



*Asesorías y Tutorías para la Investigación Científica en la Educación Puig-Salabarría S.C.
José María Pino Suárez 400-2 esq a Lerdo de Tejada, Toluca, Estado de México. 7223898475*

RFC: ATI120618V12

Revista Dilemas Contemporáneos: Educación, Política y Valores.

<https://www.dilemascontemporaneoseduccionpoliticayvalores.com/>

Año: XII Número: 3 Artículo no.: 50 Período: 1 de mayo al 31 de agosto del 2025

TÍTULO: Análisis de los estilos de vida sostenible en estudiantes universitarios mexicanos.

AUTORES:

1. Máster. Adrián Ricardo Pelayo Zavalza.
2. Dr. Lino Francisco Jacobo Gómez Chávez.
3. Dr. Jorge López Haro.
4. Dr. Óscar Alberto Maldonado Ibarra.

RESUMEN: Este estudio analiza los estilos de vida sostenibles en estudiantes universitarios mexicanos. El estudio es cuantitativo, transversal, correlacional y discriminante, con una muestra de 1304 estudiantes. Los resultados indican que los estudiantes de posgrado presentan índices de sostenibilidad más altos que los de pregrado, con movilidad y consumo responsable como los factores mejor puntuados. Se encontraron correlaciones significativas entre todos los componentes del estilo de vida, lo que sugiere que las mejoras en un área influyen positivamente en otras. Los clústeres de ocio sostenible mostraron diferencias significativas en todos los factores del estilo de vida. Se brinda evidencia empírica para guiar a las instituciones de educación superior en la promoción de políticas de sostenibilidad y destaca la necesidad de futuras investigaciones en contextos educativos y sociales más amplios.

PALABRAS CLAVES: sostenibilidad, desarrollo sostenible, universidad, educación, alumnos.

TÍTULO: Analysis of sustainable lifestyles in Mexican university students.

AUTHORS:

1. Master. Adrián Ricardo Pelayo Zavalza.
2. PhD. Lino Francisco Jacobo Gómez Chávez.

3. PhD. Jorge López Haro.

4. PhD. Óscar Alberto Maldonado Ibarra.

ABSTRACT: This study analyses sustainable lifestyles in Mexican university students. The study is quantitative, cross-sectional, correlational and discriminant, with a sample of 1304 students. The results indicate that graduate students present higher sustainability indices than undergraduate students, with mobility and responsible consumption being the highest-scoring factors. Significant correlations were found between all lifestyle components, suggesting that improvements in one area positively influence others. Sustainable leisure clusters showed significant differences in all lifestyle factors. Empirical evidence is provided to guide higher education institutions in promoting sustainability policies and highlights the need for future research in broader educational and social contexts.

KEY WORDS: sustainability, sustainable development, university, education, students.

INTRODUCCIÓN.

En el contexto de la crisis ambiental global y la disminución de los recursos naturales, adoptar estilos de vida sostenibles es una necesidad urgente y ha adquirido una relevancia central en la agenda global (Organización de las Naciones Unidas, 2015). Estos estilos de vida, además de pretender mitigar el impacto humano en el planeta, también fomentan prácticas que aseguren la conservación del entorno y recursos para futuras generaciones, con una perspectiva de equidad intergeneracional (Akenji & Chen, 2016).

En las últimas décadas, los estilos de vida sostenibles han ganado relevancia como respuesta a los desafíos ambientales, sociales y económicos en el contexto global; además la necesidad de transitar hacia estilos de vida sostenibles ha adquirido relevancia a nivel global y también en el contexto universitario (Programa para el Medio Ambiente de Naciones Unidas, 2020). En este mismo sentido, las universidades desempeñan un papel crucial en la formación de ciudadanos del futuro conscientes y comprometidos con prácticas sostenibles, y de futuros líderes y agentes del desarrollo local en la sociedad actuando como

plataformas para el cambio social y ambiental (Programa de Naciones Unidas para el Desarrollo, 2024; Moneva Abadía & Martín Vallepín, 2012).

Las universidades tienen como propósito ser agentes promotores del bienestar y progreso de las sociedades y su rol es esencial en la formación del talento humano, el desarrollo de la investigación para la solución de los problemas urgentes, la contribución a una economía más verde, y la construcción de un futuro sostenible (Fernández Pérez, 2018; Tilbury, 2012).

Un ejemplo puntual de ello es Runners Puerto Vallarta, un proyecto de actividad física sostenible en el cual, a través del *running* y el *plogging*, se promueve un estilo de vida sostenible que contribuye al bienestar físico, social y ambiental. Este nace desde los esfuerzos de la Licenciatura en Cultura Física y Deportes de la Universidad de Guadalajara, el cual es un ejemplo de acciones vinculación, extensión universitaria y de responsabilidad social (Instagram, 2025); sin embargo, la adopción efectiva de estilos de vida sostenibles no solo depende del conocimiento, actitudes y comportamientos de los estudiantes, sino de las políticas y el compromiso institucional hacia con la sostenibilidad en cada universidad.

Existen pocos estudios que analizan los estilos de vida sostenibles en universitarios a nivel global y nacional; por ejemplo, un estudio reciente hecho en Japón sugiere que la generación de jóvenes que está cursando estudios universitarios tiende a ser más progresiva con su estilo de vida al tener altas actitudes y percepciones de la sostenibilidad (Yamane & Kaneko, 2021). Son estos jóvenes quienes pueden empujar a la sociedad hacia el incremento de un estilo de vida más sostenible.

