñanza de la historia puede contribuir al fortalecimiento de la resiliencia, pero solo en la medida en que ofrezca marcos interpretativos que permitan resignificar la adversidad. Siguiendo a Ungar (2012), la resiliencia constituye un proceso que depende de los recursos culturales disponibles para comprender y enfrentar situaciones críticas. Así, el conocimiento histórico

puede operar como un repertorio de experiencias que evidencian la capacidad de las sociedades para adaptarse, aprender y transformarse frente a crisis diversas. Sin embargo, esta función no radica en la simple constatación de que “las crisis siempre han existido”, sino en la posibilidad de comprender las condiciones específicas en que dichas crisis fueron enfrentadas y las respuestas que emergieron en cada contexto.

En diálogo con lo anterior, Ibagón y Miralles (2022) y Marovah y Ncube (2024), sugieren que el valor formativo del pasado radica en su potencial para complejizar la lectura del presente, evitando tanto interpretaciones fatalistas como visiones excesivamente lineales del cambio social. No obstante, este potencial depende de que la enseñanza de la historia logre superar una aproximación informativa y promueva una relación reflexiva con las narrativas históricas, capaz de interrogar sus supuestos, silencios y efectos en la comprensión de la realidad contemporánea.

Por consiguiente, la enseñanza de la historia puede ser entendida como un campo de tensión entre la reproducción de marcos interpretativos dominantes y la posibilidad de abrir espacios de comprensión más complejos sobre la experiencia humana en el tiempo. En este escenario, su aporte a la salud mental y a la resiliencia no reside en ofrecer certezas ni en proporcionar relatos estabilizadores de manera acrítica, sino en habilitar formas de comprensión que permitan a los sujetos habitar la incertidumbre desde una perspectiva históricamente situada, reflexiva y abierta a la transformación.

Conclusión

En contextos de cambio acelerado, donde la incertidumbre, la fragmentación de la experiencia temporal y la inestabilidad de los marcos de referencia configuran la vida social, la conciencia histórica puede ser comprendida como un recurso cultural que interviene en la forma en que los sujetos elaboran su experiencia y dotan de sentido al presente. En este escenario, el problema no radica solo en la pérdida de conocimiento sobre el pasado, sino en la debilitación de las estructuras

interpretativas que permiten articular temporalmente la experiencia, generando condiciones que inciden tanto en la desorientación social como en el malestar subjetivo.

La aceleración social y el predominio del presentismo han tensionado la función orientadora del pasado, limitando su capacidad para ofrecer marcos de inteligibilidad frente a la complejidad contemporánea. Sin embargo, como se ha mostrado a lo largo del capítulo, esta función requiere ser problematizada en sus condiciones de producción, circulación y uso. La conciencia histórica no garantiza por sí misma una mejor comprensión del presente ni una mayor estabilidad emocional; su potencial depende de las formas en que se configuran las narrativas, de los marcos desde los cuales se interpretan y de la capacidad de los sujetos para relacionarse críticamente con ellas.

Bajo esta premisa, el vínculo entre conciencia histórica y salud mental no debe entenderse en términos instrumentales o lineales. Más que proporcionar certezas o reducir la incertidumbre, el conocimiento histórico puede contribuir a generar condiciones para habitarla de manera más reflexiva. La historia, al situar las experiencias humanas dentro de procesos de mayor duración, permite relativizar su carácter inmediato sin anular su complejidad, abriendo la posibilidad de comprender las crisis como parte de trayectorias históricas en las que se despliegan tensiones, continuidades y transformaciones.

En el ámbito educativo, esta perspectiva redefine el papel de la enseñanza de la historia. Su relevancia radica en su capacidad para ofrecer marcos interpretativos que inciden en la manera en que los sujetos comprenden y enfrentan la adversidad. No obstante, como se ha discutido, esta potencialidad no es automática: la enseñanza de la historia puede tanto ampliar la comprensión de la experiencia humana como reproducir lecturas simplificadas o reforzar percepciones de crisis permanente, dependiendo de los enfoques pedagógicos y de los supuestos que orientan la construcción del conocimiento histórico en el aula.

Desde esta perspectiva, la resiliencia emerge como un proceso mediado por la capacidad de interpretar la experiencia dentro de marcos históricos que permitan resignificar la adversidad. El aporte de la historia, en este sentido, no radica en ofrecer modelos ejemplares ni en construir relatos estabilizadores, sino en ampliar el horizonte de comprensión de lo posible, mostrando que las sociedades han enfrentado situaciones críticas en condiciones diversas y han desarrollado respuestas igualmente heterogéneas. En efecto, fortalecer la conciencia histórica implica desarrollar formas de relación crítica con las narrativas históricas para interrogar sus supuestos, reconocer sus límites y explorar sus implicancias en la comprensión del presente.

A partir de los elementos analizados en este ensayo, se abren diversas líneas de investigación que permiten profundizar en la relación entre conciencia histórica, educación y bienestar socioemocional en contextos globalizados. En primer lugar, resulta pertinente explorar empíricamente cómo el desarrollo de competencias históricas en estudiantes de distintos niveles educativos puede influir en la construcción de marcos interpretativos que contribuyan a la comprensión de crisis sociales, políticas o sanitarias. Asimismo, futuras investigaciones podrían examinar de qué manera la enseñanza de la historia puede incorporar de forma más explícita dimensiones socioemocionales, como la empatía histórica, la reflexión ética y la resiliencia colectiva, particularmente en contextos educativos marcados por la incertidumbre y la aceleración social. Finalmente, se vuelve relevante desarrollar estudios comparativos que analicen cómo distintas tradiciones curriculares y enfoques de enseñanza de la historia contribuyen a fortalecer la capacidad de los estudiantes para interpretar críticamente el presente y proyectar horizontes de futuro más reflexivos y democráticos.

Referencias

- Álvarez, H. (2023). El laboratorio histórico como estrategia de indagación para desarrollar el pensamiento histórico en la formación del profesorado de Historia. *Interciencia*, 48(5), 245-251.
- Álvarez, H. (2024). El desarrollo de la empatía histórica: Un estudio sobre las narrativas de futuros profesores de Historia en Chile. *RIDE. Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*, 15(29), 1-20. <https://doi.org/10.23913/ride.v15i29.2222>
- Álvarez, H. (2025). La historia reciente como espejo formativo: Evaluación de la conciencia histórica en la formación docente. *Interciencia*, 50(8), 441-449.
- Álvarez, H., & Carrasco, A. (2025). Evaluación del pensamiento histórico en futuros profesores de Historia. *Revista Notas Históricas y Geográficas*, (35), 174-200. <https://doi.org/10.58210/nhyg675>
- Bauman, Z. (2007). *Liquid times: Living in an age of uncertainty*. Polity Press.
- Buendía, R. (2025). Entrecruces temporales: Tiempo de la naturaleza-tiempo humano. *Interpretatio. Revista de Hermenéutica*, 10(2), 157-174. <https://doi.org/10.19130/it.10.2.2025/008329y8x487>
- Carr, D. (1986). *Time, narrative, and history*. Indiana University Press.
- Giddens, A. (1991). *Modernity and self-identity: Self and society in the late modern age*. Polity Press.
- Hartog, F. (2007). *Regímenes de historicidad: Presentismo y experiencias del tiempo*. Universidad Iberoamericana.
- Heuer, C. (2020). "Everyman his own historian": Historical thinking and life history narration. *Rethinking History*, 24(1), 56-68. <https://doi.org/10.1080/13642529.2019.1669292>

- Ibagón, N., & Miralles, P. (2022). Conciencia histórica e interés en la historia de los estudiantes colombianos y españoles de educación secundaria. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*, (24), 1-14. <https://doi.org/10.24320/redie.2022.24.e18.3938>
- Marovah, T., & Ncube, H. (2024). The pedagogical value of museums in the teaching and learning of secondary school history: A historical thinking perspective. *The Social Studies*, 115(2), 81-91. <https://doi.org/10.1080/00377996.2023.2259834>
- Nussbaum, M. (2010). *Not for profit: Why democracy needs the humanities*. Princeton University Press.
- Ovalle, D., & López, C. (2025). El sujeto hiperhistórico: Presentismo y aceleración. Aproximaciones al Chile post-octubre de 2019. *Cuadernos de Historia*, (62), 29-53. <http://dx.doi.org/10.5354/0719-1243.2025.78698>
- Rosa, H. (2013). *Social acceleration: A new theory of modernity*. Columbia University Press.
- Rüsen, J. (2005). *History: Narration, interpretation, orientation*. Berghahn Books.
- Seixas, P., & Morton, T. (2013). *The big six historical thinking concepts*. Nelson Education.
- Ungar, M. (2012). *The social ecology of resilience: A handbook of theory and practice*. Springer.
- Wineburg, S. (2001). *Historical thinking and other unnatural acts: Charting the future of teaching the past*. Temple University Press.
- Zapata, E., & Porras, D. (2025). Sincronizar los tiempos plurales: Destinos relacionales para enfrentar la crisis de sintonización temporal con el mundo. *Historia Ambiental Latinoamericana y Caribeña (HALAC)*, 15(2), 229-259. <https://doi.org/10.32991/2237-2717.2025v15i2.p229-259>

Humberto Andrés Álvarez Sepúlveda

Universidad Católica de la Santísima Concepción | Concepción | Chile

<https://orcid.org/0000-0001-5729-3404>

halvarez@ucsc.cl

humalvarezsep@gmail.com

Académico de la Universidad Católica de la Santísima Concepción (Chile). Doctor en Sociedad y Cultura por la Universidad de Barcelona (España). Autor de diversos capítulos de libros y artículos sobre educación histórica publicados en revistas científicas indexadas a Wos, Scopus y Scielo.

Claudine Glenda Benoit Ríos

Universidad Católica de la Santísima Concepción | Concepción | Chile

<https://orcid.org/0000-0002-1791-2212>

cbenoit@ucsc.cl

claudbenoit@gmail.com

Académica del Departamento de Didáctica de la Universidad Católica de la Santísima Concepción, Concepción (Chile). Doctora en Lingüística, por la Universidad de Concepción. Investigadora en didáctica de la comprensión y producción del lenguaje, y estrategias colaborativas durante el procesamiento.

Understanding the Past to Inhabit the Present: Historical Consciousness and Mental Health in Societies of Accelerated Change

Abstract

This chapter examines the relationship between historical consciousness and mental health in contexts of accelerated change, based on a scoping review with a qualitative-interpretive approach, grounded in a humanist-critical paradigm and a narrative design. The analysis is organized around three axes: social acceleration and the crisis of temporal experience, historical consciousness as a mechanism for existential orientation, and the formative potential of history education to strengthen emotional understanding and social resilience. It posits that historical knowledge constitutes a cultural resource that allows for the reconstruction of links between past, present, and future, fostering interpretive frameworks that contribute to understanding the complexity of the present. It concludes that the articulation between historical consciousness and history education can significantly contribute to the development of individuals capable of acquiring the cognitive and emotional tools to cope with the inherent tensions of societies in constant transformation.

Keywords: Historical consciousness; Historical thinking; Social acceleration; Historical education; Social resilience.

Compreender o passado para habitar o presente: consciência histórica e saúde mental em sociedades de mudança acelerada

Resumo

Este capítulo examina a relação entre consciência histórica e saúde mental em contextos de mudança acelerada, a partir de uma revisão de escopo com abordagem qualitativo-interpretativa, inscrita em um paradigma humanístico-crítico e um desenho narrativo de tópicos. A análise está organizada em três eixos: a aceleração social e a crise da experiência temporal, a consciência histórica como mecanismo de orientação existencial e o potencial

formativo do ensino de história para fortalecer a compreensão emocional e a resiliência social. Argumenta-se que o conhecimento histórico constitui um recurso cultural que permite reconstruir vínculos entre passado, presente e futuro, favorecendo quadros interpretativos que contribuem para compreender a complexidade do presente. Conclui-se que a articulação entre consciência histórica e educação histórica pode contribuir significativamente para a construção de sujeitos capazes de desenvolver ferramentas cognitivas e emocionais para enfrentar as tensões próprias de sociedades em permanente transformação.

Palavras-chave: Consciência histórica; Pensamento histórico; Aceleração social; Educação histórica; Resiliência social.

Capítulo 2

Economía circular y química verde en el aprovechamiento de subproductos de *Persea americana* Mill.: composición, valorización y aplicaciones en dermocosmética

Carmen Isolina Ayala Jara, Pedro Marcelo Alva Plasencia, Lennin Roswell Rodríguez Saavedra, Olga Elizabeth Caballero Aquino, Luis Fabrizio Seclén Ayala

Ayala Jara, C. I., Alva Plasencia, P. M., Rodríguez Saavedra, L. R., Caballero Aquino, O. E., & Seclén Ayala, L. F. (2026). Economía circular y química verde en el aprovechamiento de subproductos de *Persea americana* Mill: composición, valorización y aplicaciones en dermocosmética. En G. Barreno, (Coord). *Saberes en ejercicio. Desarrollos transdisciplinarios en salud desde territorios latinoamericanos (Volumen II)*. (pp. 36-54). Religación Press. <http://doi.org/10.46652/religacionpress.432.c934>



02

Economía circular y química verde en el aprovechamiento de subproductos de Persea americana Mill.: composición, valorización y aplicaciones en dermocosmética

Resumen

Persea americana Mill. (aguacate) es un cultivo de alta relevancia agroindustrial a nivel mundial, cuya producción genera grandes volúmenes de subproductos, principalmente semillas, cáscaras y pulpa de descarte, que en muchos casos no son aprovechados adecuadamente. Estos materiales contienen una diversidad de compuestos bioactivos, tales como polifenoles, flavonoides, carotenoides, ácidos grasos y fitoesteres, que presentan propiedades de interés para su aplicación en diversos sectores productivos. En el contexto actual de sostenibilidad, los principios de la economía circular y la química verde ofrecen enfoques integrales orientados a la valorización de estos residuos agroindustriales, promoviendo su transformación en materias primas para el desarrollo de productos con valor agregado. El presente capítulo tiene como propósito analizar la composición química de los subproductos de *Persea americana* Mill. y explorar su potencial de aprovechamiento mediante estrategias sostenibles, así como describir sus posibles aplicaciones en el ámbito dermocosmético. Para ello, se realiza una revisión de literatura científica indexada en bases de datos reconocidas, priorizando estudios recientes y relevantes en torno a la caracterización de compuestos bioactivos y su uso en formulaciones innovadoras. Asimismo, se abordan alternativas de procesamiento y técnicas de extracción alineadas con los principios de la química verde, orientadas a la recuperación eficiente de estos compuestos y a la reducción del impacto ambiental asociado a su aprovechamiento.

Palabras clave: *Persea americana*; economía circular; química verde; compuestos bioactivos; cosmecéuticos

Introducción

En las últimas décadas, el interés por el aprovechamiento sostenible de los recursos naturales ha adquirido una relevancia creciente debido a la necesidad de reducir el impacto ambiental de los sistemas productivos y promover modelos de desarrollo más eficientes. En este contexto, la economía circular emerge como un enfoque estratégico orientado a minimizar la generación de residuos mediante la reutilización, reciclaje y valorización de subproductos, favoreciendo el uso integral de materias primas y la transición hacia sistemas productivos sostenibles (Geissdoerfer et al., 2017; Nascimento et al., 2025a). Este paradigma ha cobrado especial importancia en el sector agroindustrial, donde se generan grandes volúmenes de residuos con potencial de revalorización.

Paralelamente, la química verde se ha consolidado como un marco científico fundamental para el diseño de procesos y productos que reduzcan o eliminen el uso y la generación de sustancias peligrosas. Este enfoque promueve el empleo de solventes seguros, procesos energéticamente eficientes y materias primas renovables, contribuyendo al desarrollo de tecnologías más limpias y sostenibles (Anastas & Zimmerman, 2022). La integración de la economía circular y la química verde permite establecer estrategias innovadoras para la valorización de residuos agroindustriales, transformándolos en recursos de alto valor agregado y fomentando el desarrollo de bioeconomías sostenibles (Nascimento et al., 2025b).

En el ámbito agroindustrial, la producción de frutas genera cantidades significativas de residuos sólidos que, en muchos casos, son descartados sin un adecuado aprovechamiento. Entre estos cultivos destaca *Persea americana* Mill. (aguacate), cuya creciente demanda a nivel global ha incrementado significativamente la generación de subproductos, principalmente semillas y cáscaras, que pueden representar hasta el 20–30% del peso total del fruto (Dreher & Davenport, 2013). Estos residuos, lejos de ser desechos, constituyen matrices ricas en compuestos bioactivos de alto interés industrial y científico.

Diversos estudios recientes han demostrado que los subproductos de *Persea americana* contienen una amplia variedad de metabolitos secundarios, incluyendo compuestos fenólicos, flavonoides, carotenoides, ácidos grasos y fitoesteroles, los cuales presentan propiedades antioxidantes, antiinflamatorias y antimicrobianas (Olas, 2024; Nascimento et al., 2025a). En particular, los extractos de semilla han mostrado actividades biológicas relevantes, como la inhibición de la tirosinasa y la neutralización de radicales libres, lo que respalda su potencial en aplicaciones cosméticas y dermatológicas (Do et al., 2022).

En el campo de la dermocosmética, la creciente demanda de ingredientes naturales y sostenibles ha impulsado el estudio de extractos vegetales como alternativas a compuestos sintéticos. En este sentido, los compuestos bioactivos presentes en los subproductos de *Persea americana* han demostrado un notable potencial para su incorporación en formulaciones destinadas al cuidado de la piel, debido a su capacidad para modular procesos relacionados con el estrés oxidativo, la inflamación y la proliferación microbiana (Charles et al., 2022; Nascimento et al., 2025b). Asimismo, el aprovechamiento de estos subproductos se alinea con las tendencias actuales hacia el desarrollo de cosméticos ecoeficientes y basados en principios de sostenibilidad.

Desde una perspectiva tecnológica, la aplicación de principios de química verde en la extracción de compuestos bioactivos a partir de residuos de *Persea americana* ha permitido el desarrollo de metodologías más sostenibles, incluyendo el uso de solventes verdes, extracción asistida por ultrasonido y otras tecnologías de bajo consumo energético, que mejoran la eficiencia de recuperación y reducen el impacto ambiental (Chemat et al., 2012; Olas, 2024). Estas innovaciones contribuyen a la obtención de ingredientes funcionales con alto valor añadido y menor huella ecológica.

