

**SUFRIMIENTO DE ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS QUE MIGRAN DE SU  
REGIÓN DE ORIGEN: UN ABORDAJE SISTÉMICO A PARTIR DE LÍMITES  
FAMILIARES Y SU INFLUENCIA SOBRE LA ADAPTACIÓN**

**THE SUFFERING OF UNIVERSITY STUDENTS THAT STUDY AWAY FROM THEIR  
HOME REGION: A SISTEMIC APPROACH BASED ON FAMILIAR LIMITS AND  
THEIR INFLUENCE ON ADAPTATION**

Benjamín Lueiza  
Diego Tapia  
Alejandra Órdenes  
Isidora Barrios  
Ricardo Donoso  
Francisco Pavez

Escuela de Psicología Pontificia Universidad Católica de Chile  
bilueiza@uc.cl

**RESUMEN**

En Chile, cada año miles de personas migran de su región de origen con la intención de estudiar en las universidades de la capital. Este nuevo entorno urbano, las exigencias académicas y estar lejos de su familia generan diversas problemáticas adaptativas que dificultan este proceso. Asimismo, esto ha sido contemplado mayormente de manera individual, por lo que este artículo tuvo por objetivo comprender este fenómeno desde una mirada holística-relacional, según los límites familiares. En este sentido, se propone que los diferentes límites en la estructura familiar generarían tendencias en la personalidad que influirían en las capacidades que los sujetos tendrían a la hora de adaptarse a los desafíos ya mencionados. En concreto, se infiere que los límites claros ofrecerían las mejores capacidades adaptativas, mientras que los límites familiares rígidos y difusos afectarían la capacidad de adaptación, provocando síntomas que impactan en su salud mental, lo que a su vez, lleva a una mayor inadaptación, acrecentando los síntomas en una constante retroalimentación que afecta a los estudiantes de región. Así, se puede comprender este malestar de manera interaccional para hacer cambios terapéuticos que favorezcan su bienestar, adaptación universitaria y construcción de vínculos.

Palabras claves: Límites Familiares - Adaptación Universitaria - Migración Estudiantil – Enfoque Sistémico

**ABSTRACT**

In Chile, every year thousands of people migrate from their region of origin with the intention of studying in the main universities of the capital. For them these new urban environments, the academic requirements and the fact of being far away from their families causes many problems that hinder the adaptation process. Furthermore, this has been considered mostly individually, therefore, this article aimed to understand this phenomenon from a holistic-relational perspective, according to family boundaries. In this sense, it is proposed that the different boundaries in the family structure would generate personality tendencies that would influence the abilities that subjects would have when adapting to the challenges mentioned above. Specifically, it is inferred that clear boundaries would offer the best adaptative capabilities, while rigid and diffuse family boundaries would affect the capacity for adaptation, causing symptoms that impact their mental health, which in turn leads to greater maladjustment, increasing the symptoms affecting students

from regions. Understanding this distress interactively allows for therapeutic changes that promote their well-being, university adjustment, and the building of relationships.

**Keywords:** Family Boundaries – University Adjustment – Student Migration – Systemic Approach

## **Introducción**

EN UN REPORTE del Servicio de Información de Educación Superior (SIES) (2015) se constató que en el año 2014 más de 150 mil personas ingresaron a la educación superior fuera de su región de origen, de las cuales el 71% decidió estudiar en las tres principales regiones en ámbitos de oferta académica de pregrado: la Metropolitana (RM) (44%), la de Valparaíso (16, 5%) y del Biobío (10,6%). Diez años después, el Informe de Matrícula en Educación Superior realizado por el SIES (2024) indica que la RM contempla un 44% de la distribución de matrícula de pregrado, mientras que las regiones de Valparaíso y Biobío registran un 11% respectivamente. Por ende, en el transcurso de la década, la RM sigue centralizando a casi la mitad de los estudiantes chilenos que cursan carreras de pregrado.