En otro estudio realizado en 37 países, aunque no es realizado en universitarios, se encontró una relación positiva entre el estilo de vida sostenible y el nivel educativo, de manera que a mayor grado de estudios, el estilo de vida es más sostenible. Se encontró que 31% de la muestra practica el reciclaje, 62% toma cuidado por la conservación de la electricidad, 48% usa productos ahorradores de energía, y 61% realiza reciclaje de residuos; además, las personas con estudios superiores tenían más probabilidades de participar en actividades sostenibles (Piao & Managi, 2023).

En el contexto mexicano ya se han estudiado los estilos de vida sostenible previamente, sobre todo desde los determinantes psicológicos (orientación pro-sustentabilidad, afinidad por la diversidad, austeridad, frugalidad y altruismo). El primer estudio se realizó en población general mexicana del estado de Sonora y destaca la creación de un primer instrumento confiable que mide y correlaciona significativamente el estilo de vida sostenible y la orientación a la sustentabilidad (Corral-Verdugo, Tapia-Fonllem, Fraijo-Sing, Mireles-Acosta, & Márquez-Ulloa, 2008).

Se realizó otro estudio en estudiantes de 4 instituciones de educación superior en Sonora, donde se encontró que no hubo diferencias significativas en las medias del estilo de vida sostenible de los estudiantes de primer y de último grado, por lo que la transición por la institución de educación superior no significó un aumento en la mejora del estilo de vida sostenible en los universitarios (Tapia-Fonllem, Fraijo-Sing, Corral-Verdugo, & Ortiz-Valdez, 2017). Otro estudio, en el mismo estado del norte de México, donde se midieron las conductas sustentables, se concluye que son las conductas equitativas las más practicadas, seguidas de las altruistas y las proecológicas, además las diferencias entre hombre y mujeres no fueron significativas (Barrera-Hernández, Ocaña-Zúñiga, Sotelo-Castillo, & Echeverría-Castro, 2019).

En una reciente revisión sistemática de la literatura de los estilos de vida sostenibles, se encontró que existe un consenso internacional y nacional de los principales componentes del estilo de vida sostenible, los cuales son: vivienda, movilidad, consumo responsable, alimentación y ocio, siendo este último, el componente menos estudiado (Pelayo Zavalza, Gómez Chávez, & César Arnaiz, 2023).

El objetivo del presente trabajo de investigación tuvo los siguientes objetivos:

- 1) Examinar las características demográficas, académicas y socioeconómicas.
- 2) Analizar la medida en que se relacionan los 5 componentes del estilo de vida sostenible.
- 3) Analizar las posibles divergencias entre grupos de ocio sostenible (bajo, medio y alto).

DESARROLLO.

Método.

Diseño del estudio.

La presente es una investigación cuantitativa, transversal, comparativa y correlacional. Se describen en un primer momento los análisis descriptivos demográficos, académicos y socioeconómicos, así como un ranking de las medias presentadas de los estilos de vida sostenibles por programas educativos y áreas del conocimiento. Posteriormente, se presentan los análisis correlacionales entre los factores: ocio, alimentación, movilidad, consumo responsable y vivienda; por último, se presentan los análisis multivariados (MANOVAS), además de un análisis de clústeres.

Muestreo.

El muestreo fue representativo y proporcional con un tamaño de muestra de 924 participantes en el estudio (nivel de confianza del 97% y un error del 3%), donde se alcanzó una muestra de 1304 respuestas de estudiantes universitarios de diferentes áreas del conocimiento: Ciencias Biológicas de la Salud, Ingenierías, y Estudios Socioeconómicos. El muestreo fue estratificado (por género y programa educativo), se realizó por conglomerados en físico (aplicación de escala por grupos) y por bola de nieve de forma digital (Heckathorn, 1997) entre octubre del 2023 y febrero del 2024. Las respuestas de los cuestionarios se realizaron por autoreporte a través de la plataforma *Google Forms* y por encuestas físicas hechas directamente a las personas.

Participantes.

La muestra estuvo conformada por 1304 de estudiantes universitarios de pregrado y posgrado matriculados en el Centro Universitario de la Costa de la Universidad de Guadalajara que dieron su consentimiento libre, informado y voluntario para participar en la investigación. De igual manera, se excluyeron estudiantes universitarios pertenecientes a otro centro universitario u otra institución educativa de nivel superior y/o que hayan egresado o no tengan un estatus activo; por último, se eliminaron aquellas

respuestas de personas que no concluyeron el formulario; los casos que se identificó falta de formalidad en las respuestas o falsedad de la información; respuestas que no cumplieron con los criterios de inclusión de la investigación, y respuestas duplicadas.

Se utilizó en instrumento “Estilos de vida sostenibles en estudiantes universitarios” el cual muestra una confiabilidad alta (.935 Alfa de Cronbach) (Pelayo Zavalza A. , Gómez Chávez, Castro Castañeda, & López Haro, 2024). Además, este estudio fue realizado bajo los lineamientos de los principios éticos de la Declaración de Helsinki (AMM, 2004).

Análisis de datos.

El análisis de los datos es descriptivo, correlacional y discriminante. En un primer momento, se analizaron las características demográficas, académicas y socioeconómica para la caracterización de la muestra; también se calculó la ponderación de medias del índice de estilos de vida sostenible, así como cada uno de sus componentes. En un segundo momento, se analizaron las correlaciones entre los factores; por último, se analizaron los clústeres de ocio sostenible (alto, medio y bajo) y su relación con los otros componentes. Para el análisis estadístico se utilizó el programa estadístico *Statistical Package for the Social Science* (SPSS).