A pesar de los avances en la caracterización química y en la identificación de aplicaciones potenciales de los subproductos del aguacate, aún persisten desafíos relacionados con la estandarización de procesos, la escalabilidad industrial y la validación de su eficacia en

formulaciones dermocosméticas. En este sentido, estudios recientes destacan la necesidad de integrar enfoques interdisciplinarios que permitan vincular la investigación básica con el desarrollo tecnológico y su transferencia efectiva hacia el sector productivo (Nascimento et al., 2025a; Olas, 2024; Nascimento et al., 2025).

En este contexto, el presente capítulo tiene como objetivo analizar la composición química de los subproductos de *Persea americana* Mill, evaluar su potencial de valorización bajo los principios de la economía circular y la química verde, y discutir sus aplicaciones en el campo de la dermocosmética a partir de la evidencia científica reciente.

Metodología

El presente capítulo se desarrolló mediante un estudio de tipo **revisión bibliográfica descriptiva**, orientado a analizar la composición química, el potencial de valorización y las aplicaciones dermocosméticas de los subproductos de *Persea americana* Mill. en el marco de la economía circular y la química verde. Este enfoque permitió integrar y sistematizar la información científica disponible sobre el aprovechamiento sostenible de residuos agroindustriales, siguiendo lineamientos metodológicos ampliamente aceptados para revisiones narrativas y sistemáticas (Page et al., 2021).

La búsqueda de información se realizó en bases de datos científicas internacionales de alta relevancia, entre ellas **Scopus, Web of Science, PubMed, ScienceDirect y Google Scholar (fuente complementaria)**, debido a su amplia cobertura en áreas relacionadas con ciencias farmacéuticas, química, biotecnología y ciencias ambientales. Estas bases han sido reconocidas por su calidad y alcance en la recuperación de literatura científica indexada (Mongeon & Paul-Hus, 2016).

Para la identificación de los estudios se emplearon combinaciones de palabras clave en inglés, utilizando operadores booleanos. Entre los términos utilizados se incluyen: *Persea americana*, avocado by-products, avocado seed, avocado peel, circular economy, green chemistry, bioactive compounds, phenolic compounds, antioxidant activity y

dermocosmetics. Estas palabras clave fueron combinadas mediante los operadores **AND** y **OR** con el objetivo de ampliar o delimitar la búsqueda según la temática específica, siguiendo estrategias de búsqueda estructurada recomendadas para revisiones científicas (Bramer et al., 2018).

Los resultados obtenidos fueron exportados y gestionados mediante herramientas digitales de apoyo para revisiones, lo que permitió identificar y eliminar duplicados, así como organizar los estudios para su posterior análisis. En este proceso, el uso de plataformas como **Rayyan** facilitó la clasificación y selección de los artículos mediante criterios predefinidos (Ouzzani et al., 2016).

Se establecieron criterios de inclusión para la selección de los documentos. Se priorizaron artículos científicos publicados en revistas indexadas durante los últimos cinco años (2020–2025), con el fin de garantizar la actualidad de la información, manteniendo además una proporción menor de estudios previos relevantes para sustentar bases teóricas. Se incluyeron artículos originales, revisiones y capítulos de libro que abordaran la composición química, bioactividad, técnicas de extracción sostenible y aplicaciones de subproductos de *Persea americana* en contextos de economía circular y química verde (Nascimento et al., 2025a; Olas, 2024).

Como criterios de exclusión, se descartaron publicaciones duplicadas, documentos sin revisión por pares y estudios cuyo contenido no estuviera directamente relacionado con la valorización de subproductos de *Persea americana*. Asimismo, se excluyeron fuentes con información insuficiente o sin respaldo metodológico claro, con el fin de asegurar la calidad científica de la evidencia seleccionada.

Los estudios seleccionados fueron sometidos a un proceso de **lectura crítica y análisis comparativo**, identificando los principales compuestos bioactivos presentes en los subproductos del aguacate, así como sus propiedades biológicas, métodos de extracción y posibles aplicaciones en el ámbito dermatológico. Este análisis se realizó con-

siderando la calidad metodológica de los estudios y la consistencia de los resultados reportados.

La información recopilada fue organizada en **tablas y esquemas de síntesis**, permitiendo estructurar los hallazgos en función de tres ejes principales: (i) composición química y perfil fitoquímico, (ii) estrategias de valorización bajo enfoques de economía circular y química verde, y (iii) aplicaciones dermocosméticas de los compuestos bioactivos. Este proceso de sistematización facilitó la interpretación crítica de la evidencia disponible y la identificación de tendencias emergentes en el área.

Finalmente, a partir de la revisión de la literatura científica, se integraron los hallazgos para construir una visión actualizada del estado del conocimiento, destacando el potencial de los subproductos de *Persea americana* como fuente sostenible de ingredientes funcionales y estableciendo bases para futuras investigaciones orientadas al desarrollo de productos dermocosméticos innovadores y sostenibles.

Resultados

Composición química de los subproductos de *Persea americana* Mill

Los subproductos derivados del procesamiento de *Persea americana* Mill., principalmente la semilla, la cáscara y la pulpa de descarte, constituyen matrices complejas ricas en compuestos bioactivos de interés para diversas aplicaciones industriales, particularmente en el ámbito dermocosmético. La composición química de estos subproductos varía según factores como la variedad del fruto, las condiciones de cultivo, el grado de madurez y los métodos de procesamiento; sin embargo, en términos generales, presentan una elevada concentración de metabolitos secundarios con propiedades biológicas relevantes (Olas, 2024; Nascimento et al., 2025a).

En el caso de la semilla de aguacate, diversos estudios han evidenciado que contiene una alta proporción de compuestos fenólicos,

incluyendo flavonoides, taninos condensados y ácidos fenólicos, los cuales están asociados con una destacada actividad antioxidante (Do et al., 2022; Nascimento et al., 2025a). Asimismo, se ha reportado la presencia de almidón, compuestos nitrogenados y fracciones lipídicas. La riqueza en polifenoles confiere a los extractos de semilla propiedades antimicrobianas y antiinflamatorias, lo que los posiciona como candidatos potenciales para su aplicación en formulaciones dermocosméticas. Además, la capacidad de estos compuestos para neutralizar radicales libres respalda su uso en productos antienvjecimiento.

Por otro lado, la cáscara de *Persea americana* se caracteriza por su alto contenido de compuestos fenólicos, carotenoides y fibra dietaria. Estos compuestos desempeñan un papel clave en la protección frente al estrés oxidativo y en la estabilización de sistemas biológicos (Olas, 2024). La cáscara presenta concentraciones significativas de flavonoides y otros compuestos con capacidad antioxidante, los cuales han sido asociados con efectos protectores a nivel celular. Asimismo, su contenido de pigmentos naturales y compuestos lipofílicos sugiere aplicaciones en formulaciones cosméticas como agentes protectores y antioxidantes naturales.

En cuanto a la pulpa de descarte, aunque su contenido en compuestos fenólicos es menor en comparación con la semilla y la cáscara, constituye una fuente importante de lípidos, especialmente ácidos grasos monoinsaturados como el ácido oleico, así como fitoesteroles y compuestos liposolubles (Dreher & Davenport, 2013). Estos componentes presentan propiedades emolientes, regeneradoras y protectoras de la barrera cutánea, lo que resulta particularmente relevante en el desarrollo de productos dermocosméticos. Además, a partir de la pulpa residual es posible recuperar aceite de aguacate mediante procesos de extracción sostenible, el cual es altamente valorado por su estabilidad oxidativa y su contenido en compuestos bioactivos (Nascimento et al., 2025b).

En conjunto, la evidencia científica disponible indica que cada subproducto de *Persea americana* presenta un perfil químico diferen-

ciado y complementario. Mientras la semilla y la cáscara destacan por su contenido en compuestos fenólicos con actividad antioxidante y antimicrobiana, la pulpa de descarte se posiciona como una fuente relevante de lípidos funcionales. Esta complementariedad refuerza la importancia de un enfoque integral de aprovechamiento, en concordancia con los principios de la economía circular y la química verde.

Tabla 1.
Compuestos bioactivos en subproductos de *Persea americana* y su aplicación dermo-cosmética

Subproducto	Compuesto bioactivo	Tipo	Actividad biológica	Aplicación dermo-cosmética	Referencia
Semilla	Catequinas	Polifenoles	Antioxidante	Antienvejecimiento	Do et al., 2022
Semilla	Taninos	Fenoles	Antimicrobiana	Antiacné	Nascimento et al., 2025a
Semilla	Ácido gálico	Ácido fenólico	Antioxidante	Protección celular	Olas, 2024
Cáscara	Quercetina	Flavonoides	Antiinflamatoria	Cosmética calmante	Olas, 2024
Cáscara	Carotenoides	Pigmentos	Antioxidante	Fotoprotección	Nascimento et al., 2025a
Pulpa	Ácido oleico	Ácido graso	Emoliente	Hidratación	Dreher & Davenport, 2013
Pulpa	Fitoesteroides	Lípidos	Regeneradora	Reparación cutánea	Nascimento et al., 2025b
Pulpa	Vitamina E	Antioxidante	Antienvejecimiento	Protección dérmica	Olas, 2024

Nota: elaboración propia con base en literatura científica reciente.

Bioactividad de los compuestos presentes en los subproductos de *Persea americana* Mill.

Los compuestos bioactivos presentes en los subproductos de *Persea americana* han sido ampliamente estudiados en los últimos años debido a su potencial en aplicaciones farmacológicas y dermocosméticas.

cas. Estos incluyen principalmente polifenoles, flavonoides, ácidos grasos y fitoesteroles, los cuales presentan diversas actividades biológicas de interés (Olas, 2024; Nascimento et al., 2025a).

La actividad antioxidante es una de las propiedades más relevantes, atribuida principalmente a los compuestos fenólicos presentes en la semilla y la cáscara. Estos compuestos son capaces de neutralizar radicales libres y reducir el estrés oxidativo, proceso directamente relacionado con el envejecimiento cutáneo (Do et al., 2022).

Asimismo, se ha reportado actividad antimicrobiana frente a microorganismos asociados a afecciones cutáneas como *Staphylococcus aureus* y *Cutibacterium acnes*, lo que respalda su aplicación en formulaciones antiacné (Charles et al., 2022).

Adicionalmente, se ha evidenciado actividad antiinflamatoria mediante la modulación de mediadores inflamatorios, lo que resulta relevante en el desarrollo de productos para pieles sensibles o irritadas (Nascimento et al., 2025b).

Por su parte, los lípidos presentes en la pulpa y el aceite de aguacate presentan actividad emoliente y regeneradora, favoreciendo la hidratación y la restauración de la barrera cutánea (Dreher & Davenport, 2013).

Aplicaciones dermocosméticas y valorización de los subproductos de *Persea americana* Mill.

El aprovechamiento de los subproductos de *Persea americana* bajo enfoques de economía circular y química verde ha permitido su incorporación en el desarrollo de productos dermocosméticos sostenibles (Geissdoerfer et al., 2017; Nascimento et al., 2025a).

Los extractos de semilla han demostrado potencial en formulaciones con actividad antioxidante, antimicrobiana y antiinflamatoria, siendo útiles en productos antiacné y antienvejecimiento (Do et al., 2022; Charles et al., 2022).

La cáscara, rica en compuestos fenólicos y carotenoides, puede emplearse como fuente de antioxidantes naturales y agentes protectores frente al daño oxidativo.

El aceite obtenido de la pulpa residual destaca por sus propiedades hidratantes, emolientes y regeneradoras, ampliamente utilizadas en cremas, sérums y productos para piel seca (Dreher & Davenport, 2013).

Desde la química verde, el uso de tecnologías como extracción con solventes verdes y ultrasonido permite obtener estos compuestos de manera sostenible (Chemat et al., 2012).



Figura 1. Esquema de valorización de subproductos de *Persea americana* Mill., bajo principios de economía circular y química verde
Nota: elaboración propia basada en Geissdoerfer et al. (2020) y Chemat et al. (2020).

Discusión de resultados

El análisis de la literatura científica evidencia que los subproductos de *Persea americana* Mill. representan una fuente relevante de

compuestos bioactivos con aplicaciones potenciales en el ámbito dermocosmético, lo cual coincide con tendencias actuales orientadas hacia la valorización de residuos agroindustriales en el marco de la economía circular (Geissdoerfer et al., 2017). La presencia de metabolitos secundarios como compuestos fenólicos, flavonoides y ácidos grasos ha sido ampliamente documentada, destacando su papel en la protección frente al estrés oxidativo y en la modulación de procesos biológicos relevantes para la salud cutánea.

En relación con la **semilla de aguacate**, los resultados revisados confirman que constituye una de las fracciones con mayor concentración de compuestos fenólicos, lo que coincide con estudios recientes que reportan una alta capacidad antioxidante en extractos obtenidos de este subproducto (Araújo et al., 2018). Esta característica sugiere su potencial aplicación en formulaciones dermocosméticas orientadas a la prevención del envejecimiento cutáneo. Asimismo, la actividad antimicrobiana observada frente a microorganismos patógenos respalda su posible uso en productos destinados al tratamiento del acné, en concordancia con investigaciones que destacan el papel de los compuestos fenólicos en la inhibición del crecimiento bacteriano.

En el caso de la **cáscara de *Persea americana***, la literatura indica que su contenido en compuestos antioxidantes y pigmentos naturales la convierte en un subproducto de interés para aplicaciones cosméticas. Diversos estudios han señalado que los extractos de cáscara presentan actividad antioxidante significativa, lo cual puede contribuir a la protección frente al daño celular inducido por radicales libres. Estos hallazgos coinciden con investigaciones que proponen el uso de residuos vegetales como fuentes de compuestos funcionales en formulaciones dermocosméticas sostenibles.

Por otro lado, la **pulpa de descarte y el aceite de aguacate** han demostrado poseer propiedades emolientes y regeneradoras asociadas a su contenido en ácidos grasos monoinsaturados, especialmente ácido oleico, así como en fitoesteroles y compuestos liposolubles (Dreher & Davenport, 2013). Estos resultados son consistentes con estudios que

destacan el uso del aceite de aguacate como ingrediente activo en productos hidratantes y reparadores de la piel, debido a su capacidad para mejorar la función de barrera cutánea y favorecer la regeneración tisular.

Desde una perspectiva integral, los resultados evidencian que los diferentes subproductos de *Persea americana* presentan perfiles químicos complementarios, lo que permite su aprovechamiento conjunto en el desarrollo de formulaciones dermocosméticas multifuncionales. Este enfoque coincide con los principios de la economía circular, que promueven el uso eficiente de los recursos y la reducción de residuos mediante su reintegración en cadenas de valor productivas.

Asimismo, la aplicación de principios de química verde en la obtención de compuestos bioactivos a partir de estos subproductos ha sido ampliamente discutida en la literatura reciente. El uso de solventes seguros, tecnologías limpias y procesos energéticamente eficientes no solo mejora la sostenibilidad de los procesos, sino que también favorece la calidad de los extractos obtenidos (Chemat et al., 2012). Estos enfoques resultan fundamentales para la transición hacia modelos de producción más sostenibles en la industria cosmética.

Un aspecto relevante que emerge de la literatura analizada es la necesidad de establecer correlaciones más robustas entre la composición fitoquímica de los subproductos y su eficacia en aplicaciones dermocosméticas específicas. Si bien numerosos estudios reportan actividades biológicas a nivel *in vitro*, aún existe una brecha significativa en la validación clínica de estos compuestos, lo cual limita su transferencia directa hacia el desarrollo de productos comerciales. En este sentido, la estandarización de extractos y la identificación de biomarcadores de actividad constituyen líneas prioritarias de investigación.

Sin embargo, a pesar del potencial identificado, existen limitaciones relacionadas con la variabilidad en la composición química de los subproductos, la falta de estandarización en los métodos de extracción y la necesidad de estudios clínicos que respalden su eficacia en formulaciones dermocosméticas. Muchos de los estudios disponibles

se han desarrollado a nivel *in vitro*, lo que evidencia la necesidad de avanzar hacia investigaciones aplicadas que permitan validar su uso en condiciones reales.

A partir de estos hallazgos, futuras investigaciones deberían orientarse hacia la optimización de procesos de extracción bajo principios de química verde, la caracterización más detallada de los compuestos bioactivos y la evaluación de su eficacia en formulaciones dermocosméticas mediante estudios clínicos. La integración de estos enfoques permitirá fortalecer la base científica para el desarrollo de productos innovadores y sostenibles a partir de subproductos de *Persea americana* Mill., promoviendo modelos de producción más sostenibles en la industria cosmética.

Conclusiones

El análisis de la literatura científica evidencia que los subproductos de *Persea americana* Mill., especialmente la semilla, la cáscara y la pulpa de descarte, constituyen una fuente relevante de compuestos bioactivos con potencial aplicación en el ámbito dermocosmético. La presencia de polifenoles, flavonoides, carotenoides y ácidos grasos permite asociar estos subproductos con propiedades antioxidantes, antimicrobianas, antiinflamatorias y regeneradoras, fundamentales para el desarrollo de formulaciones destinadas al cuidado de la piel (Olas, 2024; Nascimento et al., 2025a).

Los resultados revisados indican que la semilla de aguacate destaca por su elevado contenido en compuestos fenólicos y su notable actividad antioxidante y antimicrobiana, lo que respalda su potencial en formulaciones dirigidas al tratamiento de afecciones cutáneas como el acné y el envejecimiento prematuro (Do et al., 2022). Por su parte, la cáscara presenta compuestos con capacidad antioxidante que contribuyen a la protección frente al daño celular, mientras que la pulpa de descarte, a través del aceite recuperado, aporta lípidos funcionales con propiedades emolientes y regeneradoras de la piel (Dreher & Davenport, 2013; Nascimento et al., 2025b).

El aprovechamiento integral de estos subproductos bajo los principios de la economía circular permite reducir la generación de residuos agroindustriales y transformar materiales de descarte en ingredientes de alto valor agregado para la industria cosmética (Geissdoerfer et al., 2017). Asimismo, la aplicación de la química verde en los procesos de extracción contribuye a la obtención de compuestos bioactivos mediante metodologías más sostenibles, eficientes y seguras (Chemat et al., 2012).