Estando en la RM, estudiantes de región experimentan diversos obstáculos, como la dificultad para adaptarse al nuevo estilo de vida que significa estar en un sitio ajeno, la acumulación de exigencias académicas y melancolía por estar lejos de su familia y hogar; lo que provoca una gran carga emocional, como el sentimiento de desarraigo, que puede afectarles al momento de crear y mantener conexiones sociales (Cancino et al., 2018; Goñi et al., 2022; Vidal Neira, 2023).

En su tesis, Pretty (2016) agrega que los entornos urbanos producen mayores niveles de estrés, lo cual puede afectar a estudiantes de región que no están acostumbrados a un entorno capitalino, provocando menor rendimiento académico. A su vez, necesitan adaptarse a una nueva cultura, que conlleva dificultades para relacionarse y a una escasa sensación de conexión social, lo que puede repercutir en sentimientos de soledad, falta de pertenencia y nostalgia extrema (Goñi et al., 2022; Renner et al., 2024). Esto se vincula con una baja autoestima, ansiedad y depresión, además de una falta de confianza interpersonal (Lee & Robbins, 1998; Sundqvist et al., 2024). De esta manera, los estudiantes de región podrían estar atravesando lo que Renner y sus colegas (2024) denominaron *duelo migratorio*, aludiendo a una sobrecarga emocional asociada a una serie de pérdidas y sentimientos relacionados con dejar sus hogares, generando potenciales problemas de salud mental, como los ya mencionados, a los que se suman síntomas físicos como dolores de cabeza y fatiga.

A pesar de lo anterior, las investigaciones citadas contemplan el sufrimiento de estudiantes de región o foráneos desde una posición individual, aislada y lineal, sin considerar aspectos como la influencia de las interacciones familiares sobre la persona, las que podrían ocasionar los síntomas presentados. Por esto, considerando que entender el sufrimiento humano está a la base de todo enfoque psicoterapéutico (Agurto et al., 2023), el presente trabajo tiene por objetivo ampliar la mirada de la investigación, brindando una visión de causalidad circular más compleja sobre el malestar que aqueja a estos estudiantes; rescatando a la par la esencia del hito paradigmático que marcó el modelo sistémico: trasladar la unidad de análisis del individuo a la interacción (Agurto et al., 2023). Con esto en mente, se propone responder, desde una mirada holística, a la pregunta ¿cómo se puede entender la influencia de los límites familiares en la adaptación y posterior sufrimiento de estudiantes universitarios que migran desde su región de origen? Para ello, se hará una revisión bibliográfica que indagará en tres áreas: familia, adaptación universitaria y, finalmente, su articulación para comprender la aparición de síntomas. Así, se

contribuye a que distintos abordajes terapéuticos contemplen las relaciones como fuentes involucradas en el malestar personal.

## Desarrollo

### Familia y Límites Familiares

La familia como sistema, según Minuchin y Fishman (1981), es una totalidad compuesta de múltiples formas de vida diferentes que, a lo largo del tiempo, han desarrollado pautas de interacción que constituyen lo que se entiende como *estructura familiar*, definiendo la gama de conductas de sus miembros. Asimismo, en ella se dan las primeras interacciones de toda persona, donde la conducta de cada miembro influye en la de otros, reforzando aspectos de la personalidad y sirviendo como base para la socialización posterior (Martínez et al., 2020). Todo con el objetivo de brindar el contexto natural propicio para crecer, recibir auxilio y desenvolverse en el entorno (Martínez et al., 2020).

La familia cuenta con subsistemas diferenciados. Cada miembro se relaciona con otros de manera diádica (madre e hijo) o más amplia (generacional), formando subgrupos donde las personas se adecúan a ellos caleidoscópicamente, modificando sus conductas (Minuchin & Fishman, 1981). Por ejemplo, un hijo actuará como “niño” con los padres y como “adulto” al momento de cuidar a su hermano menor. “Contextos diferentes reclaman facetas distintas” (Minuchin & Fishman, 1981, p. 29).