Resultados.

Análisis descriptivos.

En tabla 1 se observan las características demográficas de la muestra, donde existe una proporción mayor de mujeres (55,1%) comparada con los hombres (43,1%), las personas binarias (0,8%) y las personas que decidieron no decir su género (1%); así mismo, se tiene una población con una media de edad de 20.92 años, siendo el rango de 20-29 años el de mayor proporción (55,1%), seguido del rango de <19 años (41,2%) y con una menor proporción de personas de 30-39 y >40 años (2,5% y 1,2% respectivamente).

También, se observa una amplia proporción de la población soltera (96,1%) y de mexicanos (98,7%), aunque también se presentan pocos casos de personas de otras nacionalidades como: estadounidenses (0,8%), cubanos (0,2%), mexicoamericanos (0,2%), colombianos y panameños (0,1% cada uno).

Igualmente, se muestra una proporción mayor de la población que vive en zonas periféricas (60,7%), comparado con las personas que viven en zona centro y zona turística (32,7% y 6,6% respectivamente); así mismo, hay una ligera predominancia de las personas que son locales (53,8%) sobre las personas foráneas (46,2%). Por último, existe una mayor proporción de personas que aún viven con sus padres (49,5%), seguido de una menor población que vive con uno de sus padres (18,1%), personas que viven con sus familiares y/o con *roomies* (10,6%), y por último, una pequeña población que vive solo (6,4%) o con su pareja (4,8%).

Tabla 1. Características demográficas.

Característica	Frecuencia	Indicador
Sexo		
Hombre	562	43,1%
Mujer	719	55,1%
Persona no binarie	10	0,8%
Prefiero no decirlo	13	1,0%
Edad		
<19 años	537	41,2%
20-29 años	719	55,1%
30-39 años	33	2,5%
>40 años	15	1,2%
Media		20,92 (D.E. 4,38)
Estado civil		
Casada/o	51	3,9%
Soltera/o	1253	96,1%
Nacionalidad		
Colombiana	1	0,1%
Cubana	3	0,2%
Estadounidense	10	0,8%
Mexicana	1287	98,7%
Mexicoamericana	2	0,2%
Panameña	1	0,1%

Zona de residencia		
Zona turística	86	6,6%
Zona centro	426	32,7%
Zona periferia	792	60,7%
Condición de locales o foráneo		
Locales	701	53,8%
Foráneos	603	46,2%
Estructura del hogar		
Vivo con alguno de mis padres	236	18,1%
Vivo con familiares	138	10,6%
Vivo con mi pareja	63	4,8%
Vivo con mis padres	645	49,5%
Vivo con roomies	138	10,6%
Vivo solo	84	6,4%

En la tabla 2 se describe la predominancia de los estudiantes de licenciatura (95,4%), sobre los de posgrado (2,9% maestría y 1,7% doctorado). Se observa también, una porción similar por áreas del conocimiento: División de estudios socioeconómicos (36,3%), División de ciencias biológicas y de la salud (35,8%) y División de ingenierías (27,8%); así mismo, encontramos un rango de promedios predominante de 91-100 (60,5%), seguido del rango de 81-90 (30,6%), y por último, los rangos de 71-80 (8,3%) y 61-70 (0,6%). Se presenta una media de promedio de 91,06 (D.E. 5,898).

Tabla 2. Características académicas.

Característica	Frecuencia	Indicador
Nivel educativo		
Licenciatura	1244	95,4%
Maestría	38	2,9%
Doctorado	22	1,7%
Área del conocimiento		
División de estudios socioeconómicos	474	36,3%
División de ingenierías	363	27,8%
División de ciencias biológicas y de la salud	467	35,8%
Rango de promedios		
61-70	8	0,6%
71-80	108	8,3%
81-90	399	30,6%
91-100	789	60,5%
Media		91,06 (D.E. 5,89)

Respecto a las características socioeconómicas, en la tabla 3 se observa que es el nivel socioeconómico medio (54,8%) el predominante, seguido del nivel medio-bajo (33,4%), luego del nivel medio alto y alto (7,2%), y por último, el nivel bajo (4,6%); por otro lado, la principal actividad a la que se dedica la población estudiada es a estudiar (48,6%) y a estudiar y trabajar (42,8%), con una pequeña proporción de personas que trabajan y administran el hogar (8,6%). También, hay una gran proporción de personas que no cuentan con vehículo propio (75,1%) sobre los que si tienen (24,9%). De las personas que cuentan con vehículo propio, los que predominan son: coche (13,4%), motocicleta y bicicleta (4,1% cada uno), así también como la combinación de 2 o más vehículos: coche y bicicleta (1,9%), moto y bicicleta (0,6%), coche y moto (0,5%) y coche, motocicleta y bicicleta (0,3%).

Tabla 3. Características socioeconómicas.

Característica	Frecuencia	Indicador
Nivel socioeconómico		
Bajo	60	4,6%
Medio-bajo	435	33,4%
Medio	715	54,8%
Medio-alto y alto	94	7,2%
Actividad principal		
Estudio	634	48,6%
Estudio y trabajo	558	42,8%
Estudio y administro el hogar	112	8,6%
Cuento con vehículo propio		
Sí	325	24,9%
No	979	75,1%
Tipo de vehículo con el que se cuenta		
Bicicleta	53	4,1%
Coche	175	13,4%
Coche y bicicleta	25	1,9%
Coche y moto	7	0,5%
Coche, motocicleta y bicicleta	4	0,3%
Moto y bicicleta	8	0,6%
Motocicleta	53	4,1%
No tengo ningún vehículo	979	75,1%

Por otro lado, en la tabla 4 se observa que la media general del Índice de Estilo de Vida Sostenible es de 3,17. Respecto a las medias de cada uno de los factores que conforman el Índice de Estilo de Vida Sostenible se destacan en orden los factores de: movilidad sostenible (3,26), consumo responsable (3,23), ocio sostenible (3,20), alimentación sostenible (3,17), y por último, vivienda sostenible (2,98).