A pesar del potencial identificado, aún persisten desafíos relacionados con la estandarización de procesos, la variabilidad en la composición química y la limitada evidencia clínica sobre su eficacia en formulaciones dermocosméticas. En este sentido, resulta necesario impulsar investigaciones orientadas a la validación experimental, incluyendo estudios in vivo y ensayos clínicos, que permitan consolidar su aplicación a nivel industrial (Olas, 2024; Nascimento et al., 2025a).

La valorización de los subproductos de *Persea americana* Mill. no solo representa una estrategia viable para la gestión sostenible de residuos agroindustriales, sino que también constituye una oportunidad concreta para la innovación en el desarrollo de productos dermocosméticos con alto valor agregado. La articulación entre investigación científica, desarrollo tecnológico y sostenibilidad será clave para consolidar su aplicación a escala industrial. En este contexto, estos hallazgos posicionan a dichos subproductos como una alternativa estratégica para el desarrollo de dermocosméticos sostenibles en el marco de la bioeconomía y la economía circular.

Referencias

- Anastas, P. T., & Zimmerman, J. B. (2022). The 12 principles of green engineering as a foundation for sustainability. *ACS Sustainable Chemistry & Engineering*, 10(1), 1–7.
- Araújo, R. G., Rodriguez-Jasso, R. M., Ruiz, H. A., Pintado, M. M. E., & Aguilar, C. N. (2018). Avocado by-products: Nutritional and functional properties. *Trends in Food Science & Technology*, 80, 51–60. <https://doi.org/10.1016/j.tifs.2018.07.027>
- Bramer, W. M., de Jonge, G. B., Rethlefsen, M. L., Mast, F., & Kleijnen, J. (2018). A systematic approach to searching: An efficient and complete method to develop literature searches. *Journal of the Medical Library Association*, 106(4), 531–541. <https://doi.org/10.5195/jmla.2018.283>
- Charles, D. J., Morales, P., & Gunther, G. (2022). Bioactive compounds from avocado waste and their dermocosmetic potential. *Journal of Cosmetic Dermatology*, 21(9), 4120–4130.
- Chemat, F., Vian, M. A., & Cravotto, G. (2012). Green extraction of natural products: Concept and principles. *International Journal of Molecular Sciences*, 13(7), 8615–8627. <https://doi.org/10.3390/ijms13078615>
- Do, Q. D., Angkawijaya, A. E., Tran-Nguyen, P. L., Huynh, L. H., Soetaredjo, F. E., Ismadji, S., et al. (2022). Effect of extraction solvent on total phenol content and antioxidant activity of avocado seed extracts. *Journal of Food and Drug Analysis*, 30(1), 111–121.
- Dreher, M. L., & Davenport, A. J. (2013). Hass avocado composition and potential health effects. *Critical Reviews in Food Science and Nutrition*, 53(7), 738–750. <https://doi.org/10.1080/10408398.2011.556759>
- Geissdoerfer, M., Savaget, P., Bocken, N. M. P., & Hultink, E. J. (2017). The circular economy: A new sustainability paradigm? *Journal of Cleaner Production*, 143, 757–768. <https://doi.org/10.1016/j.jclepro.2016.12.048>

- Mongeon, P., & Paul-Hus, A. (2016). The journal coverage of Web of Science and Scopus: A comparative analysis. *Scientometrics*, 106(1), 213–228. <https://doi.org/10.1007/s11192-015-1765-5>
- Nascimento, K. A., Silva, E. O., Carvalho, A., et al. (2025a). Sustainable valorization of avocado by-products: Bioactive compounds and industrial applications. *Journal of Agriculture and Food Research*, 18.
- Nascimento, K. A., Silva, E. O., Carvalho, A., et al. (2025b). Green extraction approaches applied to avocado residues for cosmetic applications. *Journal of Cleaner Production*, 420.
- Olas, B. (2024). Biological properties of avocado (*Persea americana*) and its components: A review. *Food and Chemical Toxicology*, 178. <https://doi.org/10.1016/j.fct.2023.113840>
- Ouzzani, M., Hammady, H., Fedorowicz, Z., & Elmagarmid, A. (2016). Rayyan—A web and mobile app for systematic reviews. *Systematic Reviews*, 5. <https://doi.org/10.1186/s13643-016-0384-4>
- Page, M. J., McKenzie, J. E., Bossuyt, P. M., et al. (2021). The PRISMA 2020 statement: An updated guideline for reporting systematic reviews. *BMJ*, 372. <https://doi.org/10.1136/bmj.n71>

Carmen Isolina Ayala Jara

Universidad Nacional de Trujillo | Trujillo | Perú

<https://orcid.org/0000-0002-4926-6497>

cayala@unitru.edu.pe

ayalajaracarmen@gmail.com

Doctora en Farmacia y Bioquímica e investigadora de la Universidad Nacional de Trujillo (Perú). Su trabajo se centra en la valorización de recursos naturales y subproductos agroindustriales, con énfasis en compuestos bioactivos, química verde y desarrollo de productos farmacéuticos, nutraceuticos y cosméticos sostenibles.

Pedro Marcelo Alva Plasencia

Universidad Nacional de Trujillo | Trujillo | Perú

<https://orcid.org/0000-0002-0009-7143>

palva@unitru.edu.pe

pmap2007@hotmail.com

Doctor en Farmacia y Bioquímica y Magíster por la Universidad de Chile. Investigador en Tecnología Farmacéutica y Biofarmacia de la UNT. Trayectoria estudios en bioequivalencia in vitro, validación de métodos analíticos y optimización de procesos farmacotécnicos.

Lennin Roswell Rodríguez Saavedra

Universidad Nacional de Trujillo | Trujillo | Perú

<https://orcid.org/0000-0001-8377-6434>

lrodriguezsa@unitru.edu.pe

lerodriguezsaa@gmail.com

Químico Farmacéutico (UNT) y Magíster en Docencia e Investigación (UNMSM), actualmente doctorando en Ciencias Farmacéuticas en la Universidad de Chile como becario ANID. Posee una amplia trayectoria en docencia universitaria, industria y gestión sanitaria bajo estándares BPM, BPA y BPL. Se desempeña como Docente a Tiempo Completo en el Departamento de Bioquímica de la Universidad Nacional de Trujillo.

Olga Elizabeth Caballero Aquino

Universidad Nacional de Trujillo | Trujillo | Perú

<https://orcid.org/0000-0003-4770-8113>

ocaballero@unitru.edu.pe

oecla1416@gmail.com

Docente investigadora de la Facultad de Farmacia y Bioquímica de la Universidad Nacional de Trujillo, asesora de estudios e investigaciones en el área de las ciencias farmacéuticas en pregrado y posgrado, con Maestría en Farmacia Clínica y Doctorado en Farmacia y Bioquímica.

Luis Fabrizzio Seclén Ayala

Universidad Nacional de Trujillo | Trujillo | Perú

<https://orcid.org/0000-0002-1766-1548>

lseclena@unitru.edu.pe

Ingeniero Industrial por la Universidad Nacional de Trujillo (Perú), con experiencia en gestión estratégica, análisis de datos y mejora de procesos organizacionales. Ha participado en proyectos vinculados a granos andinos (quina y tarwi), transferencia tecnológica y gestión de información mediante herramientas como Excel, VBA y Power BI. Interesado en innovación, optimización de procesos y desarrollo tecnológico.

Circular economy and green chemistry in the valorization of Persea americana Mill. by-products: Composition, valorization, and applications in dermocosmetics

Abstract

Persea americana Mill. (avocado) is a crop of high agro-industrial relevance worldwide, whose production generates large volumes of by-products, mainly seeds, peels, and discarded pulp, which are often underutilized. These materials contain a wide range of bioactive compounds, including polyphenols, flavonoids, carotenoids, fatty acids, and phytosterols, with potential applications across different productive sectors. Within the current sustainability framework, the principles of circular economy and green chemistry provide integrated approaches for the valorization of these agro-industrial residues, promoting their transformation into raw materials for the development of value-added products. This chapter aims to analyze the chemical composition of *Persea americana* by-products and to explore their potential for utilization through sustainable strategies, as well as to describe their possible applications in the dermocosmetic field. To this end, a structured review of scientific literature indexed in recognized databases was conducted, prioritizing recent and relevant studies focused on the characterization of bioactive compounds and their use in innovative formulations. In addition, processing alternatives and extraction techniques aligned with green chemistry principles are addressed, aiming to enhance the efficient recovery of these compounds while reducing the environmental impact associated with their utilization.

Keywords: *Persea americana*; circular economy; green chemistry; bioactive compounds; cosmeceuticals

Economia circular e química verde no aproveitamento de subprodutos de Persea americana Mill.: Composição, valorização e aplicações em dermocosméticos

Resumo

Persea americana Mill. (abacate) é uma cultura de elevada relevância agroindustrial em nível mundial, cuja produção gera grandes volumes de subprodutos, principalmente sementes, cascas e polpa de descarte, que em muitos casos não são adequadamente aproveitados. Esses materiais contêm uma diversidade de compostos bioativos, tais como polifenóis, flavonoides, carotenoides, ácidos graxos e fitoesteróis, que apresentam propriedades de interesse para aplicação em diversos setores produtivos. No contexto atual de sustentabilidade, os princípios da economia circular e da química verde oferecem abordagens integrais voltadas à valorização desses resíduos agroindustriais, promovendo sua transformação em matérias-primas para o desenvolvimento de produtos com valor agregado. O presente capítulo tem como propósito analisar a composição química dos subprodutos de *Persea americana* Mill e explorar seu potencial de aproveitamento por meio de estratégias sustentáveis, bem como descrever suas possíveis aplicações no âmbito dermocosmético. Para tanto, realiza-se uma revisão da literatura científica indexada em bases de dados reconhecidas, priorizando estudos recentes e relevantes acerca da caracterização de compostos bioativos e seu uso em formulações inovadoras. Ademais, abordam-se alternativas de processamento e técnicas de extração alinhadas aos princípios da química verde, orientadas para a recuperação eficiente desses compostos e para a redução do impacto ambiental associado ao seu aproveitamento.

Palavras-chave: *Persea americana*; Economia circular; Química verde; Compostos bioativos; Cosméticos

Capítulo 3

Aprender salud desde el pasado: el potencial pedagógico de la historia de las epidemias en la alfabetización sanitaria escolar

*Humberto Andrés Álvarez Sepúlveda, Claudine Glenda
Benoit Ríos*

Álvarez Sepúlveda, H. A., & Benoit Ríos, C. G. (2026). Aprender salud desde el pasado: el potencial pedagógico de la historia de las epidemias en la alfabetización sanitaria escolar. En G. Barreno, (Coord). *Saberes en ejercicio. Desarrollos transdisciplinarios en salud desde territorios latinoamericanos (Volumen II)*. (pp. 56-70). Religación Press. <http://doi.org/10.46652/religacionpress.432.c935>



03

Aprender salud desde el pasado: el potencial pedagógico de la historia de las epidemias en la alfabetización sanitaria escolar

Resumen

Este capítulo analiza el potencial pedagógico de la historia de las epidemias para fortalecer la alfabetización sanitaria en el contexto escolar. El análisis se basa en una revisión de alcance de literatura especializada, desarrollada desde un enfoque cualitativo e interpretativo, inscrito en un paradigma humanista-crítico y un diseño narrativo de tópico. Para ello, se estructura en tres ejes: las epidemias como fenómenos históricos y sociales, el aporte del pensamiento histórico para entender las crisis sanitarias y el potencial educativo del estudio de las epidemias en la formación de una alfabetización sanitaria crítica. Se sostiene que el análisis histórico de las epidemias permite comprender las relaciones entre salud, sociedad y cultura, al tiempo que favorece el desarrollo de habilidades críticas para interpretar información sanitaria. En conclusión, la historia de las epidemias se presenta como un recurso pedagógico relevante para formar ciudadanos informados y socialmente responsables frente a los desafíos sanitarios actuales.

Palabras clave: Historia de las epidemias; Alfabetización sanitaria; Pensamiento histórico; Educación histórica; Salud pública.

Introducción

Las epidemias han acompañado a las sociedades humanas a lo largo de la historia, dejando profundas huellas demográficas, sociales, culturales y políticas. Desde la peste negra que afectó a Europa en el siglo XIV hasta las pandemias recientes como la COVID-19, las crisis sanitarias han evidenciado la vulnerabilidad de las poblaciones frente a las enfermedades infecciosas y la forma en que las sociedades organizan respuestas colectivas frente al riesgo, la incertidumbre y el sufrimiento humano. En este sentido, el estudio histórico de las epidemias contribuye a comprender que los fenómenos sanitarios no son únicamente procesos biológicos, sino también fenómenos sociales profundamente vinculados con las condiciones económicas, culturales y políticas de cada época (Rosenberg, 2009; Snowden, 2019; Agostoni et al., 2022).

En las dos últimas décadas, el concepto de alfabetización sanitaria ha adquirido creciente relevancia en el ámbito educativo y en las políticas de salud pública. La alfabetización sanitaria se refiere a la capacidad de las personas para acceder, comprender y utilizar información relacionada con la salud con el fin de tomar decisiones informadas sobre su bienestar y el de su comunidad (Kickbusch, 2001; Nutbeam, 2008; Caballero, 2022). No obstante, el desarrollo de estas competencias depende de conocimientos biomédicos y de la comprensión crítica de los factores históricos y sociales que influyen en la propagación de enfermedades y en las respuestas colectivas frente a las crisis sanitarias.

En este contexto, la enseñanza de la historia puede contribuir de manera significativa a la formación de una alfabetización sanitaria crítica. El análisis histórico de las epidemias permite examinar cómo distintas sociedades han interpretado la enfermedad, qué medidas de prevención y control se han implementado y cuáles han sido las consecuencias sociales y culturales de dichas crisis. Asimismo, el estudio histórico de las epidemias favorece el desarrollo de competencias de pensamiento histórico —como el análisis de evidencias, la contextualización temporal y la comprensión de la causalidad histórica— que

ayudan a interpretar los fenómenos sanitarios dentro de procesos históricos más amplios (Wineburg, 2001; Seixas y Morton, 2013; Garriga et al., 2023; Álvarez, 2023).

A partir de estas consideraciones, surge la siguiente pregunta que orienta el presente ensayo: ¿de qué manera el estudio histórico de las epidemias puede contribuir al desarrollo de una alfabetización sanitaria crítica en el contexto escolar? Con el fin de abordar esta interrogante, el ensayo aborda tres dimensiones complementarias: el carácter histórico y social de las epidemias, el aporte del pensamiento histórico para comprender las crisis sanitarias y el potencial pedagógico de la historia de las epidemias para fortalecer la alfabetización sanitaria en la educación escolar.

Metodológicamente, este capítulo se desarrolla a partir de una revisión analítica de literatura proveniente de los campos de la historia de la medicina, la historia social de las epidemias, la educación en salud y la didáctica de la historia. Para ello, se examinaron investigaciones académicas disponibles en bases de datos como Scopus, Scielo y Google Académico, junto con obras especializadas en historia de las epidemias, salud pública y alfabetización sanitaria. El análisis se orientó a identificar los principales aportes teóricos sobre las epidemias como fenómenos históricos y sociales que tienen potencial pedagógico para fortalecer la comprensión de los problemas de salud en contextos educativos.

El estudio se inscribe en un enfoque cualitativo-interpretativo y adopta un diseño narrativo de tópico, sustentado en un paradigma humanista y crítico que privilegia la comprensión histórica y contextualizada de los fenómenos sanitarios. Este andamiaje metodológico permitió articular los aportes de la historia social de la enfermedad con las perspectivas recientes sobre pensamiento histórico y alfabetización sanitaria, con el propósito de analizar cómo el estudio de las epidemias puede contribuir al desarrollo de competencias críticas en los estudiantes. De este modo, el capítulo pone en diálogo la historia de las epidemias con los desafíos educativos actuales vinculados a la

formación de ciudadanos capaces de interpretar información sanitaria de manera informada, reflexiva y socialmente responsable.

Epidemias como fenómenos históricos y sociales

A lo largo de la historia, las epidemias han sido interpretadas de maneras diversas según los marcos culturales, religiosos y científicos predominantes en cada época. Durante la Edad Media, por ejemplo, las enfermedades epidémicas eran explicadas a partir de interpretaciones religiosas o morales, vinculándolas con castigos divinos o desequilibrios espirituales. Con el desarrollo de la medicina moderna y el avance de la microbiología en los siglos XIX y XX, estas explicaciones comenzaron a transformarse progresivamente, permitiendo comprender el papel de los microorganismos en la propagación de enfermedades infecciosas y sentando las bases de la medicina científica actual (Porter, 1998; Rosenberg, 2009; Caballero, 2022). Este cambio en las explicaciones médicas refleja avances en el conocimiento científico y profundas transformaciones en la forma en que las sociedades comprenden la relación entre salud, enfermedad y entorno social.

El estudio histórico de las epidemias también evidencia que los brotes de enfermedades no se desarrollan de manera aislada, sino que se encuentran estrechamente vinculados con las condiciones sociales, económicas y ambientales de cada contexto histórico. Factores como la densidad poblacional, las condiciones sanitarias urbanas, la movilidad de las poblaciones, las redes comerciales y las desigualdades sociales han influido significativamente en la propagación de enfermedades. En este sentido, las epidemias deben entenderse como fenómenos complejos que combinan dinámicas biológicas con procesos sociales, culturales y políticos que condicionan tanto su expansión como las respuestas institucionales frente a ellas (Snowden, 2019).

Del mismo modo, las crisis sanitarias han tenido profundas repercusiones en la organización de las sociedades, operando históricamente como catalizadores de transformación institucional y normati-

va. A lo largo del tiempo, diversas epidemias han impulsado cambios significativos en las políticas de salud pública, en la regulación de las condiciones sanitarias y en la creación de organismos especializados en la prevención y control de enfermedades. Un ejemplo paradigmático es el impacto de las epidemias de cólera en Europa durante el siglo XIX, que motivaron la implementación de sistemas de alcantarillado moderno y normativas de higiene urbana en ciudades como Londres y París, transformando de manera estructural la relación entre salud, urbanismo y gestión estatal. De forma similar, la pandemia de influenza de 1918 contribuyó al fortalecimiento de mecanismos de vigilancia epidemiológica y a la consolidación de instituciones sanitarias a nivel nacional e internacional. Más recientemente, la pandemia de COVID-19 evidenció la centralidad de los sistemas de salud pública, impulsando el desarrollo acelerado de vacunas, la expansión de capacidades hospitalarias y la adopción de tecnologías de monitoreo sanitario.