Ahora bien, para distinguir los subsistemas se necesitan *límites*, los cuales corresponden a “reglas que definen quiénes participan y de qué manera” (Minuchin, 1974, p. 88). Por lo tanto, para que haya un funcionamiento familiar adecuado, los límites deben ser definidos con suficiente precisión y flexibilidad para evitar confusión entre subsistemas y permitir su ordenamiento, mientras que ocurre interacción mutua (Minuchin, 1974). Zlachevsky (2019) agrega que estos límites, y los del sistema en general, interactúan con el medio a modo de intercambio, por lo que se deberían evitar casos extremos como lo son los límites *permeables*, que llevan a la pérdida de diferenciación del sistema con su medio; y los *impermeables*, donde no hay interacción alguna entre sistema y medio. Esto último da cuenta que los límites pueden ser mucho más complicados, por lo que se distinguen tres tipos:

#### *Límites Claros (Espectro Normal)*

Personas y subsistemas se desarrollan de manera autónoma sin dejar de lado las prioridades e interacciones con otros (Minuchin, 1974). Pueden ser de *estructuración flexible*, brindando perturbaciones y regularidades que dan paso al descubrimiento de reglas acerca de las interacciones familiares, sin obviar el hecho que puedan ser modificadas (Páramo & Tinajero, 1992). En lo que respecta a la *cohesión familiar*, entendida como el grado de unión emocional percibido por los miembros, habría un nivel moderado o balanceado de cohesión, por lo que pueden ser independientes y, a su vez, estar conectados con el resto de la familia (Aguilar & Hamui, 2011; Schmidt, 2001).

#### *Límites Rígidos (Familia Desligada)*

La comunicación entre subsistemas es difícil y el funcionamiento es autónomo, de manera que los miembros desarrollan un sentido de independencia desproporcionado, carecen de

sentimientos de pertenencia y hay una baja intimidad (Minuchin, 1974; Zlachevsky, 2019). También, al tratarse de *estructuración rígida*, hay una abundancia de regularidades en las relaciones sin dar espacio a perturbaciones, independiente de las circunstancias (Páramo & Tinajero, 1992). En línea, dentro de estos límites hay un bajo nivel de cohesión, donde no existe apoyo adecuado, los miembros hacen su propia vida y hay desinterés (Schmidt, 2001).

### *Límites Difusos (Familia Aglutinada)*

El exaltado sentido de cercanía e intimidad provoca un abandono de la autonomía, por lo que no hay diferenciación clara entre subsistemas, desalentando la exploración y el dominio autónomo de los problemas (Minuchin, 1974; Zlachevsky, 2019). Por esto, se trata de una *estructuración débil*, donde hay más perturbaciones que regularidades, llevando a una falta de reglas y hábitos que presidan las interacciones y organización de actividades (Páramo & Tinajero, 1992). Además, se puede asegurar un alto grado de cohesión, donde no se refuerza la independencia necesaria que requieren sus miembros al momento de actuar (Schmidt, 2001).

### Adaptación y Sufrimiento

Como se podrá notar, los límites repercuten en la conducta de sus miembros fuera del entorno familiar y en su *adaptación* posterior, que comprende cuatro elementos: ampliación (preparación futura y organización), control (autorregulación y toma de decisiones), curiosidad (capacidad de explorar el medio y buscar información) y confianza (relacionado a la superación de problemas y obstáculos) (Merino-Tejedor et al., 2018); con el fin de superar con éxito diversas dificultades.

Schmidt (2001) se refiere a la *adaptabilidad familiar* como la capacidad que tiene la familia para cambiar su estructura de poder, roles y reglas en respuesta a situaciones de estrés, agregando que las familias que son de estructuración flexible, es decir, que poseen límites claros, presentan niveles moderados de adaptabilidad, lo cual se vincula con la cohesión. Lo relevante de esto es que las familias funcionan según estas dimensiones de cohesión y adaptabilidad, lo que las lleva a reaccionar de manera saludable y eficaz a las demandas ambientales (Abello et al., 2012). Asimismo, tal y como la familia logra crear dinámicas y estrategias para adaptarse, los hijos también logran adquirir y desarrollar estrategias que les servirán al momento de adentrarse en el mundo universitario.