Tabla 4. Medias por factores e Índice de Estilo de Vida Sostenible.

Factor	Media	D. E.
Ocio sostenible	3,20	,640
Alimentación sostenible	3,17	,562
Movilidad sostenible	3,26	,648
Consumo responsable	3,23	,721
Vivienda sostenible	2,98	,663
Índice de Estilo de Vida Sostenible	3,17	,504

Respecto a las medias en la división de estudios socioeconómicos por factores, se destacan los tres principales programas educativos en el factor ocio sostenible: Maestría en Dirección de Mercadotecnia (3,90), Doctorado en Gestión y Negocios (3,90) y Doctorado en Ciencias para el Desarrollo, la Sustentabilidad y el Turismo (3,81). Respecto al factor de alimentación sostenible se destacan: Doctorado en Ciencias para el Desarrollo, la Sustentabilidad y el Turismo (3,83), Maestría en Dirección de Mercadotecnia (3,56) y Maestría en Ciencias para el Desarrollo, la Sustentabilidad y el Turismo (3,54). En el factor de movilidad sostenible destacan los programas educativos de: Maestría en Dirección de Mercadotecnia (3,85), Contabilidad (3,40) y Turismo (3,37).

En cuanto al factor de consumo responsable se destacan los programas educativos de Maestría en Dirección de Mercadotecnia (3,98), Doctorado en Ciencias para el Desarrollo, la Sustentabilidad y el Turismo (3,75) y Doctorado en Gestión y Negocios (3,71).

Por último, se destacan los programas educativos en el factor de vivienda sostenible: Maestría en Dirección de Mercadotecnia (3,71), Doctorado en Gestión y Negocios (3,61) y Maestría en Ciencias para el Desarrollo, la Sustentabilidad y el Turismo (3,51). Véase tabla 5.

Tabla 5. Medias por programa educativo y componentes de estilo de vida sostenible de la División de estudios socioeconómicos.

Programa educativo	1	2	3	4	5
Abogado	3,15	3,15	3,20	3,20	3,04
Administración	3,19	3,17	3,28	3,23	2,95
Artes Visuales	3,17	3,06	3,19	3,08	2,81
Ciencias y Artes Culinarias	3,53	3,35	3,31	3,38	3,03
Contaduría Pública	3,06	3,08	3,40	3,12	2,87
Diseño para la Comunicación Gráfica	3,21	3,07	3,28	3,21	2,97
Doctorado en Ciencias para el Desarrollo, la Sustentabilidad y el Turismo	3,81	3,83	3,15	3,75	3,26
Doctorado en Gestión y Negocios	3,90	3,50	2,98	3,71	3,61
Maestría en Administración de Negocios	3,29	3,05	3,02	3,34	2,87
Maestría en Ciencias para el Desarrollo, la Sustentabilidad y el Turismo	3,57	3,54	3,28	3,48	3,51
Maestría en Dirección de Mercadotecnia	3,90	3,56	3,85	3,98	3,71
Turismo	3,31	3,10	3,37	3,17	2,94

1. Ocio sostenible, 2. Alimentación sostenible, 3. Movilidad sostenible, 4. Consumo responsable y 5.

Vivienda sostenible.

Respecto a las medias en la división de ingenierías por factores, se destacan los tres principales programas educativos en el factor ocio sostenible: Maestría en Ciudad, Cambio Climático y Resiliencia (3,66), Arquitectura (3,15) e Ingeniería Civil (3,14). Respecto al factor de alimentación sostenible se destacan: Ingeniería Civil (3,24), Maestría en Ciudad, Cambio Climático y Resiliencia (3,20) y Arquitectura (3,10). En el factor de movilidad sostenible destacan los programas educativos de: Ingeniería en Videojuegos (3,45), Maestría en Ciudad, Cambio Climático y Resiliencia (3,43) e Ingeniería en Computación (3,30). En cuanto al factor de consumo responsable se destacan los programas educativos de Maestría en Ciudad,

Cambio Climático y Resiliencia (3,66), Ingeniería en Comunicación Multimedia (3,29) e Ingeniería en Videojuegos (3,28); por último, se destacan los programas educativos en el factor de vivienda sostenible: Ingeniería Civil (3,03), Maestría en Ciudad, Cambio Climático y Resiliencia (2,97) e Ingeniería en Videojuegos (2,96). Véase tabla 6.

Tabla 6. Medias por programa educativo y componentes de estilo de vida sostenible de la División de ingenierías.

Programa educativo	1	2	3	4	5
Arquitectura	3,15	3,10	3,15	3,07	2,84
Ingeniería Civil	3,14	3,24	3,28	3,25	3,03
Ingeniería en Computación	2,81	3,05	3,30	3,09	2,93
Ingeniería en Comunicación Multimedia	3,00	3,08	3,30	3,29	2,82
Ingeniería en Telemática	3,00	3,04	3,19	3,16	2,90
Ingeniería en Videojuegos	3,08	2,95	3,45	3,28	2,96
Maestría en Ciudad, Cambio Climático y Resiliencia	3,66	3,20	3,43	3,66	2,97

1. Ocio sostenible, 2. Alimentación sostenible, 3. Movilidad sostenible, 4. Consumo responsable y 5.

Vivienda sostenible.