En este escenario, el desarrollo de sistemas de vigilancia epidemiológica, la implementación de campañas de vacunación y la regulación de medidas de higiene urbana constituyen expresiones concretas de cómo las epidemias han contribuido a fortalecer las estructuras sanitarias de los Estados modernos. De hecho, el surgimiento de instituciones de salud pública modernas estuvo estrechamente vinculado con la necesidad de controlar enfermedades infecciosas en contextos urbanos en expansión durante los siglos XIX y XX (Rosen, 2015).

Desde esta perspectiva, el análisis histórico de las epidemias constata que las respuestas frente a las crisis sanitarias no dependen únicamente del conocimiento científico disponible en cada momento histórico. Las decisiones políticas, las condiciones económicas, las creencias culturales y las relaciones de poder también influyen en la forma en que las sociedades interpretan las enfermedades y organizan estrategias para enfrentarlas. Comprender esta dimensión histórica resulta fundamental para analizar las crisis sanitarias recientes dentro de un marco interpretativo más amplio, que permita reconocer tanto las continuidades como las transformaciones en las respuestas sociales frente a las epidemias.

Pensamiento histórico y comprensión de las crisis sanitarias

El pensamiento histórico constituye una herramienta fundamental para comprender fenómenos complejos como las epidemias, ya que permite analizar los acontecimientos del pasado considerando sus múltiples causas, contextos y consecuencias. Según Wineburg (2001) y Álvarez (2023), el razonamiento histórico implica procesos cognitivos específicos que incluyen el análisis crítico de evidencias, la contextualización de los acontecimientos y la evaluación de diferentes interpretaciones sobre un mismo proceso histórico. Estas competencias propician la superación de visiones simplificadas del pasado e incentivan una comprensión más profunda de los fenómenos históricos. En el caso de las epidemias, el pensamiento histórico resulta especialmente relevante porque facilita el análisis de los factores sociales, políticos y culturales que han influido en la aparición, propagación y gestión de las crisis sanitarias a lo largo del tiempo (Álvarez, 2025; Álvarez y Carrasco, 2025).

En el ámbito de la didáctica de la historia, Seixas y Morton (2013), han propuesto un conjunto de conceptos de segundo orden que ayudan a desarrollar una comprensión disciplinar del pasado. Entre estos conceptos se encuentran la evidencia histórica, la causalidad, el cambio y la continuidad, la significancia histórica y la perspectiva histórica. Estos marcos conceptuales incentivan a los estudiantes a analizar los procesos históricos de manera crítica y contextualizada. Aplicados al estudio de las epidemias, estos conceptos facilitan la comprensión de cómo determinadas condiciones sociales —como la urbanización acelerada, las desigualdades económicas o los sistemas de transporte— han favorecido la propagación de enfermedades en distintos momentos históricos. Asimismo, permiten analizar cómo las respuestas institucionales frente a las crisis sanitarias han evolucionado con el tiempo, desde interpretaciones religiosas o morales hasta enfoques basados en la medicina científica y la salud pública.

El análisis histórico también promueve la identificación de patrones recurrentes en las respuestas sociales frente a las epidemias. Tradicionalmente, las crisis sanitarias han generado fenómenos como el miedo colectivo, la búsqueda de culpables, la estigmatización de ciertos grupos sociales o la difusión de rumores y desinformación. Estos fenómenos han sido documentados en diversos episodios históricos, desde las reacciones sociales frente a la peste negra en la Europa medieval hasta las respuestas públicas frente a epidemias más recientes como el VIH/SIDA o la COVID-19 (Rosenberg, 2009; Snowden, 2019; Agostoni et al., 2022). Examinar estos procesos históricos permite analizar críticamente situaciones similares que emergen en contextos actuales, favoreciendo una interpretación más reflexiva de los comportamientos sociales frente a las crisis sanitarias.

Bajo esta lógica, siguiendo a Álvarez y Carrasco (2025), el pensamiento histórico contribuye a comprender el pasado y posibilita desarrollar habilidades interpretativas para analizar el presente. La capacidad de contextualizar las crisis sanitarias dentro de procesos históricos más amplios facilita la identificación de continuidades y cambios en las respuestas sociales frente a las enfermedades. Así, el análisis histórico se convierte en un recurso intelectual clave para comprender la complejidad de los desafíos sanitarios recientes y para promover una interpretación fundamentada de las políticas y discursos relacionados con la salud pública.

Historia de las epidemias y alfabetización sanitaria en la escuela

La incorporación del estudio histórico de las epidemias en el currículo escolar puede contribuir significativamente al desarrollo de la alfabetización sanitaria en los estudiantes. Analizar crisis sanitarias del pasado ayuda a visualizar cómo distintas sociedades han interpretado las enfermedades, qué medidas de prevención y control han sido implementadas y de qué manera las instituciones públicas han respondido respecto a situaciones de riesgo colectivo. Desde esta mirada, la

historia provee un marco hermenéutico que posibilita entender la evolución de las políticas de salud pública, los cambios en el conocimiento médico y las transformaciones sociales derivadas de las epidemias a lo largo del tiempo (Rosen, 2015; Snowden, 2019; Basile, 2022; Garriga et al., 2023).

En este escenario, la alfabetización sanitaria no se limita a la adquisición de conocimientos básicos sobre salud o prevención de enfermedades. Según Nutbeam (2008) y Basile (2022), este concepto implica también el desarrollo de habilidades cognitivas y sociales que permiten a las personas acceder, comprender, evaluar y utilizar información científica para tomar decisiones informadas sobre su bienestar. De este modo, la alfabetización sanitaria incluye capacidades críticas como la interpretación de fuentes de información, la evaluación de evidencias científicas y la comprensión de los factores sociales que influyen en la salud. En esta línea, el enfoque histórico puede complementar la educación sanitaria tradicional al proporcionar marcos interpretativos que permitan comprender las enfermedades dentro de procesos sociales, culturales y políticos más amplios.

Adicionalmente, el estudio histórico de las epidemias permite desarrollar competencias cívicas vinculadas con la responsabilidad colectiva frente a los problemas de salud pública. Las crisis sanitarias han demostrado que las decisiones individuales —como el cumplimiento de medidas de prevención, el acceso a campañas de vacunación o el respeto de normas sanitarias— tienen repercusiones directas en el bienestar de la comunidad. Por tanto, comprender cómo las sociedades han enfrentado epidemias en distintos momentos históricos permite reconocer la importancia de la cooperación social, la confianza en las instituciones y la solidaridad colectiva para enfrentar situaciones de emergencia sanitaria (Rosenberg, 2009; Agostoni et al., 2022).

Por último, siguiendo a Garriga et al. (2023), el análisis histórico de las epidemias también ayuda a reflexionar sobre las tensiones sociales que suelen surgir en contextos de crisis sanitaria. Fenómenos como la circulación de rumores, la estigmatización de determinados grupos

sociales o las disputas políticas en torno a las medidas sanitarias han estado presentes en numerosas epidemias a lo largo de la historia. Analizar estos procesos en el aula posibilita desarrollar una comprensión crítica de la relación entre ciencia, política y sociedad, favoreciendo la formación de estudiantes capaces de evaluar de manera informada los discursos públicos sobre salud.

Conclusión

El análisis histórico de las epidemias ofrece un marco de referencia valioso para comprender las complejas relaciones entre salud, sociedad y cultura a lo largo del tiempo. Más allá de constituir únicamente episodios médicos o biológicos, las epidemias han sido procesos históricos que han transformado profundamente las estructuras sociales, las políticas públicas, las instituciones sanitarias y las formas en que las sociedades interpretan la enfermedad y el riesgo colectivo. Analizar estos procesos desde una perspectiva histórica permite reconocer que las crisis sanitarias forman parte de dinámicas sociales más amplias, en las que intervienen factores científicos, económicos, políticos y culturales que condicionan tanto la propagación de las enfermedades como las respuestas colectivas frente a ellas.

Desde una perspectiva educativa, la historia de las epidemias constituye una herramienta pedagógica particularmente relevante para desarrollar competencias de pensamiento histórico y fortalecer la alfabetización sanitaria en el aula. El análisis de crisis sanitarias del pasado ayuda a comprender que las enfermedades se desarrollan dentro de contextos históricos específicos caracterizados por determinadas condiciones sociales, sistemas de conocimiento y marcos institucionales. Este entendimiento posibilita una interpretación más compleja de los fenómenos sanitarios y permite a los estudiantes reconocer las continuidades y transformaciones en las respuestas sociales frente a las epidemias.

Asimismo, el estudio histórico de las epidemias contribuye a desarrollar habilidades críticas necesarias para interpretar la información relacionada con la salud en las sociedades actuales. En un con-

99
CAPÍTULO 3

texto marcado por la circulación acelerada de información científica, mediática y digital, la capacidad de analizar evidencias, contextualizar acontecimientos y examinar la complejidad de los procesos sociales resulta fundamental para la formación de ciudadanos informados. En este escenario, el pensamiento histórico ofrece herramientas intelectuales que contribuyen a evaluar discursos públicos sobre salud, comprender la evolución de las políticas sanitarias y reconocer la importancia de la cooperación social en la gestión de crisis sanitarias. Por tanto, integrar la historia de las epidemias en la enseñanza escolar no solo enriquece la comprensión histórica de los estudiantes, sino que también contribuye a desarrollar una alfabetización sanitaria crítica orientada a la toma de decisiones informadas y responsables.

A partir de los elementos analizados en este ensayo, se abren diversas líneas de investigación que permiten profundizar en la relación entre educación histórica y alfabetización sanitaria. En primer lugar, resulta pertinente desarrollar estudios empíricos que examinen cómo la incorporación del análisis histórico de epidemias en el currículo escolar influye en la comprensión de los estudiantes sobre fenómenos sanitarios contemporáneos y en su capacidad para interpretar información científica relacionada con la salud. Asimismo, futuras investigaciones podrían explorar el potencial de estrategias didácticas específicas —como el análisis de fuentes históricas, el estudio de casos de pandemias o el uso de narrativas históricas— para incentivar una alfabetización sanitaria crítica en distintos niveles educativos. Finalmente, sería relevante avanzar en estudios comparativos que analicen cómo diferentes sistemas educativos integran contenidos relacionados con la historia de la medicina, las epidemias y la salud pública en la enseñanza escolar. Estas líneas de investigación permitirían fortalecer el diálogo entre la didáctica de la historia, la educación en salud y los estudios sociales de la medicina, contribuyendo a diseñar propuestas educativas que favorezcan una comprensión más crítica, informada y socialmente responsable de los retos sanitarios recientes.

Referencias

- Agostoni, C., Ramacciotti, K., & Lopes, G. (2022). Historia en tiempos pandémicos: Covid-19 en Latinoamérica. *História, Ciências, Saúde-Manguinhos*, 29(2), 563-579. <https://doi.org/10.1590/S0104-59702022000200015>
- Álvarez, H. (2023). El laboratorio histórico como estrategia de indagación para desarrollar el pensamiento histórico en la formación del profesorado de Historia. *Interciencia*, 48(5), 245-251.
- Álvarez, H. (2025). La historia reciente como espejo formativo: Evaluación de la conciencia histórica en la formación docente. *Interciencia*, 50(8), 441-449.
- Álvarez, H., & Carrasco, A. (2025). Evaluación del pensamiento histórico en futuros profesores de Historia. *Revista Notas Históricas y Geográficas*, (35), 174-200. <https://doi.org/10.58210/nhyg675>
- Basile, G. (2022). Hacia una salud desde el Sur: Epistemología decolonial y de soberanía sanitaria. *Social Medicine*, 15(2), 65-72.
- Caballero, M. (2022). Salud en emergencia: Historia de las batallas contra las epidemias y la COVID-19. Taurus.
- Garriga, M., Pappier, V., Cuesta, V., Linare, C., & Rocha, M. (2023). Para qué enseñar historia en tiempos de emergencia sanitaria y virtualización de la educación. *Reseñas de Enseñanza de la Historia*, (22), 138-153.
- Kickbusch, I. (2001). Health literacy: Addressing the health and education divide. *Health Promotion International*, 16(3), 289-297. <https://doi.org/10.1093/heapro/16.3.289>
- Nutbeam, D. (2008). The evolving concept of health literacy. *Social Science & Medicine*, 67(12), 2072-2078. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2008.09.050>
- Porter, R. (1998). *The greatest benefit to mankind: A medical history of humanity*. W. W. Norton.

Rosen, G. (2015). *A history of public health*. Johns Hopkins University Press.

Rosenberg, C. E. (2009). *The cholera years: The United States in 1832, 1849, and 1866*. University of Chicago Press.

Seixas, P., & Morton, T. (2013). *The big six historical thinking concepts*. Nelson Education.

Snowden, F. (2019). *Epidemics and society: From the Black Death to the present*. Yale University Press.

Wineburg, S. (2001). *Historical thinking and other unnatural acts: Charting the future of teaching the past*. Temple University Press.

Humberto Andrés Álvarez Sepúlveda

Universidad Católica de la Santísima Concepción | Concepción | Chile

<https://orcid.org/0000-0001-5729-3404>

halvarez@ucsc.cl

humalvarezsep@gmail.com

Académico de la Universidad Católica de la Santísima Concepción (Chile). Doctor en Sociedad y Cultura por la Universidad de Barcelona (España). Autor de diversos capítulos de libros y artículos sobre educación histórica publicados en revistas científicas indexadas a Vos, Scopus y Scielo.

Claudine Glenda Benoit Ríos

Universidad Católica de la Santísima Concepción | Concepción | Chile

<https://orcid.org/0000-0002-1791-2212>

cbenoit@ucsc.cl

claudbenoit@gmail.com

Académica del Departamento de Didáctica de la Universidad Católica de la Santísima Concepción, Concepción (Chile). Doctora en Lingüística, por la Universidad de Concepción. Investigadora en didáctica de la comprensión y producción del lenguaje, y estrategias colaborativas durante el procesamiento.

Learning About Health From the Past: The Pedagogical Potential of the History of Epidemics in School Health Literacy

Abstract

This chapter analyzes the pedagogical potential of the history of epidemics for strengthening health literacy in the school context. The analysis is based on a scoping review of specialized literature, developed from a qualitative and interpretive approach, framed within a humanistic-critical paradigm and a narrative design. It is structured around three main themes: epidemics as historical and social phenomena, the contribution of historical thinking to understanding health crises, and the educational potential of studying epidemics in fostering critical health literacy. The chapter argues that the historical analysis of epidemics allows for an understanding of the relationships between health, society, and culture, while also promoting the development of critical skills for interpreting health information. In conclusion, the history of epidemics is presented as a relevant pedagogical resource for educating informed and socially responsible citizens in the face of current health challenges.

Keywords: History of epidemics; Health literacy; Historical thinking; Historical education; Public health.

Aprender saúde a partir do passado: O potencial pedagógico da história das epidemias no letramento sanitário escolar

Resumo

Este capítulo analisa o potencial pedagógico da história das epidemias para fortalecer o letramento sanitário no contexto escolar. A análise baseia-se em uma revisão de escopo da literatura especializada, desenvolvida a partir de uma abordagem qualitativa e interpretativa, inscrita em um paradigma humanista-crítico e em um desenho narrativo de tópico. Para tanto, estrutura-se em três eixos: as epidemias como fenômenos históricos e sociais, a contribuição do pensamento histórico para a compreensão das crises sanitárias

70
CAPÍTULO 3

e o potencial educativo do estudo das epidemias na formação de um letramento sanitário crítico. Sustenta-se que a análise histórica das epidemias permite compreender as relações entre saúde, sociedade e cultura, ao mesmo tempo que favorece o desenvolvimento de habilidades críticas para interpretar informações sanitárias. Em conclusão, a história das epidemias apresenta-se como um recurso pedagógico relevante para formar cidadãos informados e socialmente responsáveis diante dos desafios sanitários atuais.

Palavras-chave: História das epidemias; Letramento sanitário; Pensamento histórico; Educação histórica; Saúde pública.

Capítulo 4

Protección financiera y financiamiento sanitario en América Latina: lecciones comparadas de ocho sistemas de salud (2000–2023)

*Ronald Jonathan Cañarte Siguencia, Carlos Luis García
Arguello, Rafael Antonio Vera Villamar, María Fernanda
Benavides Figueroa*

Cañarte Siguencia, R. J., García Arguello, C. L., Vera Villamar, R. A., & Benavides Figueroa, M. F. (2026). Protección financiera y financiamiento sanitario en América Latina: lecciones comparadas de ocho sistemas de salud (2000–2023). En G. Barreno, (Coord). *Saberes en ejercicio. Desarrollos transdisciplinarios en salud desde territorios latinoamericanos (Volumen II)*, (pp. 72-92). Religación Press. <http://doi.org/10.46652/religacionpress.432.c936>



04

Protección financiera y financiamiento sanitario en América Latina: lecciones comparadas de ocho sistemas de salud (2000–2023)

Resumen

El gasto de bolsillo en salud constituye uno de los principales indicadores de protección financiera de los sistemas sanitarios y representa una fuente potencial de gasto catastrófico para los hogares. Este capítulo analiza la relación entre el financiamiento público en salud y el gasto de bolsillo en ocho países de América Latina: Argentina, Brasil, Chile, Colombia, Ecuador, México, Perú y Uruguay. Se realizó un estudio observacional, descriptivo y comparativo de carácter ecológico, utilizando indicadores agregados nacionales correspondientes al período 2000–2023. Se examinaron variables relacionadas con el gasto público en salud, incluyendo su participación en el producto interno bruto, el gasto público per cápita ajustado por paridad de poder adquisitivo y la prioridad fiscal otorgada al sector salud. Los resultados evidencian una importante heterogeneidad regional y muestran que los países con mayores niveles de financiamiento público tienden a presentar menores proporciones de gasto de bolsillo. No obstante, la relación observada no es completamente lineal, lo que sugiere la influencia de factores institucionales y organizativos propios de cada sistema sanitario. Se concluye que el incremento del gasto público constituye una condición necesaria para fortalecer la protección financiera de la población, aunque su efectividad depende también de la estructura y el funcionamiento de los sistemas de salud. Los hallazgos aportan evidencia relevante para el diseño de políticas orientadas a avanzar hacia una cobertura universal más equitativa y sostenible en América Latina.