En el caso de los límites claros, se mencionó que facilitan la autonomía e independencia, la capacidad de adaptarse a regularidades y perturbaciones del entorno, y la socialización (Minuchin, 1974; Páramo & Tinajero, 1992; Schmidt, 2001). Respecto a sus miembros, Páramo & Tinajero (1992) agregan que los niños que provienen de este tipo de familias desarrollan fases más avanzadas de pensamiento operatorio y mejor rendimiento escolar, además de mayores capacidades de socialización, organización, integración y cálculo de riesgos (Aguilar & Hamui, 2011; Alarcón et al., 2019). De esta manera, se podría afirmar que los estudiantes de región, que provienen de familias con límites claros, poseen ciertas habilidades esenciales para su posterior adaptación a un entorno universitario extraño. Sin embargo, distinto es el caso de los otros tipos de límites, como se verá a continuación.

### *Adaptación y Sufrimiento de Estudiantes de Familias Desligadas*

Los miembros que pertenecen a límites rígidos son sumamente autónomos y, debido a la escasa comunicación y cohesión, se vuelve difícil para ellos pedir ayuda cuando la necesitan, especialmente en situaciones problemáticas (Minuchin, 1974; Schmidt, 2001). Por tanto, considerando que la universidad y el cambio de residencia traen consigo un alto nivel de estrés y perturbación del entorno, es comprensible que estos estudiantes lleguen a desarrollar una personalidad más dura y silenciosa, prefiriendo socializar menos, sentirse competentes de manera autónoma y calcular menos los riesgos, llegando en casos extremos a ser agresivos (Aguilar & Hamui, 2011; McAdams et al., 2009). Esto revela la posibilidad de que los estudiantes de familias desligadas tengan dificultades al momento de adaptarse a la vida universitaria, en lo que refiere al control de sus impulsos en la toma de decisiones y la preparación futura.

Ahora bien, se vuelve crucial retomar los síntomas descritos a lo largo de la introducción para entenderlos según los problemas adaptativos descritos. Bajo esta mirada, se sugiere que dichos estudiantes, al llegar al nuevo entorno universitario de la capital, tendrán problemas, en especial en lo concerniente a la socialización, lo cual puede llevar a un mal desempeño académico, sentimientos de estrés y soledad (Goñi et al., 2022; Sundqvist et al., 2024). Lo importante a destacar es que estos sentimientos se los guardan para sí mismos debido a las interacciones familiares que han vivido, dado que la comunicación y el apoyo mutuo no son pilares fundamentales para ellos; por lo que es posible inferir que, a largo plazo, tendrían mayores niveles de autoestima baja, ansiedad y depresión frente a las problemáticas universitarias, ya que les sería complicado hacer vínculos sociales y desarrollar un sentimiento de pertenencia propicio; lo cual, por otra parte, afecta simultáneamente sus capacidades de adaptación académica. Así, es posible señalar un vínculo entre adaptación y sufrimiento que, si se continúa manteniendo, puede conllevar a la deserción universitaria (Castro-Martínez, 2023) o a consecuencias más graves para su salud mental.

### *Adaptación y Sufrimiento de Estudiantes de Familias Aglutinadas*

Por último, los límites difusos se refieren al caso opuesto, donde la pérdida de la autonomía e independencia desemboca en una escasa capacidad de adaptación, debido a la falta de exploración y confianza en ambientes extraños (Merino-Tejedor et al., 2018; Minuchin, 1974). Según esto, es posible señalar que al no ser estudiantes lo suficientemente autónomos, pueden tener dificultades para lidiar con las problemáticas académicas, en especial en lo que refiere a la organización, haciendo que tengan menor desempeño. Además, estos estudiantes pueden extrañar de sobremanera sus hogares, debido al alto grado de cohesión dentro de su estructura familiar (Schmidt, 2001). Estas situaciones llevarían a que tengan mayores problemáticas al momento de adaptarse al ajetreado mundo de la universidad, provocando la aparición de malestares que están estrechamente relacionados.