Respecto a las medias en la División de ciencias biológicas y de la salud por factores se destacan los tres principales programas educativos en el factor ocio sostenible: Doctorado en Ciencias en Biosistemática, Ecología y Manejo de Recursos Naturales y Agrícolas (3,50), Biología (3,45) y Enfermería (3,26). Respecto al factor de alimentación sostenible se destacan: Nutrición (3,30), Biología (3,27) y Cultura física y deportes (3,24). En el factor de movilidad sostenible destacan los programas educativos de Doctorado en Ciencias en Biosistemática, Ecología y Manejo de Recursos Naturales y Agrícolas (3,50), Enfermería (3,43) y Biología (3,37).

En cuanto al factor de consumo responsable se destacan los programas educativos de Doctorado en Ciencias en Biosistemática, Ecología y Manejo de Recursos Naturales y Agrícolas (3,63), Biología (3,55)

y Enfermería (3,29); por último, se destacan los programas educativos en el factor de vivienda sostenible: Doctorado en Ciencias en Biosistemática, Ecología y Manejo de Recursos Naturales y Agrícolas (3,37), Biología (3,09) y Enfermería (3,09). Véase tabla 7.

Tabla 7. Medias por programa educativo y componentes de estilo de vida sostenible de la División de ciencias biológicas y de la salud.

Programa educativo	1	2	3	4	5
Biología	3,45	3,27	3,37	3,55	3,09
Cultura Física y Deportes	3,23	3,24	3,24	3,29	2,96
Doctorado en Ciencias en Biosistemática, Ecología y Manejo de Recursos Naturales y Agrícolas	3,50	3,21	3,50	3,63	3,37
Enfermería	3,26	3,23	3,43	3,29	3,09
Médico Cirujano y Partero	3,12	3,16	2,96	3,06	2,88
Nutrición	3,19	3,30	3,17	3,15	3,03
Psicología	3,22	3,16	3,32	3,27	3,00

1. Ocio sostenible, 2. Alimentación sostenible, 3. Movilidad sostenible, 4. Consumo responsable y 5.

Vivienda sostenible.

Respecto a las medias del índice de estilos de vida sostenibles se destacan las 10 principales programas educativos: Maestría en Dirección de Mercadotecnia (3,81), Doctorado en Ciencias para el Desarrollo, la Sustentabilidad y el Turismo (3,57), Doctorado en Gestión y Negocios (3,56), Maestría en Ciencias para el Desarrollo, la Sustentabilidad y el Turismo (3,48), Doctorado en Ciencias en Biosistemática, Ecología y Manejo de Recursos Naturales y Agrícolas (3,45), Maestría en Ciudad, Cambio Climático y Resiliencia (3,40), Biología (3,36), Ciencias y Artes Culinarios (3,33), Enfermería (3,26) y Psicología (3,20). Véase tabla 8.

Tabla 8. Medias de índice de estilo de vida sostenible por programa educativo.

Programa educativo	Media	Desviación estándar
Abogado	3,15	,612
Administración	3,17	,464
Arquitectura	3,07	,524
Artes Visuales	3,07	,453
Biología	3,36	,508
Ciencias y Artes Culinarias	3,33	,433
Contaduría Pública	3,11	,475
Cultura Física y Deportes	3,20	,471
Diseño para la Comunicación Gráfica	3,15	,503
Doctorado en Ciencias en Biosistemática, Ecología y Manejo de Recursos Naturales y Agrícolas	3,45	,583
Doctorado en Ciencias para el Desarrollo, la Sustentabilidad y el Turismo	3,57	,374
Doctorado en Gestión y Negocios	3,56	,611
Enfermería	3,26	,502
Ingeniería Civil	3,18	,491
Ingeniería en Computación	3,03	,558
Ingeniería en Comunicación Multimedia	3,10	,433
Ingeniería en Telemática	3,06	,520
Ingeniería en Videojuegos	3,15	,426
Maestría en Administración de Negocios	3,13	,684
Maestría en Ciencias para el Desarrollo, la Sustentabilidad y el Turismo	3,48	,398
Maestría en Ciudad, Cambio Climático y Resiliencia	3,40	,385
Maestría en Dirección de Mercadotecnia	3,81	,634
Médico Cirujano y Partero	3,04	,474
Nutrición	3,17	,456
Psicología	3,20	,462
Turismo	3,19	,508
TOTAL	3,17	,504

Análisis correlacionales.

Respecto a los análisis correlacionales de la población de estudiantes universitarios, en la tabla 9 se observan las correlaciones entre los distintos factores: ocio sostenible, alimentación sostenible, movilidad sostenible, consumo responsable y vivienda sostenible. Se destaca, que todos los componentes del estilo de vida muestran correlaciones significativas entre ellos; por un lado, el ocio sostenible correlaciona de manera positiva y significativa con los factores: alimentación sostenible ($,560^{**}$), movilidad sostenible ($,371^{**}$), consumo responsable ($,564^{**}$) y vivienda sostenible ($,495^{**}$). También la alimentación sostenible correlaciona de manera positiva y significativa con los factores: movilidad sostenible ($,372^{**}$), consumo responsable ($,599^{**}$) y vivienda sostenible ($,546^{**}$); así mismo, la movilidad sostenible correlaciona de manera positiva y significativa con los factores: consumo responsable ($,517^{**}$) y vivienda sostenible ($,395^{**}$); por último, el consumo responsable correlaciona de manera positiva y significativa con el factor: vivienda sostenible ($,634^{**}$).