Palabras clave: Gasto de bolsillo; financiamiento de la salud; protección financiera; sistemas de salud; América Latina.

Introducción

La protección financiera constituye uno de los pilares fundamentales de los sistemas de salud contemporáneos y un componente central del avance hacia la cobertura universal de salud. Desde esta perspectiva, un sistema sanitario no solo debe garantizar el acceso oportuno a servicios de calidad, sino también evitar que los hogares enfrenten dificultades económicas derivadas de la necesidad de financiar su atención médica mediante pagos directos. Cuando una proporción significativa del gasto sanitario es asumida directamente por las familias, aumenta el riesgo de empobrecimiento, endeudamiento y exclusión del acceso a servicios esenciales de salud (World Health Organization & World Bank, 2021; Xu et al., 2007; Wagstaff et al., 2018).

En América Latina, la protección financiera continúa siendo un desafío relevante. A pesar de los avances registrados durante las últimas décadas en materia de aseguramiento, expansión de cobertura y fortalecimiento institucional de los sistemas de salud, persisten importantes diferencias entre países respecto a la magnitud del gasto de bolsillo que deben asumir los hogares. Estas diferencias reflejan no solo desigualdades en los niveles de financiamiento público, sino también la heterogeneidad de los modelos de organización sanitaria, los mecanismos de aseguramiento y las capacidades estatales para garantizar una cobertura efectiva de la población (Gilardino et al., 2022; Titelman et al., 2015).

El gasto de bolsillo representa una de las formas más regresivas de financiamiento sanitario, debido a que su carga relativa suele ser mayor para los grupos de menores ingresos. Diversos estudios han señalado que altos niveles de pagos directos pueden generar gastos catastróficos y constituir una barrera para el acceso oportuno a servicios de salud, especialmente en contextos caracterizados por desigualdades socioeconómicas persistentes (McIntyre et al., 2006; Xu et al., 2007; Amaya-Lara, 2016; Wagstaff et al., 2018).

En consecuencia, la reducción de la dependencia de este tipo de financiamiento se ha convertido en un objetivo prioritario para los

organismos internacionales y para las políticas públicas orientadas a fortalecer la equidad sanitaria. La evidencia internacional sugiere que una mayor participación del gasto público en salud suele asociarse con menores niveles de gasto de bolsillo. En términos generales, los sistemas de salud que cuentan con mecanismos sólidos de financiamiento público y de aseguramiento colectivo tienden a ofrecer una mayor protección financiera a la población. Sin embargo, la magnitud de esta relación no es uniforme entre países, ya que intervienen factores institucionales, económicos y organizacionales que pueden modificar los efectos del financiamiento público sobre los resultados observados en materia de protección financiera (Kutzin, 2012; Reeves et al., 2015; McIntyre & Kutzin, 2016; Wagstaff & Neelsen, 2020).

En América Latina, la discusión sobre el financiamiento sanitario adquiere una relevancia particular debido a la coexistencia de sistemas de salud fragmentados, distintos niveles de desarrollo económico y diversas estrategias de cobertura implementadas durante las últimas décadas. Algunos países han logrado consolidar esquemas de financiamiento con una importante participación estatal, mientras que otros continúan dependiendo en mayor medida de contribuciones privadas y pagos directos de los usuarios. Esta diversidad convierte a la región en un escenario especialmente adecuado para analizar cómo las diferencias en el esfuerzo fiscal destinado a la salud pueden relacionarse con la carga financiera que enfrentan los hogares (Savedoff et al., 2012; Titelman et al., 2015; Gilardino et al., 2022).

A pesar de la disponibilidad de bases de datos internacionales comparables, aún existe la necesidad de profundizar el análisis regional mediante estudios que examinen de forma conjunta diferentes dimensiones del financiamiento público en salud y su asociación con el gasto de bolsillo. La comparación sistemática entre países permite identificar patrones comunes, excepciones relevantes y posibles lecciones para el diseño de políticas orientadas a fortalecer la protección financiera de la población (OECD & World Bank, 2020, 2023; World Bank, 2024; World Health Organization, 2024).

En este contexto, el presente capítulo tiene como objetivo analizar la evolución del gasto de bolsillo y su relación con el financiamiento público en salud en ocho países de América Latina: Argentina, Brasil, Chile, Colombia, Ecuador, México, Perú y Uruguay, durante el período 2000 a 2023. A partir de indicadores internacionales estandarizados, se examinan las diferencias observadas entre los países, se identifican patrones comparados de protección financiera y se discuten sus implicaciones para las políticas de financiamiento sanitario, así como las lecciones que pueden derivarse para el fortalecimiento de sistemas de salud más equitativos, sostenibles y orientados hacia la cobertura universal.

Metodología

El presente estudio desarrolla un análisis comparativo de carácter ecológico basado en indicadores agregados a nivel nacional, con el propósito de examinar la relación entre el financiamiento público en salud y el gasto de bolsillo de los hogares en ocho países de América Latina: Argentina, Brasil, Chile, Colombia, Ecuador, México, Perú y Uruguay. La investigación adopta una perspectiva regional y utiliza información correspondiente al período de 2000 a 2023, lo que permite identificar patrones de comportamiento de largo plazo en los sistemas de financiamiento sanitario de los países seleccionados.

El enfoque ecológico resulta apropiado para este tipo de análisis debido a que el interés principal se centra en la comparación entre sistemas nacionales de salud y no en el estudio de individuos o hogares específicos. En consecuencia, la unidad de análisis corresponde a cada país considerado en la investigación.

La información utilizada proviene de bases de datos internacionales reconocidas y ampliamente empleadas en estudios comparativos sobre financiamiento sanitario. Los indicadores fueron obtenidos de la *Global Health Expenditure Database* de la Organización Mundial de la Salud (World Health Organization, 2024) y de los *World Development Indicators* del Banco Mundial (World Bank, 2024), fuentes que garan-

tizan la comparabilidad metodológica entre países y la consistencia temporal de los datos.

La utilización de estas bases permite disponer de indicadores armonizados internacionalmente, lo que facilita la evaluación de tendencias regionales y la comparación entre distintos modelos de financiamiento sanitario presentes en América Latina. El análisis se estructuró a partir de un conjunto de indicadores destinados a representar diferentes dimensiones del financiamiento público en salud y de la protección financiera de los hogares, dimensiones consideradas fundamentales en la literatura sobre cobertura universal de salud (Kutzin, 2012; McIntyre & Kutzin, 2016).

Como variable de resultado se consideró el gasto de bolsillo en salud expresado como porcentaje del gasto corriente total en salud. Este indicador refleja la proporción del financiamiento sanitario que es cubierta directamente por los hogares mediante pagos realizados al momento de utilizar los servicios de salud.

Para evaluar el esfuerzo público en salud se analizaron tres indicadores complementarios:

- Gasto público interno en salud como porcentaje del producto interno bruto (PIB).
- Gasto público interno en salud per cápita, expresado en dólares internacionales ajustados por paridad de poder adquisitivo.
- Gasto público en salud como porcentaje del gasto total del gobierno general.

La utilización conjunta de estos indicadores permite examinar tanto la magnitud absoluta de los recursos destinados a la salud como la prioridad fiscal otorgada al sector dentro de las finanzas públicas de cada país (McIntyre & Kutzin, 2016).

Inicialmente se calcularon los valores promedio de cada indicador para el período 2000–2023 en los ocho países seleccionados. Posteriormente se realizó una comparación descriptiva de los niveles de gasto público en salud y gasto de bolsillo observados en cada caso nacional. Con el fin de explorar la posible asociación entre las variables, se analizaron los patrones comparativos entre países, identificando si mayores niveles de financiamiento público tendían a coincidir con menores niveles de gasto de bolsillo. La interpretación de los resultados se realizó a la luz de la literatura internacional sobre cobertura universal de salud, protección financiera y financiamiento sanitario (Kutzin, 2012; McIntyre & Kutzin, 2016; Savedoff et al., 2012).

Dado el carácter descriptivo y ecológico del estudio, los hallazgos deben interpretarse como asociaciones observadas a nivel agregado y no como evidencia de relaciones causales entre las variables analizadas. No obstante, el enfoque comparativo permite generar evidencia relevante para comprender las diferencias existentes entre los sistemas de salud latinoamericanos y para orientar futuras investigaciones sobre los determinantes de la protección financiera en la región.

La selección de países respondió al criterio de disponibilidad y consistencia de la información para todo el período de estudio. Asimismo, los países incluidos representan una diversidad de modelos de organización y financiamiento sanitario presentes en América Latina, lo que permite contrastar experiencias nacionales con distintos niveles de inversión pública y protección financiera. Esta heterogeneidad enriquece el análisis comparativo y favorece la identificación de diferentes patrones de desempeño en materia de protección financiera.

Finalmente, el estudio se desarrolló a partir de información secundaria de acceso público, agregada y anonimizada, por lo que no requirió la utilización de datos individuales ni la aplicación de procedimientos relacionados con consentimiento informado o aprobación por comités de ética en investigación.

Resultados

Evolución del gasto de bolsillo en salud en América Latina

En el período 2000–2023, los ocho países analizados presentaron trayectorias heterogéneas en la evolución del gasto de bolsillo en salud. Aunque la tendencia regional evidencia avances en la ampliación de la cobertura sanitaria y en el fortalecimiento del financiamiento público, persisten diferencias significativas en la proporción de gasto asumida directamente por los hogares.

Los resultados muestran que Uruguay y Colombia registraron los niveles promedio más bajos de gasto de bolsillo como porcentaje del gasto corriente en salud, mientras que Ecuador y México presentaron valores relativamente más elevados. Estas diferencias reflejan la diversidad de modelos de aseguramiento, mecanismos de protección financiera y niveles de inversión pública existentes en la región.

Tabla 1.
Indicadores promedio de gasto de bolsillo en salud en ocho países de América Latina, 2000–2023.

País	Gasto de bolsillo (% del gasto corriente en salud)
Argentina	28.09
Brasil	31.30
Chile	38.12
Colombia	16.10
Ecuador	45.71
México	47.87
Perú	36.08
Uruguay	20.54

Nota: elaboración propia a partir de datos de la Organización Mundial de la Salud (OMS) y el Banco Mundial. Promedios del período 2000–2023.

La comparación evidencia que una menor participación del gasto directo de los hogares suele asociarse con sistemas de salud que cuentan con mayores niveles de financiamiento público y mecanismos de cobertura más amplios.

Financiamiento público en salud y esfuerzo fiscal gubernamental

El análisis del financiamiento público revela importantes diferencias entre los países estudiados tanto en términos del gasto gubernamental en salud como porcentaje del producto interno bruto como en la proporción del presupuesto público destinada al sector sanitario.

Los países que destinaron una mayor proporción de recursos públicos al sistema de salud tendieron a exhibir mejores indicadores de protección financiera para la población. Sin embargo, la magnitud de esta relación varió según las características institucionales y organizativas de cada sistema sanitario.

Tabla 2.
Indicadores de financiamiento público en salud en ocho países de América Latina, 2000–2023.

País	Gasto del gobierno general en salud (% del PIB)	Gasto nacional en salud del gobierno general per cápita, PPA (dólares internacionales corrientes)	Gasto del gobierno general en salud (% del gasto total del gobierno general)
Argentina	5.67	1122.20	16.97
Brasil	3.89	554.46	9.30
Chile	3.82	814.62	15.62
Colombia	5.26	659.35	17.25
Ecuador	3.45	381.54	9.67
México	2.72	476.34	11.04
Perú	2.96	323.09	13.88

País	Gasto del gobierno general en salud (% del PIB)	Gasto nacional en salud del gobierno general per cápita, PPA (dólares internacionales corrientes)	Gasto del gobierno general en salud (% del gasto total del gobierno general)
Uruguay	5,38	1132.04	18.82

Nota: elaboración propia a partir de datos de la Organización Mundial de la Salud (OMS) y el Banco Mundial. Promedios del período 2000–2023.

Los resultados sugieren que el incremento del gasto público constituye un elemento relevante para reducir la dependencia de los pagos directos, aunque no garantiza por sí mismo una disminución uniforme del gasto de bolsillo.

Relación entre gasto público y gasto de bolsillo

La comparación entre los indicadores de financiamiento público y gasto de bolsillo muestra una asociación inversa general: los países con mayores niveles de inversión pública suelen registrar menores porcentajes de gasto directo de los hogares.

No obstante, dicha relación presenta excepciones que evidencian la influencia de factores adicionales. Algunos países con niveles intermedios de gasto público mantienen cargas financieras relativamente elevadas para las familias, mientras que otros logran mejores resultados con niveles similares de inversión.

Estos hallazgos indican que la protección financiera depende no solo del volumen de recursos disponibles, sino también de la eficiencia en su asignación, la cobertura efectiva de prestaciones y la capacidad regulatoria de los sistemas de salud.

Diferencias estructurales entre países

Las disparidades observadas permiten identificar distintos patrones de financiamiento y protección financiera dentro de la región. Uruguay y Colombia presentan estructuras que limitan relativamente la participación del gasto directo de los hogares, mientras que Ecuador, México y Perú continúan mostrando mayores niveles de dependencia de pagos privados.

Estas diferencias reflejan la coexistencia de modelos sanitarios con distintos grados de fragmentación, segmentación y cobertura poblacional, aspectos que influyen de manera directa en la capacidad de los sistemas para absorber los costos de atención.

La evidencia comparativa sugiere que la reducción sostenida del gasto de bolsillo requiere no solo mayores recursos públicos, sino también reformas institucionales orientadas a mejorar la equidad en el acceso y la protección financiera.

Síntesis de los hallazgos

En conjunto, los resultados muestran una tendencia general según la cual los países con mayores niveles de financiamiento público presentan menores cargas económicas directas para los hogares. No obstante, la relación observada no es estrictamente lineal, lo que sugiere que el desempeño de los sistemas de salud depende también de factores institucionales, organizativos, regulatorios y de gobernanza. En este sentido, la evidencia obtenida indica que el incremento del gasto público constituye una condición necesaria para avanzar hacia una mayor protección financiera, aunque por sí solo no garantiza la eliminación de las brechas existentes entre los países analizados. Los patrones diferenciados identificados reflejan la complejidad de los procesos de financiamiento sanitario y la importancia de considerar múltiples dimensiones para comprender los resultados alcanzados en materia de

protección financiera. A continuación, estos hallazgos se interpretan a la luz de la literatura internacional sobre financiamiento sanitario y cobertura universal de salud.

Discusión

El financiamiento público como mecanismo de protección financiera

Los resultados obtenidos muestran que los países con mayores niveles de financiamiento público en salud tendieron a registrar menores proporciones de gasto de bolsillo, lo que respalda la hipótesis de que la inversión estatal constituye un componente fundamental para la protección financiera de los hogares. Esta tendencia fue particularmente evidente en Colombia y Uruguay, cuyos indicadores de gasto público como porcentaje del PIB y prioridad fiscal para el sector salud se asociaron con los menores niveles de gasto directo de los hogares. Los datos analizados sugieren que una mayor participación del financiamiento público permite reducir la dependencia de pagos individuales en el momento de utilizar los servicios de salud, disminuyendo así el riesgo de gasto catastrófico y empobrecimiento asociado a la enfermedad (McIntyre et al., 2006; Xu et al., 2007; Wagstaff et al., 2018).

Desde una perspectiva regional, estos resultados coinciden con los planteamientos de la Organización Mundial de la Salud respecto a que los sistemas de salud financiados predominantemente mediante mecanismos colectivos presentan mejores niveles de protección financiera que aquellos que dependen en mayor medida de pagos directos (Kutzin, 2012; World Health Organization & World Bank, 2021; Wagstaff & Neelsen, 2020).

La importancia de la prioridad fiscal en salud

Más allá del volumen absoluto de recursos destinados al sector sanitario, el análisis evidencia la relevancia de la prioridad presu-

puestaria otorgada a la salud dentro del gasto público total. Uruguay, Colombia y Argentina destinaron una mayor proporción de su presupuesto gubernamental al financiamiento sanitario, mientras que Brasil y Ecuador mostraron una menor prioridad fiscal relativa. Este hallazgo sugiere que las decisiones de política fiscal desempeñan un papel central en la configuración de los niveles de protección financiera. Países con capacidades económicas similares pueden obtener resultados diferentes dependiendo de la importancia estratégica que otorguen a la salud dentro de sus agendas gubernamentales. En este sentido, la protección financiera no depende exclusivamente del crecimiento económico, sino también de las decisiones políticas relacionadas con la asignación de recursos públicos (Reeves et al., 2015; Savedoff et al., 2012; McIntyre & Kutzin, 2016).

Las limitaciones de una explicación basada únicamente en el gasto

Uno de los hallazgos más relevantes del estudio es que la relación entre gasto público y gasto de bolsillo no resulta completamente lineal. Aunque la tendencia general muestra una asociación inversa entre ambas variables, algunos países presentan comportamientos que no pueden explicarse exclusivamente por el volumen de recursos invertidos. El caso de Chile resulta particularmente ilustrativo. A pesar de registrar uno de los niveles más elevados de gasto público per cápita de la muestra, mantiene proporciones relativamente altas de gasto de bolsillo tanto en términos relativos como absolutos (OECD & World Bank, 2023).

Esta situación pone de manifiesto que la protección financiera depende también de factores estructurales relacionados con la organización de los sistemas de salud. Aspectos como la segmentación institucional, la coexistencia de subsistemas públicos y privados, los mecanismos de aseguramiento, los esquemas de copago y la cobertura efectiva de prestaciones pueden modificar sustancialmente el impacto

que tiene el gasto público sobre los hogares (Gilardino et al., 2022; Titelman et al., 2015; Savedoff et al., 2012).

En consecuencia, incrementar el financiamiento público constituye una condición necesaria, pero no suficiente, para reducir el gasto de bolsillo de manera sostenida.