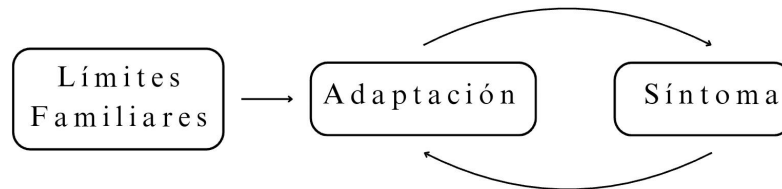
Retomando los síntomas descritos anteriormente, se podría decir que la escasa presencia familiar en el entorno capitalino los puede llevar a desarrollar altos niveles de desarraigo, soledad, nostalgia e incluso mayor duelo migratorio, ya que pierden la estabilidad y cohesión familiar de la que eran parte (Renner et al., 2024; Repetto, 2016); lo cual podría desembocar en altos índices de depresión. A su vez, al no crecer en un ambiente donde se promueva la independencia de sus miembros, es posible que su desempeño académico se vea dificultado y no puedan cumplir con las expectativas familiares (Rufatt, 2012), lo cual puede aseverar su frustración y sufrimiento. Del mismo modo, podrían obstaculizar enormemente los intentos de adaptación posterior, los que si se

mantienen en el tiempo podrían llevar al mismo fin que el de los estudiantes de familias desligadas: la deserción universitaria o peores consecuencias para su bienestar psicológico.

## Conclusión

En este trabajo se ha propuesto un modo de comprender el sufrimiento de los estudiantes de región que dejaron sus hogares para cursar su carrera universitaria de pregrado. Siguiendo el modelo sistémico complejo que presentan Cirillo y sus colegas (2017), el cual vuelve a considerar al sujeto dentro del sistema, se postula que las dificultades para adaptarse son fruto de las interacciones dentro de familias desligadas y aglutinadas, por lo que estudiantes foráneos provenientes de estos contextos tendrían mayores problemas al momento de adoptar una vida de estudios en la RM, lo cual provocaría el surgimiento de síntomas. En este punto sucede una interacción circular, ya que esos síntomas influyen en la adaptación posterior, agravando situaciones como la falta de desempeño, los cuales a su vez llevan al aumento progresivo de los síntomas, desembocando en el fracaso de los intentos de adaptación. En otras palabras, los límites familiares contribuyen a un tipo de adaptación del estudiante que, si es insuficiente o inadecuado, lleva a síntomas que aumentan la inadaptación, lo que al mismo tiempo implica una sobrecarga emocional, derivando en una sintomatología más grave. Esto se puede ilustrar en el siguiente modelo (ver Fig. 1), que contempla los límites antes descritos.

Figura 1: *Modelo sistémico complejo de adaptación según límites familiares*



*Nota.* Gráfico de elaboración propia, inspirado en el modelo de Cirillo et al. (2017) presentado en Agurto et al. (2023).

Dentro de la investigación sistémica, se plantea que el sufrimiento de los estudiantes de región puede observarse de manera interaccional, a pesar de que los fenómenos adaptativos y sintomáticos conciernen al individuo. Esto se esclarece con los abordajes que presenta la literatura, en donde se destaca la relevancia de construir vínculos de apoyo y relaciones interpersonales que puedan influir positivamente sobre el desempeño, el sentimiento de bienestar y pertenencia, la comunicación y comprensión, y la persistencia del estudiante por completar la carrera y adaptarse al ambiente (Abello et al., 2012; Goñi et al., 2022; Vidal, 2023). Por ende, un enfoque terapéutico sistémico que incluya la promoción de relaciones interpersonales y redes de apoyo puede lograr cambios significativos sobre la disposición del estudiante para adaptarse, evitando así la aparición de síntomas y dando paso a la resignificación de las pautas que aprendió según límites familiares.

Otras futuras líneas de investigación podrían abordar las influencias sobre la adaptación de aspectos de la estructura familiar no descritos en estas páginas, tales como jerarquías de poder, roles y relación entre subsistemas específicos como el fraternal o parental; considerando además síntomas particulares como la soledad, ansiedad, baja autoestima e incluso algunos no mencionados aquí como la mala calidad del sueño (véase Van Schalkwick et al., 2015) y los cambios negativos de la dieta (véase Cancino et al., 2018). Para concluir, todavía se pueden

explorar otros aspectos interaccionales valiosos para comprender este fenómeno y lograr cambios positivos el día de mañana.