Tabla 9. Correlaciones entre componentes del estilo de vida sostenible.

Componente EVS	1	2	3	4	5
1	1	-	-	-	-
2	$,560^{**}$	1	-	-	-
3	$,371^{**}$	$,372^{**}$	1	-	-
4	$,564^{**}$	$,599^{**}$	$,517^{**}$	1	-
5	$,495^{**}$	$,546^{**}$	$,395^{**}$	$,634^{**}$	1

1. Ocio sostenible, 2. Alimentación sostenible, 3. Movilidad sostenible, 4. Consumo responsable y 5. Vivienda sostenible. **. La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Análisis discriminantes.

En la tabla 10 es posible observar los análisis discriminantes de los 3 clústeres de ocio sostenible (alto ocio sostenible, medio ocio sostenible y bajo ocio sostenible) por factores: alimentación sostenible, movilidad sostenible, consumo responsable y vivienda sostenible; por un lado, el clúster de alto ocio sostenible es significativamente ($p < 0.00$) mayor a los grupos de medio y bajo ocio sostenible en los factores de alimentación sostenible, movilidad sostenible, consumo responsable y vivienda sostenible. En

segundo lugar, el clúster de medio ocio sostenible es significativamente ($p < 0.00$) menos al clúster de alto ocio sostenible, pero significativamente ($p < 0.00$) mayor al clúster de bajo ocio sostenible; por último, se observa que el clúster de bajo ocio sostenible es significativamente ($p < 0.00$) menor a los clústeres de alto y medio ocio sostenible; de manera, que es posible sostener que a mayor media en el factor de ocio sostenible será mayor la media en los factores de alimentación sostenible, movilidad sostenible, consumo responsable y vivienda sostenible.

Tabla 10. Análisis discriminante de clúster Ocio Sostenible por factor.

Factor	Clúster Ocio Sostenible (I)	Clúster Ocio Sostenible (J)	Diferencia de medias (I-J)	D.E.	Sig.
Alimentación sostenible	Alto Ocio Sostenible	Bajo Ocio Sostenible	,795*	,037	,000
		Medio Ocio Sostenible	,442*	,031	,000
	Bajo Ocio Sostenible	Alto Ocio Sostenible	-,795*	,037	,000
		Medio Ocio Sostenible	-,353*	,034	,000
	Medio Ocio Sostenible	Alto Ocio Sostenible	-,442*	,031	,000
		Bajo Ocio Sostenible	,353*	,034	,000
Movilidad sostenible	Alto Ocio Sostenible	Bajo Ocio Sostenible	,618*	,047	,000
		Medio Ocio Sostenible	,304*	,039	,000
	Bajo Ocio Sostenible	Alto Ocio Sostenible	-,618*	,047	,000
		Medio Ocio Sostenible	-,313*	,043	,000
	Medio Ocio Sostenible	Alto Ocio Sostenible	-,304*	,039	,000
		Bajo Ocio Sostenible	,313*	,043	,000
Consumo responsable	Alto Ocio Sostenible	Bajo Ocio Sostenible	1,023*	,048	,000
		Medio Ocio Sostenible	,566*	,040	,000
	Bajo Ocio Sostenible	Alto Ocio Sostenible	-1,023*	,048	,000
		Medio Ocio Sostenible	-,456*	,044	,000
	Medio Ocio Sostenible	Alto Ocio Sostenible	-,566*	,040	,000
		Bajo Ocio Sostenible	,456*	,044	,000
Vivienda sostenible	Alto Ocio Sostenible	Bajo Ocio Sostenible	,803*	,046	,000
		Medio Ocio Sostenible	,485*	,038	,000
	Bajo Ocio Sostenible	Alto Ocio Sostenible	-,803*	,046	,000
		Medio Ocio Sostenible	-,3188*	,042	,000
	Medio Ocio Sostenible	Alto Ocio Sostenible	-,4851*	,038	,000
		Bajo Ocio Sostenible	,3188*	,042	,000

Se basa en las medias observadas.

El término de error es la media cuadrática (Error) = ,354.

*. La diferencia de medias es significativa en el nivel ,05.

CONCLUSIONES.

Entre los principales resultados, es posible destacar, que entre las principales características demográficas se encontró una proporción mayor de mujeres con una media de edad de 20.92 años, principalmente solteros, que viven en zonas periféricas con una mayoría de gente local y que viven con sus padres. Respecto a las características académicas predominan alumnos de licenciatura, con una predominancia de la división de estudios socioeconómicos y con un rango de promedios de 91 a 100 en su mayoría. La población es mayormente perteneciente al nivel socioeconómico medio, se dedican principalmente a solo a estudiar, y en mayor medida, no cuentan con vehículo propio.

Se concluye, que la media del índice de estilo de vida sostenible es de 3.17 puntos, siendo el factor de movilidad el de mayor media (3.26), seguido de consumo responsable (3.23), luego ocio (3.20), y siendo alimentación (3.17) y vivienda los factores menos ponderados (2.98); además, son los programas educativos de posgrado (3 maestrías: Dirección de Mercadotecnia; Ciencias para el desarrollo, la sustentabilidad y el turismo; Ciudad, cambio climática y resiliencia; y 3 doctorados: Gestión y Negocios; Ciencias para el desarrollo, la sustentabilidad y el turismo; Ciencias en Biosistemática, ecología y manejo de recursos naturales y agrícolas) los que destacan en sus medias en el top 10 del ranking del índice de estilo de vida sostenible sobre los programas de pregrado (4 licenciaturas: Biología; Ciencias y Artes Culinarias; Enfermería; y Psicología).