Modelos de financiamiento y heterogeneidad regional

Las diferencias observadas entre los países analizados reflejan la diversidad de modelos de financiamiento sanitario existentes en América Latina. Mientras algunos sistemas han avanzado hacia esquemas de aseguramiento más integrados y solidarios, otros mantienen altos niveles de fragmentación institucional y segmentación de la cobertura (Titelman et al., 2015; Gilardino et al., 2022).

Los países con menores niveles de gasto de bolsillo suelen combinar una mayor inversión pública con mecanismos relativamente consolidados de protección financiera. Por el contrario, aquellos que registran mayores niveles de gasto directo de los hogares presentan con frecuencia sistemas más dependientes del financiamiento privado o con coberturas insuficientes para garantizar acceso efectivo a servicios y medicamentos (McIntyre & Kutzin, 2016; Wagstaff & Neelsen, 2020).

La evidencia comparativa indica que las reformas orientadas exclusivamente a incrementar recursos financieros pueden generar resultados limitados si no van acompañadas de transformaciones institucionales que mejoren la eficiencia, la equidad y la capacidad redistributiva de los sistemas de salud (Kutzin, 2012; Reeves et al., 2015; Savedoff et al., 2012).

Implicaciones para las políticas públicas en América Latina

Los hallazgos del estudio adquieren especial relevancia en el contexto actual de los debates sobre cobertura universal de salud y

98
CAPÍTULO 4

sostenibilidad fiscal en la región. Los países que aún presentan elevados niveles de gasto de bolsillo, como México y Ecuador, enfrentan el desafío de fortalecer simultáneamente el financiamiento público y los mecanismos de aseguramiento que permitan reducir la exposición financiera de los hogares (García-Díaz et al., 2023; World Health Organization & World Bank, 2021).

Asimismo, los resultados sugieren que las estrategias de reforma deben orientarse no solo a aumentar los recursos disponibles, sino también a mejorar su capacidad de traducirse en cobertura efectiva, acceso oportuno y disminución de barreras económicas para la población (McIntyre et al., 2006; Xu et al., 2007; Wagstaff et al., 2018).

Desde esta perspectiva, la protección financiera debe entenderse como el resultado de una combinación entre esfuerzo fiscal, diseño institucional y capacidad de gestión del sistema sanitario (McIntyre & Kutzin, 2016; Kutzin, 2012).

Aportes y desafíos para futuras investigaciones

El presente estudio aporta evidencia comparativa sobre una de las principales preocupaciones de los sistemas de salud latinoamericanos: la persistencia del gasto de bolsillo como fuente de financiamiento de la atención sanitaria. Los resultados obtenidos contribuyen a comprender la relación existente entre el financiamiento público y la protección financiera de los hogares, mostrando patrones diferenciados entre los países analizados.

No obstante, los hallazgos deben interpretarse considerando algunas limitaciones metodológicas. El estudio utiliza información agregada a nivel país, por lo que no permite identificar desigualdades subnacionales ni diferencias entre grupos socioeconómicos. Asimismo, el diseño descriptivo y comparativo empleado no permite establecer relaciones causales directas entre el financiamiento público y los niveles de gasto de bolsillo observados.

En este contexto, los resultados también muestran la necesidad de avanzar hacia investigaciones que incorporen variables institucionales, análisis longitudinales y modelos econométricos capaces de identificar relaciones causales entre financiamiento público y protección financiera (Amaya-Lara, 2016; García-Díaz et al., 2023; Wagstaff et al., 2018).

Futuros estudios podrían explorar el efecto de reformas específicas, los niveles de cobertura de aseguramiento, la estructura de copagos y el papel del sector privado en la determinación del gasto de bolsillo, con el fin de comprender mejor los mecanismos que explican las diferencias observadas entre países (Gilardino et al., 2022; Savedoff et al., 2012; Titelman et al., 2015).

Conclusiones

Durante el periodo de 2020 a 2023, el análisis comparativo realizado en ocho países de América Latina permitió identificar una asociación consistente entre el financiamiento público en salud y los niveles de gasto de bolsillo de los hogares. En términos generales, los países que destinaron mayores recursos públicos al sector sanitario, tanto en relación con el producto interno bruto como en términos per cápita, tendieron a registrar menores proporciones de pagos directos efectuados por la población para acceder a servicios de salud.

Los resultados obtenidos respaldan la importancia del gasto público como instrumento de protección financiera y como mecanismo para reducir las barreras económicas de acceso a la atención sanitaria. Sin embargo, la evidencia también demuestra que el incremento del financiamiento estatal no garantiza por sí mismo una disminución automática del gasto de bolsillo. La existencia de países con elevados niveles de inversión pública que mantienen proporciones significativas de pagos directos pone de manifiesto la influencia de factores institucionales y organizacionales en el desempeño de los sistemas de salud.

Las diferencias observadas entre los países analizados sugieren que la protección financiera depende de una combinación de elementos que incluyen la magnitud del financiamiento público, la prioridad

fiscal otorgada al sector salud, los mecanismos de aseguramiento, la cobertura efectiva de prestaciones y el grado de fragmentación de los sistemas sanitarios. En consecuencia, las políticas orientadas a reducir el gasto de bolsillo deben considerar simultáneamente el fortalecimiento de la inversión pública y la implementación de reformas institucionales que favorezcan una mayor equidad en el acceso a los servicios.

Desde una perspectiva regional, los hallazgos confirman que el gasto de bolsillo continúa representando una fuente importante de financiamiento sanitario en América Latina, a pesar de los avances registrados durante las últimas décadas. Esta situación constituye un desafío para los países que buscan avanzar hacia la cobertura universal de salud y garantizar una protección financiera efectiva frente a los riesgos asociados a la enfermedad.

Asimismo, el estudio pone de relieve la necesidad de fortalecer los sistemas de información y de promover evaluaciones comparativas que permitan comprender mejor los mecanismos mediante los cuales las políticas de financiamiento impactan sobre la carga económica que enfrentan los hogares. La generación de evidencia regional resulta fundamental para orientar decisiones de política pública basadas en criterios de eficiencia, equidad y sostenibilidad.

Finalmente, se concluye que incrementar el gasto público en salud constituye una condición necesaria para reducir el gasto de bolsillo, pero no una condición suficiente. La efectividad de dicha inversión depende de la capacidad de los sistemas de salud para transformar los recursos disponibles en acceso oportuno, cobertura efectiva y protección financiera para toda la población. En este sentido, el fortalecimiento del financiamiento público debe concebirse como parte de una estrategia integral orientada a consolidar sistemas de salud más equitativos, resilientes y centrados en las necesidades de las personas.

Referencias

- Amaya-Lara, J. L. (2016). Catastrophic expenditure due to out-of-pocket health payments in Colombian households. *International Journal for Equity in Health*, 15. <https://doi.org/10.1186/s12939-016-0472-z>
- García-Díaz, R., Sosa-Rubí, S. G., Lozano, R., & Serván-Mori, E. (2023). Equity in out-of-pocket health expenditure after health system reform in Mexico. *Journal of Global Health*, 13. <https://doi.org/10.7189/jogh.13.04134>
- Gilardino, R. E., Valanzasca, P., & Rifkin, S. B. (2022). Has Latin America achieved universal health coverage yet? Lessons from four countries. *Archives of Public Health*, 80(1). <https://doi.org/10.1186/s13690-022-00793-7>
- Kutzin, J. (2012). Anything goes on the path to universal health coverage? No. *Bulletin of the World Health Organization*, 90, 867–868. <https://doi.org/10.2471/BLT.12.113654>
- McIntyre, D., & Kutzin, J. (2016). *Health financing country diagnostic: A foundation for national strategy development* (Health Financing Guidance No. 1). World Health Organization.
- McIntyre, D., Thiede, M., Dahlgren, G., & Whitehead, M. (2006). What are the economic consequences for households of illness and of paying for health care in low- and middle-income country settings? *Social Science & Medicine*, 62(4), 858–865. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2005.07.001>
- OECD, & World Bank. (2020). *Health at a glance: Latin America and the Caribbean 2020*. OECD Publishing.
- OECD, & World Bank. (2023). *Health at a glance: Latin America and the Caribbean 2023*. OECD Publishing.

- Reeves, A., Gourtsoyannis, Y., Basu, S., McCoy, D., McKee, M., & Stuckler, D. (2015). Financing universal health coverage—Effects of alternative tax structures on public health systems: Cross-national modelling in 89 low-income and middle-income countries. *The Lancet*, 386(9990), 274–280. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(15\)60574-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(15)60574-8)
- Savedoff, W. D., de Ferranti, D., Smith, A. L., & Fan, V. (2012). Political and economic aspects of the transition to universal health coverage. *The Lancet*, 380(9845), 924–932. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(12\)61083-6](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(12)61083-6)
- Titelman, D., Cetrángolo, O., & Acosta, O. L. (2015). Universal health coverage in Latin American countries: How to improve solidarity-based schemes. *The Lancet*, 385(9975), 1359–1363. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(14\)61780-3](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(14)61780-3)
- Wagstaff, A., Flores, G., Hsu, J., Smitz, M. F., Chepynoga, K., Buisman, L. R., et al. (2018). Progress on catastrophic health spending in 133 countries: A retrospective observational study. *The Lancet Global Health*, 6(2), e169–e179. [https://doi.org/10.1016/S2214-109X\(17\)30429-1](https://doi.org/10.1016/S2214-109X(17)30429-1)
- Wagstaff, A., & Neelsen, S. (2020). A comprehensive assessment of universal health coverage in 111 countries: A retrospective observational study. *The Lancet Global Health*, 8(1), 39–49. [https://doi.org/10.1016/S2214-109X\(19\)30463-2](https://doi.org/10.1016/S2214-109X(19)30463-2)
- World Bank. (2024). *World Development Indicators: Health financing*. <https://n9.cl/uu8o>
- World Health Organization. (2024). *Global Health Expenditure Database*. <https://apps.who.int/nha/database>
- World Health Organization, & World Bank. (2021). *Global monitoring report on financial protection in health 2021*. World Bank.
- Xu, K., Evans, D. B., Carrin, G., Aguilar-Rivera, A. M., Musgrove, P., & Evans, T. (2007). Protecting households from catastrophic health spending. *Health Affairs*, 26(4), 972–983. <https://doi.org/10.1377/hlthaff.26.4.972>

Ronald Jonathan Cañarte Siguencia

Instituto Ecuatoriano de Seguridad Social | Guayaquil | Ecuador

<https://orcid.org/0000-0002-4501-1614>

ronald.canarte@iess.gob.ec

rjcs191987@gmail.com

Soy Médico, Magíster en Salud Pública, Especialista en Gerencia Hospitalaria y Administración de Hospitales.

Carlos Luis García Arguello

Ministerio de Salud Pública | Guayaquil | Ecuador

<https://orcid.org/0009-0000-7764-593X>

carlos.garcia@hgms.gob.ec

Ingeniero Comercial, Magíster en Administración Pública

Rafael Antonio Vera Villamar

Universidad Católica de Santiago de Guayaquil | Guayaquil | Ecuador

<https://orcid.org/0000-0002-8974-5863>

rafael.vera01@cu.ucsg.edu.ec

drrafaelvera32@gmail.com

Soy Médico, Magíster en Gerencia Hospitalaria, Magíster en Gestión Hospitalaria.

María Fernanda Benavides Figueroa

Centro de Salud Policarpa E.S.E | Policarpa | Colombia

<https://orcid.org/0009-0003-4438-2995>

medfernandabenavides@gmail.com

Soy Médico, Especialista en Gerencia Hospitalaria y Administración de Hospitales.

Financial Protection and Health Financing in Latin America: Comparative Lessons from Eight Health Systems (2000–2023)

Abstract

Out-of-pocket health expenditure constitutes one of the main indicators of financial protection in health systems and represents a potential source of catastrophic expenditure for households. This chapter analyzes the relationship between public health financing and out-of-pocket expenditure in eight Latin American countries: Argentina, Brazil, Chile, Colombia, Ecuador, Mexico, Peru, and Uruguay. An observational, descriptive, and comparative study of an ecological nature was conducted, using national aggregate indicators corresponding to the period 2000–2023. Variables related to public health spending were examined, including its share of gross domestic product, public spending per capita adjusted for purchasing power parity, and the fiscal priority granted to the health sector. The results reveal significant regional heterogeneity and show that countries with higher levels of public financing tend to have lower proportions of out-of-pocket expenditure. However, the observed relationship is not completely linear, suggesting the influence of institutional and organizational factors specific to each health system. It is concluded that increasing public spending constitutes a necessary condition for strengthening the financial protection of the population, although its effectiveness also depends on the structure and functioning of health systems. The findings provide

relevant evidence for the design of policies aimed at advancing toward more equitable and sustainable universal health coverage in Latin America.

Keywords: Out-of-pocket expenditure; health financing; financial protection; health systems; Latin America.

Proteção financeira e financiamento da saúde na América Latina: lições comparadas de oito sistemas de saúde (2000–2023)

Resumo

O gasto direto do bolso com saúde constitui um dos principais indicadores de proteção financeira dos sistemas de saúde e representa uma potencial fonte de gasto catastrófico para as famílias. Este capítulo analisa a relação entre o financiamento público em saúde e o gasto direto do bolso em oito países da América Latina: Argentina, Brasil, Chile, Colômbia, Equador, México, Peru e Uruguai. Foi realizado um estudo observacional, descritivo e comparativo de caráter ecológico, utilizando indicadores agregados nacionais correspondentes ao período 2000–2023. Foram examinadas variáveis relacionadas ao gasto público em saúde, incluindo sua participação no produto interno bruto, o gasto público per capita ajustado pela paridade do poder de compra e a prioridade fiscal concedida ao setor saúde. Os resultados evidenciam uma importante heterogeneidade regional e mostram que os países com maiores níveis de financiamento público tendem a apresentar menores proporções de gasto direto do bolso. No entanto, a relação observada não é completamente linear, o que sugere a influência de fatores institucionais e organizacionais próprios de cada sistema de saúde. Conclui-se que o aumento do gasto público constitui uma condição necessária para fortalecer a proteção financeira da população, embora sua efetividade dependa também da estrutura e do funcionamento dos sistemas de saúde. Os achados fornecem evidências relevantes para o desenho de políticas orientadas a avançar em direção a uma cobertura universal mais equitativa e sustentável na América Latina.

Palavras-chave: Gasto direto do bolso; financiamento da saúde; proteção financeira; sistemas de saúde; América Latina.

Capítulo 5

Prácticas y significados cotidianos de los estilos de vida saludables en estudiantes universitarios: un estudio cualitativo

Jimmy Nelson Paricahua Peralta, Alhi Jordan Herrera Osorio, Libertad Velasquez Giersch, Kandy Karol Urbina Vizcarra

Paricahua Peralta, J. N., Herrera Osorio, A. J., Velasquez Giersch, L., & Urbina Vizcarra, K. K. (2026). Prácticas y significados cotidianos de los estilos de vida saludables en estudiantes universitarios: un estudio cualitativo. En G. Barreno, (Coord), *Saberes en ejercicio, Desarrollos transdisciplinarios en salud desde territorios latinoamericanos (Volumen II)*, (pp. 94-116). Religación Press. <http://doi.org/10.46652/religacionpress.432.c937>



05

Prácticas y significados cotidianos de los estilos de vida saludables en estudiantes universitarios: un estudio cualitativo

Resumen

La investigación estuvo centralizada en los estilos de vida de los alumnos en educación superior, que son un elemento crucial para su bienestar, además de afectar su desempeño académico y sus perspectivas laborales futuras. Asimismo, los estudiantes tienden a desarrollar rutinas poco sanas lo que tiene un efecto adverso en su salud general. Analizar la percepción estudiantil acerca de los estilos de vida saludables y perjudiciales, identificando sus prácticas cotidianas, problemas de riesgo y consecuencias percibidas. Se realizó una investigación cualitativa, de enfoque descriptivo e interpretativo, bajo un diseño fenomenológico. Se aplicó una guía de entrevista semiestructuradas a estudiantes mujeres y hombres de una universidad pública, organizando las respuestas en categorías temáticas vinculadas a la concepción de vida saludable, acciones beneficiosas, prácticas desfavorecedoras y problemas asociados. El análisis se realizó mediante codificación de las respuestas, así como la triangulación de fuentes. Los estudiantes tienen una concepción clara de estilo de vida saludable. Entre las prácticas favorecedoras identifican el ejercicio, la buena alimentación y el sueño reparador; mientras que los hábitos perjudiciales más frecuentes son el consumo de comida chatarra, bebidas alcohólicas, falta de sueño y sedentarismo, pudiendo desencadenar enfermedades, asimismo, las condiciones académicas generan la adopción de hábitos perjudiciales. Los hallazgos muestran que los universitarios poseen claridad conceptual respecto a los estilos de vida saludables, pero enfrentan dificultades para sostenerlos. Se recomienda implementar programas universitarios de promoción de la salud a fin de consolidar hábitos saludables en una etapa crucial del desarrollo.

Palabras clave: Salud estudiantil; rutina académica; hábito saludable; hábito perjudicial; rendimiento académico.

Introducción

La noción de estilo de vida ha cambiado a lo largo del tiempo, transitando de ser visto solo como un conjunto de hábitos conductuales repetidos en las personas (Sánchez & Luna, 2015) a ser comprendido como un constructo multidimensional que incluye formas de actuar, valores, actitudes y circunstancias sociales que impactan la salud (Calpa et al., 2019; Lara et al., 2019). Desde este ángulo, los estilos de vida pueden funcionar como elementos protectores o, en contraposición, como elementos de riesgo que predisponen al desarrollo de enfermedades crónicas no transmisibles y a un empeoramiento de la calidad de vida (Vila et al., 2021; Benavides et al., 2022).

En el contexto universitario, se ha mencionado con frecuencia que los estudiantes suelen exhibir estilos de vida perjudiciales, marcados por una dieta inadecuada, inactividad física, ingesta de alcohol, además de una mala gestión del estrés. Por ejemplo, Cervantes et al. (2020), hallaron que el 46,4% de los universitarios analizados mantenía un estilo de vida poco saludable; Espinoza & Vanegas (2020), mencionaron que el 60% mostraba un estilo de vida inadecuado, mientras que Montenegro & Ruíz (2020), detectaron que el 81% de los estudiantes tenía hábitos no saludables. Resultados parecidos fueron encontrados por Palomino et al. (2021), quienes descubrieron que el 85,9% de los estudiantes poseía un estilo de vida moderadamente saludable.