## Referencias

- Abello, R., Díaz, A., Pérez, M. V., Almeida, L. S., Lagos, I., González, J., & Strickland, B. (2012). Vivencias e implicación académica en estudiantes universitarios: Adaptación y validación de escalas para su evaluación. *Estudios pedagógicos (Valdivia)*, 38(2), 7-19. <https://doi.org/10.4067/S0718-07052012000200001>
- Aguilar, S. & Hamui, A. (2011). Tipos de límites en la dinámica familiar y su relación con el fracaso escolar en adolescentes. *Aten Fam*, 18(4), 78-82. [https://www.revistas.unam.mx/index.php/atencion\\_familiar/article/view/27587](https://www.revistas.unam.mx/index.php/atencion_familiar/article/view/27587)
- Agurto, S., Chubretovic, B., Silvestro, F., Suárez, F. & Ibaceta, F. (2023). Los fundamentos de la terapia de orientación sistémica. Parte I: un escrito sencillo para ser leído por los terapeutas en formación. *VINCULARTE. Revista Clínica y Psicosocial*, 8(9), 91-105. <https://revistavincularte.cl/index.php/ojs/article/view/98>
- Alarcón, E., Piña, J. M., García, A. & Tejedor, F. J. (2019). Perfiles de socialización familiar en estudiantes universitarios de alto rendimiento académico. *Perfiles Educativos*, 41(165), 62-80. [https://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S0185-26982019000300062&script=sci\\_abstract](https://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S0185-26982019000300062&script=sci_abstract)
- Castro-Martínez, J. & Machuca-Tellez, G. (2023). La deserción universitaria en América Latina: una perspectiva ecológica. *Estudios Pedagógicos*, 49(2), 87-108. [https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0718-07052023000200087](https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-07052023000200087)
- Cancino C., Ferrer B., Golusda M.J, González C. (2018) *Salud mental de estudiantes universitarios que migran de región a la UDD Santiago: Estudio Narrativo* [Tesis de Grado, Universidad del Desarrollo]. <https://repositorio.udd.cl/server/api/core/bitstreams/699c81cd-f563-47c7-81b1-9c16b5a23a6b/content>
- Cirillo, S., Selvini, M. & Sorrentino, A. (2017). Entrar en terapia. Las siete puertas de la terapia sistémica. Editorial Desclée de Brouwer.
- Goñi, F., Moraga, C., Sanhueza, M., Catalán, X., Soledad Cruz, M., Gallardo, G. & Veliz, D. (2022). Transición a la Universidad de estudiantes Migrantes Internos en Chile: Experiencias en un Escenario de Triple Ruptura. *Archivos Analíticos de Políticas Educativas*, 30(63), 1-26. <https://epaa.asu.edu/index.php/epaa/article/view/6057/2821>
- Lee, R. M., & Robbins, S. B. (1998). The relationship between social connectedness and anxiety, self-esteem, and social identity. [Editorial] *Journal of Counseling Psychology*, 45(3), 338-345. <https://psycnet.apa.org/record/1998-04269-011>
- Martínez, G., Torres, M. & Ríos, V. (2020). El contexto familiar y su vinculación con el rendimiento académico. *Revista de investigación educativa de la Rediech*, 11, 1-17. [https://www.rediech.org/ojs/2017/index.php/ie\\_rie\\_rediech/article/view/657/952](https://www.rediech.org/ojs/2017/index.php/ie_rie_rediech/article/view/657/952)
- McAdams, C., Foster, V., Dotson-Blake, K., & Brendel, J. (2009). Dysfunctional family structures and aggression in children: A case for school-based, systemic approaches with violent students. *Journal of School Counseling*, 7(1), 1-33. <https://eric.ed.gov/?id=EJ886120>
- Merino-Tejedor, E., Hontangas, P. & Petrides, K. V. (2018). La adaptabilidad a la carrera media el efecto de la inteligencia emocional rasgo sobre el compromiso académico. *Revista de Psicodidáctica*, 23(2), 77-85. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1136103417300357?via%3Dihub>
- Minuchin, S. (1974). *Familias y terapia familiar*. Gedisa. <https://www.scribd.com/doc/64215656/Familia-y-Terapia-Familiar-Minuchin>

