



*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. 7223898476*

RFC: AT1120618V12

Revista Dilemas Contemporáneos: Educación, Política y Valores.

<http://www.dilemascontemporaneoseducacionpoliticayvalores.com/>

Año: XIII Número: 1 Artículo no.:9 Período: 1 de septiembre al 31 de diciembre del 2025

TÍTULO: Historias de vida, vocación y universidad: un análisis narrativo de estudiantes universitarios del área de nutrición.

AUTORES:

1. Dra. Olga Chalim Solís Cardouwer.
2. Máster. Rodrigo José Argüelles Cámara.
3. Dra. Patricia Flores López.
4. Dra. Addy Leticia Zarza García.
5. Dra. Teresa del Jesús Brito Cruz.
6. Dr. Ángel Esteban Torres Zapata.

RESUMEN: El ingreso a la universidad transforma los valores, hábitos y decisiones de los estudiantes, impactando su desarrollo académico y personal. Este estudio cualitativo analizó las experiencias de estudiantes de Nutrición en una universidad pública del sureste de México. A través de un cuestionario validado por expertos, se recopilaron datos de estudiantes a partir del cuarto semestre. Los resultados revelaron que los nombres elegidos reflejan influencias familiares, personales y espirituales. Las experiencias familiares y el lugar de nacimiento fueron clave en su identidad y elección de carrera, aunque causaron algunas tensiones. Los estudiantes enfrentaron desafíos como los exámenes de admisión y dificultades económicas, pero valoran el equilibrio entre teoría y práctica y esperan contribuir a la salud pública.

PALABRAS CLAVES: historias de vida, análisis narrativo, identidad, resiliencia, universitarios.

TITLE: Life stories, vocation and university: a narrative analysis of university students in the area of nutrition.

AUTHORS:

1. PhD. Olga Chalim Solís Cardouwer.
2. Master. Rodrigo José Argüelles Cámara.
3. PhD. Patricia Flores López.
4. PhD. Addy Leticia Zarza García.
5. PhD. Teresa del Jesús Brito Cruz.
6. PhD. Ángel Esteban Torres Zapata.

ABSTRACT: Entering university transforms students' values, habits, and decisions, impacting their academic and personal development. This qualitative study analyzed the experiences of Nutrition students at a public university in southeastern Mexico. Through a questionnaire validated by experts, data was collected from students starting in the fourth semester. The results revealed that the names chosen reflect family, personal, and spiritual influences. Family experiences and birthplace were key in their identity and career choice, although they caused some tensions. Students faced challenges such as entrance exams and economic difficulties, but they value the balance between theory and practice and hope to contribute to public health.

KEY WORDS: life stories, narrative analysis, identity, resilience, university students.

INTRODUCCIÓN.

El ingreso de los jóvenes a la educación superior es crucial, ya que impacta su desarrollo académico y personal, presentando tanto desafíos como oportunidades que pueden determinar su éxito o abandono. Durante su integración a la universidad, los estudiantes experimentan transformaciones en valores, hábitos y formas de pensar, influyendo en sus decisiones académicas (Torres-Zapata et al., 2020); sin embargo, las investigaciones suelen centrarse en lo académico, dejando de lado factores esenciales como el entorno

institucional, el bienestar psicosocial y las historias de vida, que son fundamentales para una experiencia educativa completa.

El bienestar estudiantil está relacionado con factores como las relaciones interpersonales, el estrés y la satisfacción con el entorno académico, que afectan su salud y calidad de vida. En este contexto, el enfoque de las historias de vida, utilizado en investigaciones cualitativas, es clave para entender las experiencias personales a través de relatos orales. La narración de la vida permite reconstruir las vivencias de los individuos, siendo esencial para analizar el fenómeno educativo desde la perspectiva estudiantil (Juárez y Silva, 2019).

La experiencia universitaria es un proceso transformador que no solo implica adquirir conocimientos académicos, sino también la construcción de la identidad de los estudiantes. Al ingresar, adoptan normas y valores culturales que moldean su realidad y un proceso vinculado tanto al ámbito académico como a sus vivencias personales y la interacción con el entorno universitario personalidad (Fava et al., 2022).

El vínculo entre los estudiantes y la universidad ha sido ampliamente estudiado, destacando cómo el ingreso y la adaptación universitaria impactan su trayectoria educativa (Torres-Zapata et al., 2019). Factores como autoestima, autocontrol, autonomía e identidad son esenciales para la adaptación, el bienestar emocional y los logros académicos (González y Arce, 2021). En un contexto donde los modelos educativos tradicionales son cuestionados por la mercantilización del conocimiento, estos factores pueden ayudar a los estudiantes a mantener sus vocaciones y objetivos (Pérez et al., 2022).