La esfera física como mental tienden a ser la más perjudicadas, con escasos niveles de actividad física y hábitos alimenticios inapropiados. Cedillo et al. (2017), indicaron que el 40% de los estudiantes universitarios no practica actividad física y que el 20% muestra problemas en el uso de sustancias como tabaco o drogas. De igual forma, Mogollón et al. (2020), notaron que el 81,2% mostraba escaso cuidado en los hábitos de ejercicio, mientras que Solera & Gamero (2019), descubrieron que el 30% tenía hábitos nutricionales inadecuados. Estas conductas suelen agravarse debido a la presión académica, el estrés y la desorganización del tiempo, aspectos propios de la etapa universitaria (Canova et al., 2018).

Además, otros estudios resaltan restricciones en el ámbito social, educativo y familiar de los estudiantes. Serna et al. (2022), hallaron que el 23,2% indicó algún tipo de disfunción familiar, mientras que Charry & Cabrera (2021), mencionaron que el 41% expresó no pasar tiempo con amigos ni familiares. En el ámbito académico, Callejas (2016), descubrió que el 75% de los estudiantes no mantenía un estudio regular, lo que restringe el balance entre las obligaciones educativas y la adquisición de hábitos saludables. Estos antecedentes indican que el estilo de vida en la universidad debe ser evaluado desde una óptica sistemática, que incluya aspectos físicos, sociales, éticos y familiares. En este contexto, la cuestión es que, a pesar de los numerosos estudios llevados a cabo en diferentes entornos, los hábitos de vida de los estudiantes universitarios siguen destacándose por la existencia de comportamientos poco saludables que impactan su bienestar físico, mental y social. Además, en la gran parte de las situaciones, estas conductas se establecen en la juventud y suelen persistir en la adultez, ocasionando peligros duraderos para la salud pública. En la ciudad de Puerto Maldonado dentro de la Amazonía peruana, es donde los elementos socioculturales, económicos y ambientales afectan en las costumbres de los estudiantes, por tanto, el asunto toma importancia que merece ser analizada.

La razón de este estudio se basa en la necesidad de entender la manera en que los universitarios perciben y llevan un cabo de vida saludable en el contexto universitario. La información producida permitió comprender las fortalezas y debilidades en los hábitos diarios de esta población en específico, así como la necesidad de la implementación de programas en la institución de promoción de la salud relacionadas con las necesidades físicas, sociales, académicas y familiares de los estudiantes. Asimismo, puesto que los estudiantes de la carrera profesional de educación van a interactuar en la comunidad existe la necesidad de aprendan a fomentar hábitos saludables para permitir que la sociedad mejore.

En este contexto, la vida en la universidad representa un entorno específico donde los estudiantes lidian con diversas exigencias académicas

micas, sociales y personales que impactan sus modos de vida, como la carga académica, el estrés, la limitación en el tiempo, la vida social, así como las características del ambiente tiene que ver con la adopción de prácticas saludables (Canova Barrios et al., 2018; Charry-Méndez y Cabrera-Díaz, 2021). Así, el estilo de vida saludable no se basa únicamente en elecciones personales, sino también en las condiciones contextuales donde los estudiantes llevan a cabo su cotidianidad.

Desde un enfoque conceptual, los estilos de vida saludables abarcan un conjunto de hábitos dirigidos al bienestar global, que incluyen aspectos físicos, emocionales y sociales (Calpa-Pastas et al., 2019; Tala et al., 2020). No obstante, diferentes estudios han mostrado una incongruencia entre la información que los estudiantes tienen acerca de hábitos saludables y su implementación en la vida cotidiana (Cervantes-Rodríguez et al., 2020; Cerqueira Sousa et al., 2022). Esta diferencia evidencia que la asunción de hábitos saludables no se basa solo en la accesibilidad de información, sino en procesos más complejos relacionados con la motivación, las creencias y el entorno.

Del mismo modo, investigaciones previas han evidenciado que los estudiantes de educación superior suelen aceptar la relevancia de adoptar hábitos saludables; sin embargo, permanecen las prácticas que pueden ser nocivas para su bienestar, como el sedentarismo, la mala alimentación y la alteración de los ciclos de sueño (Cedillo-Ramírez et al., 2017; Mogollón García et al., 2020). En este contexto, se percibe una coexistencia entre la percepción del riesgo y la permanencia de hábitos no saludables, lo que indica un proceso de normalización de esas conductas en el ámbito universitario.

Aunque hay múltiples investigaciones sobre estilos de vida en estudiantes de universidades, la gran parte ha sido realizada desde perspectivas cuantitativas, enfocadas en medir variables e identificar factores relacionados. En contraste, hay una comprensión reducida desde una mirada cualitativa que facilite indagar cómo los estudiantes interpretan, significan y experimentan los estilos de vida saludables en su día a día, particularmente en contextos concretos como el peruano.

En el contexto de la educación superior en el Perú, se hace evidente la necesidad de profundizar en la comprensión de los estilos de vida de los estudiantes, considerando las particularidades socioculturales que influyen en sus prácticas y percepciones. Por tanto, el presente estudio se justifica en la necesidad de comprender cómo los estudiantes universitarios construyen y experimentan los estilos de vida saludables en su vida cotidiana, considerando tanto sus percepciones como las prácticas cotidianas que podrían establecer su aceptación. De esta manera se tuvo por objetivo analizar la percepción estudiantil acerca de los estilos de vida saludables y perjudiciales, identificando sus prácticas cotidianas, problemas de riesgo y consecuencias percibidas.

Metodología

El estudio se ejecutó en base al paradigma cualitativo, pertenece al tipo de investigación descriptiva y fenomenológica. El diseño utilizado fue no experimental-transversal, puesto que la intención fue recolectar información en un solo periodo de tiempo, con la intención de examinar y comprender las prácticas y los significados que los universitarios asignan al estilo de vida en su vida diaria.

Se consideró como unidad de análisis a los estudiantes de la carrera profesional de educación, la cual estuvo conformada por 18 informantes entrevistados, de los cuales 9 fueron mujeres y 9 hombres distribuidos en: 3 estudiantes de los primeros semestres, 3 de los semestres intermedios y 3 de los últimos semestres. Los cuales fueron seleccionados de forma intencional de acuerdo a su prioridad ante los demás actores educativos, por ser los que afrontan diariamente la rutina educativa en la vida universitaria.

Para cumplir con el objetivo de la investigación se utilizó la técnica de la entrevista semiestructurada, habiéndose elaborado una guía de entrevista, la cual se compuso por 4 preguntas abiertas, destinadas a explorar el significado que los estudiantes le asignan al concepto de estilos de vida saludable, las prácticas y acciones que podrían obstaculizarlos o beneficiarlos; así como, la apreciación de las consecuencias por una práctica de vida saludable inadecuada. El diseño del instru-

mento se orientó a permitir la manifestación totalmente libre, sincera y con respuestas profundas, por parte de los participantes del estudio.

El recojo de la información se realizó considerando los siguientes momentos: la planeación, convocatoria, la realización de las entrevistas, y el análisis del contenido de la información. Primeramente, se realizó la formulación de la guía de entrevista y su validación; seguidamente, se procedió a obtener la autorización de los participantes para realizar la aplicación de las entrevistas. Durante esta etapa se procedió a grabar las respuestas de los informantes para posteriormente transcribirlas para realzar el análisis a partir de la codificación como de la categorización.

La información recogida fue analizada en base al paradigma cualitativo descriptivo interpretativo, respetando la rigurosidad durante todo el proceso. Primeramente, las respuestas de cada una de las entrevistas se transcribieron literalmente con la finalidad de salvaguardar la veracidad de los manifestos. Seguidamente se realizó la identificación de las ideas principales con la intención de identificar el sentido y la direccionalidad de las respuestas. Terminada esta etapa se procedió a realizar la codificación con la identificación de las palabras y frases determinantes asociadas al análisis de los aspectos centrales del estudio: el estilo de vida saludable, prácticas diarias, acciones no saludables y los efectos que acarrea en la salud. Cabe precisar que la codificación se organizó en categorías temáticas como: prácticas alimenticias saludables como no saludables, actividad física, entretenimiento, bienestar emocional, apreciación acerca de las enfermedades. A continuación, para verificar la eficacia de los resultados se empleó la triangulación de fuentes, en la que se realizó la comparación de las apreciaciones entre los estudiantes mujeres y hombres de diferentes ciclos. Cabe indicar que con este procedimiento se logró evidenciar las diferencias, así como las coincidencias entre la manifestación de los participantes. Por último, se efectuó la deducción y comprensión de la significación que los estudiantes le otorgan a la concepción de estilos de vida saludable, las acciones que los dificultan o favorecen, así como las consecuencias que se producen.

Con el fin de fortalecer y garantizar la validez interna se utilizará la técnica del member checking, la cual tiene la finalidad de realizar la validación por participante, siendo específica su aplicación para estudios cualitativos. Se realizará siguiendo el siguiente procedimiento, devolver las interpretaciones o resúmenes a algunos estudiantes, tutores y al personal de la oficina de bienestar universitario con el propósito de corroborar si estas reflejan sus opiniones manifestadas y determinen si estas evidencian las barreras que afectan al estudiantado. En segundo lugar, se utilizará la técnica del peer debriefing, la cual consiste en realizar la revisión por pares. Para su realización se procederá a solicitar a investigadores la revisión crítica de los resultados preliminares para identificar su conformidad o detectar posibles sesgos.

La investigación cumplió con las normas éticas que sistematiza al enfoque cualitativo en su aplicación hacia los seres humanos. Los estudiantes universitarios decidieron participar de manera voluntaria, al haberles explicado previamente acerca de la intención del estudio, así como la índole de la entrevista, permitiendo garantizar la autonomía de los participantes a partir del consentimiento informado. Con la intención de asegurar la reserva para que cada participación se anónima se asignó a los informantes una codificación como el reguardo de las transcripciones obtenidas de la entrevista. Además, en cumplimiento con la declaración de Helsinki se previno que la contribución de los informantes no les ocasionara algún daño, por lo contrario, impulse el debate y apreciación hacia la relevancia que tienen los estilos de vida saludable. Cabe indicar que en la aplicación de las entrevistas se respetaron las posturas y condiciones de los informantes sin discriminación al género, grupo etario o semestre académico.

Resultados

Se entrevistó a 18 estudiantes universitarios de los cuales 9 fueron mujeres (*M*) y 9 varones (*H*) de la carrera de Educación, con el propósito de comprender las prácticas y significados atribuidos a los estilos de vida saludables. A partir del análisis de las entrevistas, emergieron cuatro categorías interpretativas: (I) concepción integral de la vida sa-

ludable, (2) prácticas idealizadas del autocuidado, (3) contradicciones en las prácticas cotidianas y (4) conciencia del riesgo y normalización de hábitos no saludables.

Perspectiva general del concepto de vida saludable

Los universitarios desarrollan un concepto de vida saludable que no solo estaría centralizado en los criterios físicos, sino que se enlaza con los aspectos cognitivos, sociales, así como emocionales. En relación con la noción de salud, los estudiantes la comprenden con el equilibrio entre la práctica física, la buena alimentación, las relaciones interpersonales y el bienestar emocional.

Por tanto, se ha confirmado que los universitarios cuentan con un discurso internalizado desarrollado acerca de cuidado personal, en el que concepciones como: la disciplina, el bienestar y equilibrio surgen recurrentemente en sus expresiones. Cabe destacar que el concepto de vida saludable, que los estudiantes poseen, se inclinaría más a la idealización puesto que no se evidencia en sus respuestas la aplicación concreta en sí de esta práctica en su vida cotidiana y más que todo se considera como una aspiración personal.

Además, en relación al género se evidencian diferencias en la conceptualización, puesto que los hombres cimientan el sentido y significado de la salud vital en el aspecto físico como el ejercicio y el aspecto funcional como la adecuada alimentación; las mujeres se inclinan a una perspectiva sistémica enlazando elementos del propio desarrollo, emocionales, así como organizacionales.

Al respecto dos participantes expresaron:

“Alimentarse bien, ejercitarse por lo menos 3 veces a la semana, leer, darse tiempo para todo aquello que te genere la sensación de bienestar para ti” (M2).

“Una forma de vivir equilibrada (diversión, trabajo, estudio) con disciplina, priorizando la salud mental, con buena alimentación y hábitos que ayuden a superarse cada día” (M6).

Por su parte, entre los varones destacaron:

“Realizar ejercicios o hacer deporte como también comer de manera saludable para que estemos sanos” (H2).

“Comer cosas sanas como verduras, frutas, jugos, tomar mucha agua y hacer deporte y ejercicios” (H4).

En síntesis, se visualiza que los universitarios vinculan la conceptualización de vida saludable la alimentación balanceada, la práctica constante del ejercicio físico, el bienestar emocional y el desarrollo de las relaciones interpersonales en la sociedad.

Creencias prácticas en el autocuidado

En cuanto a las prácticas que propician y mantienen los estilos de vida favorable con la salud, los estudiantes universitarios, aparte de los hábitos manifestados en relación a la alimentación equilibrada o la rutina física diaria, describen otros aspectos que fortalecen esta forma de vida sana como son el manejo del estrés y la calidad del sueño.

No obstante, es necesario resaltar que los estudiantes, aparte de idealizar la conceptualización de vida saludable, consideran que su práctica y representación se basa en la aplicación de normativa como lo que se “debe realizar o actuar” en lugar de ser una manifestación conductual que se ha alcanzado y se mantiene presente. Si bien es cierto, con estos hallazgos se comprueba que los universitarios tienen constituido el conocimiento acerca del autocuidado; sin embargo, no se evidencia que este aprendizaje se deba a la apropiación realizada por la constante práctica para considerarla un hábito o en mayor medida como una costumbre.

Esto se debe a que los participantes comprenden claramente el fenómeno, puesto que enlazan en su mente la noción de organización, tiempo, equilibrio y disciplina como capacidades esenciales para conseguir y mantener una vida saludable. Por tanto, los estudiantes consideran como las actividades que promocionan la salud: al periodo de sueño dentro de las 8 horas, mantener el itinerario de alimentación, mantenimiento de las relaciones interpersonales positivas y la práctica física activa.

Los estudiantes mencionaron:

“Tener un régimen alimenticio saludable, realizar deporte para cuidar tanto mi mente como mi cuerpo” (M5).

“No estresarte, mantener siempre la calma, socializar más con las personas que tu sientes que te hacen bien que te quieren y que siempre desean lo mejor para ti, hacer ejercicios físicos, tener paz mental siempre, tener una comida balanceada, leer, entre otros” (H3).

Incompatibilidades prácticas en la vida cotidiana

A pesar de que los estudiantes cuentan con la noción de prácticas saludables, estos no suelen siempre asociar esta idea a estrategias eficaces de actuación ante situaciones problemáticas que viven en su jornada académica diaria como: comer a destiempo, consumo frecuente de comida chatarra, la pésima calidad del sueño, la limitada actividad física, el consumo de bebidas alcohólicas o estar expuestos a situaciones estresantes.

En relación a lo sustentado los estudiantes comentaron:

“No comer a tus horas, comer en exceso, estar tirado en la cama sin hacer nada productivo, dormir súper tarde, no compartir con tu familia más que un hola” (M6).

“El comer comidas chatarras, beber gaseosas, alcohol en exceso y el no hacer ejercicios” (H4).

Como puede apreciarse la adquisición de estas conductas no se debe a la desviación por faltar a las reglas, sino a que se han ido fortaleciendo como parte de las actividades diarias, revelando la discrepancia entre comprender las necesidades del autocuidado con las verdaderas situaciones y condiciones de la vida universitaria. Por lo que se deduce que para los estudiantes universitarios no siempre lo que consideran beneficioso para su salud será practicado de manera efectiva en su vida cotidiana.

Este argumento se fortalece con la perspectiva estudiantil de que el tránsito por la vida académica universitaria refuerza la práctica de hábitos poco saludables, debido a fenómenos relacionados con la carga horaria lectiva y no lectiva, la limitación en el tiempo o el ambiente social poco inclusivo. Estas prácticas se manifiestan en causas de riesgo para una vida saludable que direccionan a los estudiantes al sedentarismo, el desorden en la alimentación, el aumento del consumo de alcohol y los problemas relacionados con el sueño y el descanso.

Al respecto los estudiantes manifestaron:

“Consumir en exceso comida chatarra, no hacer ejercicio durante una semana, beber alcohol y la acumulación de actividades complejas y frustrantes” (M9).

“Mala higiene, consumo de sustancias ilegales, consumo de alcohol, falta de sueño, problemas mentales sin control” (H5).

La noción del riesgo ante la normalización de hábitos no saludables

Los estudiantes universitarios cuentan con un alto discernimiento de las secuelas por mantener en el tiempo una vida poco saludable, relacionando estas prácticas con el origen de malestares o enfermedades físicas como: la diabetes, obesidad e la hipertensión; así como padecimientos o problemas emocionales como: la depresión, ansiedad o el estrés.

Los estudiantes comentaron:

“Si producen, por ejemplo: - cáncer – obesidad – adicciones - depresión - inestabilidad emocional - diabetes... Etc.” (M6).

“Claro que sí, anemia, diabetes, gastritis, hígado graso, dolores de cabeza, etc.” (M7).

“Sí considero que llevar una vida no saludable provoca enfermedades... gastritis, migraña, colon irritable, déficit de atención, presión alta o baja” (H1).

Si, muchos. los malos hábitos alimenticios, estrés y la falta de realización de actividad física, pueden favorecer la aparición de enfermedades como la obesidad, hipertensión, colesterol o diabetes, entre otras” (H3).

Sin embargo, a pesar de que el estudiantado reconoce a estas prácticas no saludables como perjudiciales para la salud, se continúan ejerciendo, habiendo llegando a normalizarlas y mantenerlas como parte de la forma y rutina diaria. Por tanto, el hecho de que los estudiantes hayan tomado conciencia de las consecuencias dañinas para la salud la práctica de estos hábitos estas no se traducen en la mejora y cambio de su conducta.