- Minuchin, S. & Fishman, C. (1981). *Técnicas de terapia familiar*. Paidós. <https://clea.edu.mx/biblioteca/files/original/042d5ead5802c0aa81b54a43364df0d4.pdf>
- Páramo, M. F. & Tinajero, C. (1992). Influencia de la estructura normativa familiar sobre el estilo cognitivo dependencia-independencia de campo: un estudio prospectivo. *Infancia y Aprendizaje*, (57), 89-98. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=48390>
- Pretty, B. (2016). *Calidad de sueño y adaptación a la vida universitaria en estudiantes universitarios* [Tesis de licenciatura en psicología, Pontificia Universidad Católica del Perú] <https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/20.500.12404/7703>
- Renner, A., Schmidt, V., & Kersting, A. (2024). Migratory grief: A systematic review. *Frontiers in Psychiatry*, 15, Artículo 1303847. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2024.1303847>
- Repetto, J. M. (7 de Noviembre de 2016). *Desarraigo: cómo afecta a muchos estudiantes universitarios en la ciudad*. SLT. <https://sobrelatierra.agro.uba.ar/desarraigo-como-afecta-a-muchos-estudiantes-universitarios-en-la-ciudad/>
- Servicio de Información de Educación Superior. (2015). Reporte de Movilidad de Educación Superior desde Región de Origen. [https://bibliotecadigital.mineduc.cl/bitstream/handle/20.500.12365/4615/reporte\\_n1.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://bibliotecadigital.mineduc.cl/bitstream/handle/20.500.12365/4615/reporte_n1.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Servicio de Información de Educación Superior. (2024). Informe de Matrícula en Educación Superior en Chile. <https://educacionsuperior.mineduc.cl/wp-content/uploads/sites/49/2024/07/2024-MATRICULA-VF-1.pdf>
- Rufatt, M. (2011). Calidad de vida en migrantes universitarios asentados en la región metropolitana de Santiago de Chile. *Hologramatica*, 1(14), 17-40. [https://www.researchgate.net/publication/277267999\\_Calidad\\_de\\_vida\\_en\\_migrantes\\_universitarios\\_asentados\\_en\\_la\\_region\\_metropolitana\\_de\\_Santiago\\_de\\_Chile](https://www.researchgate.net/publication/277267999_Calidad_de_vida_en_migrantes_universitarios_asentados_en_la_region_metropolitana_de_Santiago_de_Chile)
- Schmidt, V. (2001). Recursos para el afrontamiento de eventos vitales estresantes en Familias de Drogodependientes. *RIDEP*, 11(1), 75-92. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4539956>
- Sundqvist, A. J. E., Nyman-Kurkiala, P., Ness, O., & Hemberg, J. (2024). The influence of educational transitions on loneliness and mental health from emerging adults' perspectives. *International journal of qualitative studies on health and well-being*, 19(1), 1-16. <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/17482631.2024.2422142>
- Van Schalkwijk, F. J., Blessinga, A. N., Willemsen, A. M., Van Der Werf, Y. D., & Schuengel, C. (2015). Social support moderates the effects of stress on sleep in adolescents. *Journal of sleep research*, 24(4), 407-413. <https://doi.org/10.1111/jsr.12298>
- Vidal, A. (9 de Mayo del 2023). *Solos en Santiago: La experiencia de estudiar lejos del hogar y vivir en residencias universitarias*. Universidad de Chile. <https://uchile.cl/noticias/204891/solos-en-santiago-estudiar-lejos-del-hogar-y-vivir-en-hogares-de-la-u>
- Zlachevsky, A. (2019). Desde la mirada tradicional hacia la mirada sistémico-narrativa. *LIMINALES. Escritos sobre psicología y sociedad*, 7(4), 9-33. <https://revistafacso.ucecentral.cl/index.php/liminales/article/view/338>