Respecto a los análisis correlacionales se encontraron asociaciones positivas y significativas ($p < 0.01$) entre todos los factores componentes del índice de estilo de vida sostenible, lo que implica, que al mejorar cualquier aspecto del estilo de vida, impacta de manera directa en las demás variables.

Respecto al análisis discriminante de los 3 clústeres de ocio sostenible (alto, medio y bajo), se encontró que el clúster de alto ocio sostenible es significativamente ($p < 0.00$) mayor a los grupos de medio y bajo ocio sostenible en todos los factores restantes (alimentación, movilidad, consumo responsable y vivienda); además, el clúster de medio ocio sostenible es significativamente ($p < 0.00$) menor al clúster de alto ocio sostenible, pero significativamente ($p < 0.00$) mayor al clúster de bajo ocio sostenible en los otros factores.

Por último, se observa que el clúster de bajo ocio sostenible es significativamente ($p < 0.00$) menor a los clústeres de alto y medio ocio sostenible. De manera que a mayor puntaje de medias en el factor de ocio sostenible será mayor la media en los factores de alimentación sostenible, movilidad sostenible, consumo responsable, y vivienda sostenible.

Por otro lado, el presente estudio destaca 4 principales fortalezas. En primer lugar, este pudiera ser uno de los primeros estudios que se realiza para analizar los estilos de vida sostenibles, lo cual hace que el estudio sea original, pertinente y relevante; así mismo, se destaca la alta tasa de respuesta del instrumento (1304 individuos que respondieron), un alto valor de confianza de 97%, y un error muestral bajo (3%); también destaca la complejidad de los análisis estadísticos de relación y diferenciación (descriptivos, correlacionales y discriminantes por clústeres); por último, cabe mencionar, que los resultados son confiables por replicar la metodología del instrumento utilizado, el cual presenta propiedades psicométricas y de confiabilidad adecuadas para la medición del constructo.

Se reconocen también algunas limitaciones del actual estudio; por un lado, la presente investigación fue un primer estudio llevado a cabo en una universidad pública de Puerto Vallarta, por lo que los resultados no se pueden generalizar hacia todos los contextos universitarios de México. También, al ser un estudio estratificado y proporcional, la tasa de respuesta de posgrados fue baja (4.6%); por otro lado, pudiera existir cierta carga de subjetividad en la respuesta de los cuestionarios al ser un estudio retrolectivo.

Dicho eso, se plantean algunas sugerencias para futuras líneas de investigación tales como abordar otras universidades de la región y de México (públicas y privadas); además de estudiar otros contextos que pudiera influir como el entorno urbano y rural, así como otras poblaciones: trabajadores, adultos mayores, comunidad LGBT+, entre otras que nos permitan hacer comparaciones y enriquecer la evidencia científica de este nuevo campo de los estilos de vida sostenibles en México; por último, también se sugiere explorar los estilos de vida desde una visión cualitativa para poder profundizar en elementos de contexto y comprender los procesos que llevan o no a las personas a practicar estilos de vida sostenibles.

Para concluir, este estudio brinda información basada en evidencia científica de la situación actual de la práctica de estilos de vida sostenibles en universitarios mexicanos, por lo que pudiera servir para la toma de decisiones informada de las instituciones de educación superior en México para crear estrategias y políticas para la adopción y promoción de estilos de vida con una visión de sostenibilidad.

Si bien las acciones individuales pueden tener una buena intención de cambio de paradigma hacia una forma más sostenible, se requieren grandes esfuerzos por parte de los distintos sectores de la sociedad para trabajar en conjunto en un cambio sistémico que permita garantizar un desarrollo sostenible, así como una vida saludable, próspera y digna para todas las personas.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.

1. Akenji, L., & Chen, H. (2016). A framework for shaping sustainable lifestyles: determinants and strategies. United Nations Environment Programme. Obtenido de https://www.oneplanetnetwork.org/sites/default/files/a_framework_for_shaping_sustainable_lifestyles_determinants_and_strategies_0.pdf
2. AMM. (2004). Declaración de Helsinki. Obtenido de <https://www.conbioetica-mexico.salud.gob.mx/descargas/pdf/helsinki.pdf>
3. Barrera-Hernández, L. F., Ocaña-Zúñiga, J., Sotelo-Castillo, M. A., & Echeverría-Castro, S. B. (2019). Conductas sustentables en estudiantes universitarios de México. *Atenas*, 1(45), 20-35. Obtenido de <https://www.redalyc.org/journal/4780/478058273002/html/>
4. Corral-Verdugo, V., Tapia-Fonllem, C., Fraijo-Sing, B., Mireles-Acosta, J., & Márquez-Ulloa, P. (2008). Orientación a la sustentabilidad como determinante de los estilos de vida sustentables: un estudio con una muestra mexicana. *Revista Mexicana de Psicología*, 25(2), 313-327. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/2430/243016308011.pdf>