Frente a este panorama, ha resurgido una perspectiva humanista en la educación, que enfatiza el desarrollo personal y la construcción de la identidad como elementos clave. Esta visión plantea que la educación va más allá de la transmisión académica, implicando una reflexión sobre las experiencias, emociones y creencias de los estudiantes; así, la experiencia universitaria se convierte en un proceso dinámico y complejo, lleno de contradicciones, pero también de oportunidades para generar nuevo conocimiento (Juárez y Silva, 2019).

En México, la juventud, un sector clave entre 12 y 29 años, enfrenta una etapa crucial en la definición de su vocación profesional; sin embargo, estudios indican que las decisiones vocacionales están marcadas por incertidumbre y falta de información, lo que contribuye a que solo el 25% de los estudiantes universitarios finalicen sus estudios (Alarcón, 2019). Esta desconexión refleja un desajuste en la elección de carrera, ya que muchos jóvenes toman decisiones influenciados por el deseo de empleo, solo para arrepentirse al no coincidir con sus intereses (Cisneros-Bravo et al., 2023).

La historia personal, los factores familiares y sociales son cruciales en la toma de decisiones vocacionales. La elección de carrera depende no solo de las habilidades e intereses personales, sino también de las expectativas familiares, sociales y educativas (Carrillo et al., 2021). Para tomar decisiones informadas, los estudiantes deben comprender su presente, reconocer fortalezas y pasiones, y desarrollar un proyecto de vida. Aunque los cuestionarios vocacionales son útiles, lo más importante es que los jóvenes adquieran claridad sobre sus metas a largo plazo y se enfoquen en las habilidades necesarias para alcanzarlas (Cisneros-Bravo et al., 2023).

La elección de carrera impacta la experiencia universitaria, afectando la adaptación al sistema académico, la percepción de la utilidad social y el sentido de vocación (Aragón et al., 2020). Este proceso está influenciado por factores sociales, económicos y culturales, presentando desafíos, especialmente en un contexto de creciente competencia y presión por cumplir expectativas sociales (Carrillo et al., 2021). Este artículo explora cómo las historias de vida, la vocación y la universidad se entrelazan en la formación de los futuros profesionales.

DESARROLLO.

Metodología.

Este trabajo se desarrolló bajo un enfoque cualitativo, orientado al análisis narrativo de las historias de vida, vocación y experiencia universitaria de estudiantes del área de nutrición. El alcance del estudio fue descriptivo, lo que permitió obtener una visión amplia y profunda de los datos, así como generar

información significativa sobre el tema y cómo estos aspectos se reflejan en el proceso de formación profesional de los estudiantes. Los participantes fueron seleccionados mediante muestreo intencional, considerando como criterio principal a estudiantes a partir del cuarto semestre de la Licenciatura en Nutrición de una institución pública de educación superior en el sureste de México.

Para recopilar los datos, el cuerpo académico "Nutrición Aplicada y Educación" de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Autónoma del Carmen diseñó un cuestionario específico para este estudio. El instrumento fue sometido a un proceso de validación por un panel de expertos compuesto por profesionales con amplia experiencia en los campos de la educación y la nutrición. Estos especialistas evaluaron el cuestionario considerando tres criterios principales: pertinencia, para garantizar que las preguntas fueran relevantes y estuvieran alineadas con los objetivos del estudio; claridad, para asegurar que los ítems fueran comprensibles y no generaran ambigüedades; y coherencia, con el fin de verificar que las preguntas estuvieran formuladas de manera lógica y consistente con el enfoque metodológico del análisis narrativo. Este proceso se llevó a cabo siguiendo lineamientos recomendados en metodologías de diseño de instrumentos (Rodríguez et al., 2021), lo que permitió afinar el cuestionario y garantizar su calidad como herramienta de recolección de datos. Tras realizar los ajustes sugeridos, el instrumento fue aprobado por el departamento de tutorías de la institución educativa, garantizando su idoneidad y aplicabilidad para el grupo participante.

El cuestionario, compuesto por 15 preguntas abiertas, fue digitalizado mediante Google Forms. Su aplicación se llevó a cabo durante una sesión programada en el horario institucional de tutorías, donde se explicó el propósito del estudio y se resolvieron dudas. Los participantes dispusieron de 60 minutos para completar el cuestionario. El estudio cumplió con las disposiciones éticas establecidas en la normatividad mexicana vigente, particularmente la NOM-012-SSA3-2012, que regula la investigación en seres humanos, asegurando la confidencialidad de los datos y obteniendo el consentimiento informado de cada participante (Secretaría de Salud, 2012).