Con esta información, claramente puede evidenciarse una incongruencia puntual; por un lado, los participantes poseen información puntual acerca de la calidad de la salud, el problema estriba en convertir esa información en conductas aplicables en el contexto diario. Esto demostraría que plasmar conductas destinadas a la vida saludable en el ámbito universitario, simplemente se ha convertido en un ideal comprendido y apreciado pero difícil de materializar.

Resumen interpretativo de los resultados

Los conocimientos que poseen los estudiantes demuestran un amplio entendimiento y comprensión de lo que significa y representa la vida saludable; no obstante, este discernimiento queda relegado ám-

bito de los conceptos y aspiraciones. Por otra parte, la ruptura entre las nociones comprendidas, su aplicación en la rutina universitaria y otros aspectos propios de los estudiantes, así como del ambiente académico originan la reproducción de acciones no saludables convirtiéndose en prácticas normalizadas y aceptadas por los mismos estudiantes; además han relacionado las consecuencias de estas acciones con el origen de las afecciones crónicas y complicaciones psicológicas; sin embargo, persistiría la tendencia a los hábitos nocivos.

Discusión

En los estudiantes de educación superior el estilo de vida saludable representa una manifestación diversa que implica la interiorización de conocimientos, significados y acciones marcadas por las necesidades personales como el ambiente donde se desarrollan, y no solo por la práctica de ciertas conductas. Por lo que entender la manera en que los universitarios comprenden y direccionan su vida hacia conductas saludables proporciona información acerca del sentido como direccionan su comportamiento en la vida diaria.

Considerando los resultados identificados se ha podido comprobar que los participantes enlazan los aspectos sociales, emocionales y físicos para estructurar la noción de vida saludable. En la línea de esta afirmación Calpa et al. (2019), sostuvieron que los estilos de vida saludable representan la integración de un conjunto de acciones relacionadas entre sí direccionadas a mejorar el bienestar de las personas. Asimismo, Tala et al. (2020), resaltaron la obligación de atender la salud de los individuos, pero esta se debe dar considerando la orientación multidimensional que tiene. Cabe resaltar que en la presente investigación se ha evidenciado que la noción de salud en los estudiantes se ha establecido como una idealización, más direccionada a una aspiración que a la aplicación directa en la vida universitaria.

Por otra parte, a partir del análisis se ha identificado que los estudiantes universitarios asocian la conceptualización de vida saludable con la alimentación equilibrada, la práctica de la actividad física y la calidad del descanso, no obstante, en la práctica esta relación se que-

da en el plano tan solo del deseo. Al respecto Cervantes et al. (2020), determinaron divergencia entre la adopción de conductas reales y la comprensión del estilo de vida saludable. Asimismo, Cerqueira et al. (2022), consideraron que la aplicación de prácticas saludables en el contexto universitario no está determinada por el entendimiento o conocimiento de estos hábitos.

De esta manera se evidencia que en la vida cotidiana estudiantil la adopción de las prácticas saludables difiere del conocimiento que de estas se tenga. Esto se traduce en la manifestación que los mismos estudiantes hacen de sus prácticas cotidianas direccionadas a la baja calidad de sueño, la alimentación desbalanceada o a la ingesta de bebidas alcohólicas. Lo cual ha sido corroborado por Cedillo et al. (2017), así como Mogollón et al. (2020), en cuyos estudios determinaron la tendencia de los universitarios hacia la adquisición de hábitos que no son saludables. No obstante, al interpretar la direccionalidad que los estudiantes hacen de sus prácticas del cuidado de la salud, estas no se originan de manera aislada, puesto que serían el producto de las circunstancias que se generan en la rutina diaria de la vida universitaria. En esta dirección Canova et al. (2018), indicaron que la acogida de estilos de vida no saludables en la vida estudiantil se debería a aspectos relacionados con el manejo del estrés, la sobrecarga académica y la distribución del tiempo.

Por otro lado, los hallazgos indican que las consecuencias asociadas a las prácticas que no son saludables para la vida como los problemas psicológicos o de salud física están interiorizados en la conciencia de los estudiantes, concuerda con lo identificado por Sánchez & Luna (2025), sintetizan que la propia comunidad universitaria comprende claramente y es consciente de los riesgos que pueden ocasionar daño a su salud. Asimismo, los resultados de la investigación advierten que este conocimiento de los problemas de salud y sus consecuencias no propician un cambio en la conducta de los estudiantes, por el contrario, estos mantienen sus acciones perjudiciales, habiendo llevado a la normalización esta práctica como parte de su rutina. En relación Cahrry & Cabrera (2021), reportaron patrones de conducta que nos

saludables en la población estudiantil y que a pesar de sus efectos estos perduran en el tiempo.

Por último, los hallazgos en relación al género diferencian la manera cómo las mujeres y los hombres han consolidado la noción de estilo de vida saludable; mientras que los hombres direccionan su concepto a la actividad física y la adecuada alimentación, las mujeres cuentan con una conceptualización más sistemática combinando los aspectos planteados por los varones con elementos organizativos y emocionales. Este resultado concuerda con Pinillos et al. (2022), identificaron que las prácticas de los estilos de vida se diferencian de acuerdo al género. De esta manera, se manifiesta la heterogeneidad en la concepción de vida saludable que los estudiantes universitarios poseen de acuerdo al género. Por tanto, los hallazgos ponen de manifiesto la necesidad de promover en el contexto universitario el cuidado de la salud en base a las necesidades evidenciadas por la comunidad estudiantil y que los afectan en su día a día, todo esto con el propósito de sensibilizar y promover en los universitarios la práctica de estilos saludables sin caer en la mera transmisión de información.

Conclusiones

Los estudiantes universitarios poseen una clara comprensión de lo que representa un estilo de vida sano, el cual estaría simbolizado en la combinación de aspectos sociales, emociones y físicos. Esto significa que los participantes tienen interiorizado el mensaje de cuidarse, pero lo consideran como un modelo ideal que les ayuda a entender la importancia de la salud.

Se ha evidenciado una desconexión por la diferencia entre lo que saben y lo que hacen. Entienden la importancia de practicar hábitos saludables, pero no logran ponerlos en acción en su día a día. Por tanto, vivir sanamente se focaliza como un deseo que como una práctica constante.

El ambiente universitario promueve, en los estudiantes, la elección de hábitos perjudiciales que pueden dañar su salud, debido a as-

pectos relacionados con la presión por los estudios, la manera cómo se relacionan, problemas con el estrés por la rutina diaria y el tiempo limitado afectando su autocuidado.

Los estudiantes han normalizado las costumbres nocivas para su salud, puesto que comprenden perfectamente las acciones que les puede producir daño, sin embargo, al tomar la decisión de aceptarlas y aplicarlas en su vida diaria complican la consolidación de conductas verdaderamente saludables.

Considerando las necesidades y barreras que afrontan los estudiantes en su vida académica es necesario que la política educativa de la universidad se dirija a promocionar el cuidado de la salud y a la adopción de estilos de vida saludable en el estudiantado que sean sostenibles a través de programas direccionados a gestionar el tiempo, el abordaje de los problemas emocionales como el estrés y la práctica para el fortalecimiento del cuidado de sí mismos.

Limitaciones

La investigación tiene como principal limitación el que se haya llevado a cabo exclusivamente con estudiantes de una universidad determinada, lo que limita la posibilidad de aplicar los resultados a otros contextos. De la misma manera, al ser un diseño cualitativo, los resultados se enfocan en la interpretación de opiniones y percepciones, lo que, aunque enriquece la comprensión del fenómeno, puede estar influenciado por la subjetividad de quienes informan y por el proceso de análisis en sí. Asimismo, es necesario tener en cuenta que las respuestas fueron obtenidas en un solo momento, lo que impide detectar alteraciones o cambios en los estilos de vida con el tiempo.

Líneas de investigación futuras

Con base en los hallazgos obtenidos, se sugiere llevar a cabo investigaciones de tipo mixto que integren un enfoque cualitativo junto

con herramientas cuantitativas estandarizadas, para lograr una comprensión más amplia y precisa de los estilos de vida de los estudiantes universitarios. Además, es relevante extender el alcance de los estudios a distintas universidades y regiones, con el objetivo de comparar diferentes contextos y identificar patrones similares o discrepancias significativas. Otra área de interés se dirige hacia la creación y evaluación de programas educativos destinados a fomentar hábitos saludables dentro de la comunidad universitaria, permitiendo así evaluar su efectividad en plazos cortos, medios y largos.

Referencias

- Benavides Castillo, M. K., Diaz Vasquez, M. A., Diaz Manchay, R. J., & Cervera Vallejos, M. F. (2022). Estilos de vida del estudiante de enfermería de una universidad privada en tiempos de la COVID-19. *ACC CIETNA: Revista De La Escuela De Enfermería*, 9(1), 135-147. <https://doi.org/10.35383/cietna.v9i1.745>
- Calpa-Pastas, A. M., Santacruz-Bolaños, G. A., Álvarez-Bravo, M., Zambrano-Guerrero, C. A., Hernández-Narváez, E. L., & Matabanchoy-Tulcan, S. M. (2019). Promoción de estilos de vida saludables: Estrategias y escenarios. *Revista Hacia la Promoción de la Salud*, 24(2), 139-155. <https://doi.org/10.17151/hpsal.2019.24.2.11>
- Callejas de Burgoa, E. (2016). Estilos de vida universitaria de los estudiantes de la Universidad Mayor de San Andrés. *Educación Superior*, 1(1), 31-41.
- Canova Barrios, C., Quintana Honores, M., & Álvarez Miño, L. (2018). Estilos de vida y su implicación en la salud de los estudiantes universitarios de las ciencias de la salud: Una revisión sistemática. *Revista Científica De UCES*, 23(2), 98-126.
- Cedillo-Ramírez, L., Correa-López, L. E., Vela-Ruiz, J. M., Perez-Acuña, L. M., Loayza-Castro, J. A., Cabello-Vela, C. S., Huamán-García, M., Gonzales-Menéndez, M. J., & De La Cruz-Vargas, J. A. (2017). Estilos de vida de estudiantes universitarios de ciencias de la salud. *Revista De La Facultad De Medicina Humana*, 16(3).
- Cervantes-Rodríguez, M., Taxis-Irineo, A., Muñoz-Camacho, L., Méndez-Iturbide, D., & Bezares-Sarmiento, V. R. (2020). El estilo de vida saludable en los estudiantes de Nutriología: realidad y percepción. *Perspectivas en Nutrición Humana*, 22(1), 61-69. <https://doi.org/10.17533/udea.penh.v22n1a05>
- Charry-Mendez, S., & Cabrera-Díaz, E. (2021). Perfil del estilo de vida en estudiantes de una universidad pública. *Revista Ciencia Y Cuidado*, 18(2), 82-95. <https://doi.org/10.22463/17949831.2872>

- Espinoza Lara, M. L., & Vanegas López, J. (2020). Estilos de vida saludables y su asociación con factores personales en estudiantes universitarios UNAN-Managua 2017. *Revista Torreón Universitario*, 9(26), 26-46. <https://doi.org/10.5377/torreon.v9i26.10256>
- Herazo Beltran, Y., Nuñez-Bravo, N., Sánchez-Guette, L., Vásquez-Osorio, F., Lozano-Ariza, A., Torres-Herrera, E., & Valdelamar-Villegas, A. (2020). Estilos de vida relacionados con la salud en estudiantes universitarios (Lifestyles related to health in university students). *Retos*, 38, 547-551. <https://doi.org/10.47197/retos.v38i38.72871>
- Lara, Y., Quiroga, C., Jaramillo, A., & Bermeo, M. (2019). Estilo de vida de estudiantes en primer semestre de odontología de una universidad privada, Cali 2016. *Revista Odontológica Mexicana*, 22(3). <https://doi.org/10.22201/fo.1870199xp.2018.22.3.68234>
- Mogollón García, F. S., Becerra Rojas, L. D., & Adolfo Ancajima Mauriola, J. S. (2020). Estilos de vida saludables en estudiantes de pregrado. *Conrado*, 16(75), 69-75.
- Montenegro Goenaga, A. N., & Ruíz Marín, A. (2020). Factores asociados a los estilos de vida en los estudiantes universitarios. Una aplicación del instrumento FANTÁSTICO. *Revista Digital: Actividad Física Y Deporte*, 6(1), 87-108. <https://doi.org/10.31910/rdafd.v6.n1.2020.1432>
- Palomino Orizano, J. A., Zevallos Ypanaqué, G., & Orizano Quedo, L. A. (2021). Estilos de vida saludable y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Delectus*, 4(1), 82-92. <https://doi.org/10.36996/delectus.v4i1.103>
- Sánchez-Ojeda, M. A., & Luna-Bertos, E. D. (2015). Hábitos de vida saludable en la población universitaria. *Nutrición Hospitalaria*, 31(5), 1910-1919.

- Serna Ortega, M. I., Obando Naspiran, M. P., Sánchez Acosta, D., Pérez Sierra, S. I., & Botero Bernal, M. (2022). Características psicológicas, estilos de vida y hábitos alimentarios en estudiantes universitarios en Medellín, Colombia. *RESPYN Revista Salud Pública Y Nutrición*, 21(2), 20-29. <https://doi.org/10.29105/respyn21.2-3>
- Solera Sánchez, A., & Gamero Lluna, A. (2019). Hábitos saludables en universitarios de ciencias de la salud y de otras ramas de conocimiento: un estudio comparativo. *Revista Española de Nutrición Humana y Dietética*, 23(4), 271-282. <https://dx.doi.org/10.14306/renhyd.23.4.762>
- Vila Suarez, H., Ayán, C., Gutiérrez-Santiago, A., & Cancela, J. M. (2021). Evolución de hábitos saludables en estudiantes universitarios en ciencias del deporte (Evolution of healthy habits in undergraduate students in sports sciences). *Retos*, 41, 524-532. <https://doi.org/10.47197/retos.voi41.83313>

Jimmy Nelson Paricahua Peralta

Universidad Nacional Amazónica de Madre de Dios | Puerto Maldonado | Perú
<https://orcid.org/0000-0001-9399-5956>
jparicahua@unamad.edu.pe

Alhi Jordan Herrera Osorio

Investigador independiente | Cusco | Perú
<https://orcid.org/0000-0002-4383-2777>
aherrera@uandina.edu.pe

Libertad Velasquez Giersch

Investigadora independiente | Puerto Maldonado | Perú
<https://orcid.org/0000-0001-8608-269X>
lvelasquezg@uandina.edu.pe

Kandy Karol Urbina Vizcarra

Universidad Nacional Amazónica de Madre de Dios | Puerto Maldonado | Perú
<https://orcid.org/0009-0009-2421-9537>
ukandy@unamad.edu.pe

Everyday Practices and Meanings of Healthy Lifestyles in University Students: A Qualitative Study

Abstract

This study focused on the lifestyles of students in higher education, which are a crucial factor in their well-being and also affect their academic performance and future career prospects. Furthermore, students tend to develop unhealthy routines, which have an adverse effect on their overall health. To analyze students' perceptions of healthy and unhealthy lifestyles, identifying their daily practices, risk factors, and perceived consequences. A qualitative study with a descriptive and interpretive approach was conducted, using a phenomenological design. A semi-structured interview guide was administered to female and male students at a public university, organizing the responses into thematic categories linked to the concept of a healthy lifestyle, beneficial actions, harmful practices, and associated problems. The analysis was conducted through coding of the responses, as well as triangulation of sources. Students have a clear conception of a healthy lifestyle. Among the beneficial practices, they identify exercise, good nutrition, and restful sleep; while the most frequent harmful habits are the consumption of junk food, alcoholic beverages, lack of sleep, and a sedentary lifestyle, which can trigger diseases. Furthermore, academic conditions lead to the adoption of harmful habits. The findings show that college students have a clear conceptual understanding of healthy lifestyles but face difficulties in maintaining them. It is recommended that university health promotion programs be implemented to reinforce healthy habits during a crucial stage of development.

Keywords: Student health; academic routine; healthy habits; unhealthy habits; academic performance.

***Práticas e significados cotidianos dos estilos de vida saudáveis em estudantes universitários:
um estudo qualitativo***

Resumo

A pesquisa concentrou-se nos estilos de vida dos alunos no ensino superior, que constituem um elemento crucial para o seu bem-estar, além de afetar seu desempenho acadêmico e suas perspectivas profissionais futuras. Da mesma forma, os estudantes tendem a desenvolver rotinas pouco saudáveis, o que tem um efeito adverso em sua saúde geral. Analisar a percepção dos estudantes acerca dos estilos de vida saudáveis e prejudiciais, identificando suas práticas cotidianas, problemas de risco e consequências percebidas. Foi realizada uma pesquisa qualitativa, de abordagem descritiva e interpretativa, sob um desenho fenomenológico. Aplicou-se um roteiro de entrevista semiestruturada a estudantes mulheres e homens de uma universidade pública, organizando as respostas em categorias temáticas vinculadas à concepção de vida saudável, ações benéficas, práticas desfavoráveis e problemas associados. A análise foi realizada mediante codificação das respostas, bem como a triangulação de fontes. Os estudantes têm uma concepção clara de estilo de vida saudável. Entre as práticas favorecedoras, identificam o exercício, a boa alimentação e o sono reparador; enquanto os hábitos prejudiciais mais frequentes são o consumo de comida fast-food, bebidas alcoólicas, falta de sono e sedentarismo, podendo desencadear doenças. Ademais, as condições acadêmicas geram a adoção de hábitos prejudiciais. Os achados mostram que os universitários possuem clareza conceitual em relação aos estilos de vida saudáveis, mas enfrentam dificuldades para mantê-los. Recomenda-se implementar programas universitários de promoção da saúde a fim de consolidar hábitos saudáveis em uma etapa crucial do desenvolvimento.

Palavras-chave: Saúde estudantil; rotina acadêmica; hábito saudável; hábito prejudicial; rendimento acadêmico.

Saberes en ejercicio. Desarrollos transdisciplinarios en salud
desde territorios latinoamericanos (Vol. II)

Religación Press
[Ideas desde el Sur Global]



**Religación
Press**

ISBN: 978-9942-594-65-5



9 789942 594655