5. Fernández Pérez, A. (2018). Educación para la sostenibilidad: Un nuevo reto para el actual modelo universitario. *Research, Society and Development*, 7(4), 1-19. doi:<https://doi.org/10.17648/rsd-v7i4.219>
6. Heckathorn, D. (1997). Respondent-driven sampling: A new approach to the study of hidden populations. *Social Problems*, 44(3), 174-199. doi:<https://doi.org/10.2307/3096941>
7. Instagram. (26 de 02 de 2025). Runners Puerto Vallarta. Obtenido de Runners Puerto Vallarta: <https://www.instagram.com/runners.pv/>
8. Malik, R. (2018). Educational challenges in 21st century and sustainable development. *J. Sustain. Dev. Educ. Res.*, 2, 9–20. Obtenido de <https://ejournal.upi.edu/index.php/JSDER/article/view/12266/7323>
9. Moneva Abadía, J., & Martín Vallepín, E. (2012). Universidad y desarrollo sostenible: análisis de la rendición de cuentas de las universidades públicas desde un enfoque de responsabilidad social. *Revista Iberoamericana de Contabilidad de Gestión*, X(19). Obtenido de http://www.observatorio-iberoamericano.org/RICG/N%C2%BA_19/Jos%C3%A9_Mariano_Moneva_y_Emilio_Mart%C3%ADn_Vallesp%C3%ADn.pdf
10. Organización de las Naciones Unidas. (2015). Objetivos del Desarrollo Sostenible. Obtenido de <https://www.un.org/sustainabledevelopment/es/2015/09/la-asamblea-general-adopta-la-agenda-2030-para-el-desarrollo-sostenible/>
11. Pelayo Zavalza, A. R., Gómez Chávez, L. F., & César Arnaiz, F. (2023). Estilos de vida sostenibles: Una revisión sistemática (2013-2022). *Dilemas contemporáneos: Educación, política y valores*, X(3), 1-24. doi:<https://doi.org/10.46377/dilemas.v10i3.3633>
12. Pelayo Zavalza, A., Gómez Chávez, L., Castro Castañeda, R., & López Haro, J. (2024). Confiabilidad y validez psicométrica del instrumento estilos de vida sostenibles en estudiantes universitarios. *Revista Dilemas Contemporáneos: Educación, Política y Valores*, XII(Especial), 1-23. doi:<https://doi.org/10.46377/dilemas.v12i.4426>

13. Piao, X., & Managi, S. (2023). The international role of education in sustainable lifestyles and economic development. *Scientific Reports*, 13(8733). doi:<https://doi.org/10.1038/s41598-023-35173-w>
14. Programa de Naciones Unidas para el Desarrollo. (20 de Noviembre de 2024). Climate Promise. Obtenido de <https://climatepromise.undp.org/es/news-and-stories/por-que-las-universidades-desempenan-un-papel-crucial-en-la-adaptacion-al-cambio-0>
15. Programa para el Medio Ambiente de Naciones Unidas. (16 de Julio de 2020). Concurso universitario promueve estilos de vida sostenibles en América Latina. Obtenido de <https://www.unep.org/es/noticias-y-reportajes/reportajes/concurso-universitario-promueve-estilos-de-vida-sostenibles-en#:~:text=Los%20participantes%2C%20todos%20estudiantes%20universitarios%2C%20son%20parte,pr%C3%B3ximos%20dos%20meses%2C%20antes%20de%20qu>
16. Tapia-Fonllem, C., Fraijo-Sing, B., Corral-Verdugo, V., & Ortiz-Valdez, A. (2017). Education for Sustainable Development in Higher Education Institutions: Its Influence on the Pro-Sustainability Orientation of Mexican Students. *Sage Open*, 7(1). doi:<https://doi.org/10.1177/2158244016676295>
17. Tilbury, D. (2012). Higher education for sustainability: a global overview of commitment and progress. *GUNI Higher Education in the World 4: Higher Education's Commitment to Sustainability from Understanding to Action*, (págs. 18-28).
18. Yamane, T., & Kaneko, S. (2021). Is the younger generation a driving force toward achieving the sustainable development goals? Survey experiments. *Journal of Cleaner Production*, 1-14. doi:[10.1016/j.jclepro.2021.125932](https://doi.org/10.1016/j.jclepro.2021.125932).

DATOS DE LOS AUTORES.

1. **Adrián Ricardo Pelayo Zavalza.** Maestro en Ciencias para el desarrollo, la sustentabilidad y el turismo por la Universidad de Guadalajara. Universidad de Guadalajara, Centro Universitario de la

Costa. Profesor de asignatura “A” adscrito al Departamento de Ciencias Médicas. México. Correo electrónico: adrian.pelayo3267@academicos.udg.mx

2. **Lino Francisco Jacobo Gómez Chávez.** Doctor en Ciencias para el desarrollo, la sustentabilidad y el turismo por la Universidad de Guadalajara. Universidad de Guadalajara, Centro Universitario de la Costa. Profesor de tiempo completo titular “A” adscrito al Departamento de Ciencias Médicas. México. Correo electrónico: franciscojacobogomez@cuc.udg.mx
3. **Jorge López Haro.** Doctor en Ciencias para el desarrollo, la sustentabilidad y el turismo por la Universidad de Guadalajara. Universidad de Guadalajara, Centro Universitario de la Costa. Profesor de asignatura “B” adscrito al Departamento de Ciencias Médicas. México. Correo electrónico: Jorge.lopezharo@academicos.udg.mx
4. **Oscar Alberto Maldonado Ibarra.** Doctor en Ciencias para el desarrollo, la sustentabilidad y el turismo por la Universidad de Guadalajara. Universidad de Guadalajara, Centro Universitario de la Costa. Profesor de asignatura “B” adscrito al Departamento de Arte, Educación y Humanidades. México. Correo: oscar.maldonado@academicos.udg.mx. **Autor de correspondencia.**

RECIBIDO: 27 de enero del 2025.

APROBADO: 11 de marzo del 2025.