El análisis cualitativo se desarrolló mediante un enfoque inductivo, siguiendo principios descritos por Braun y Clarke (2006) para el análisis temático. Este proceso incluyó cinco etapas (Tabla 1).

Tabla 1. Proceso de análisis cualitativo.

Etapa	Descripción	Acciones principales
Familiarización con los datos	Revisión inicial de las respuestas para obtener una visión general del contenido.	Lectura detallada de todas las respuestas. Identificación de ideas y temas generales.
Codificación inicial	Asignación de códigos preliminares a fragmentos significativos del texto.	Identificación de conceptos clave. Etiquetado de fragmentos relevantes relacionados con los objetivos del estudio.
Categorización	Agrupación de códigos en categorías temáticas amplias.	Organización de códigos en patrones y temas comunes. Definición conceptual de las categorías.
Refinamiento de categorías	Revisión y ajuste de las categorías para garantizar coherencia interna y relevancia.	Discusión en equipo para validar categorías. Ajuste de definiciones y relaciones entre las categorías.
Análisis e interpretación	Identificación de patrones y elaboración de conclusiones basadas en las categorías definidas.	Interpretación de las categorías en relación con las historias de vida, vocación y experiencia universitaria.

Debido a la cantidad de preguntas en el instrumento de análisis cualitativo, se crearon tablas por cada pregunta, organizando las respuestas en tres categorías definidas con ejemplos. Las respuestas similares se agruparon bajo una misma categoría para evitar repeticiones. Este método facilita la visualización de tendencias y patrones, permitiendo un análisis más claro y eficiente de las respuestas sin redundancias, lo que facilita la interpretación de los datos y resalta las áreas clave relevantes para el estudio.

Resultados y discusión.

La investigación consideró una muestra inicial de N=98 estudiantes (62.03%), seleccionados de un total de 158 inscritos (100%), quienes completaron los instrumentos propuestos; sin embargo, se excluyeron 9 participantes (5.70%) debido a datos incompletos, resultando en una muestra final de 89 estudiantes (56.33%). Dentro de esta población, n=63 (70.79%) correspondían al género femenino, mientras que n=26 (29.21%) eran del género masculino.

Pregunta 1. ¿Cuál es tu nombre completo y por qué te lo pusieron tus padres?

Los resultados indican que los nombres de los estudiantes fueron asignados principalmente en función de tres motivos: familiares y heredados, preferencias personales de los padres, y motivos simbólicos o espirituales, reflejando la influencia de factores culturales, sociales y personales en su elección dentro de las familias mexicanas. Los motivos familiares y heredados, la categoría más destacada, indican que los nombres rinden homenaje a familiares significativos, preservando la identidad y continuidad familiar (Casullo, 2005), un valor fundamental en la cultura mexicana (Ortega, 2021). Por otro lado, las preferencias personales de los padres, influenciadas por tendencias de moda, medios de comunicación y círculos sociales, muestran cómo las decisiones individuales están ganando terreno en entornos urbanos más modernos. Finalmente, los motivos simbólicos o espirituales subrayan la conexión de los nombres con las creencias y valores familiares, destacando la relevancia de la espiritualidad y las tradiciones culturales; nombres como "Guadalupe" y "Jesús" reflejan el impacto del catolicismo en la identidad cultural mexicana (Solís, 2015).

Estudios realizados en otros países han encontrado tendencias similares, pero con diferencias importantes según el contexto cultural; por ejemplo, en Estados Unidos, los nombres suelen ser seleccionados con base en la originalidad o la exclusividad, reflejando valores de individualidad y autonomía. En contraste, en países asiáticos como Japón, los nombres frecuentemente están ligados a significados auspiciosos o caracteres kanji con connotaciones positivas (Ogihara & Ito, 2022).

Pregunta 2. ¿Dónde y cuándo naciste? ¿Qué recuerdos tienes de tu lugar de origen?

El lugar de nacimiento y los recuerdos asociados desempeñan un papel crucial en la construcción de la identidad personal y emocional de los estudiantes (Fava et al., 2022). En esta investigación, estos elementos se agrupan en el lugar de origen, los recuerdos familiares y emocionales, y las experiencias personales relacionadas con el entorno. Los participantes mencionaron ciudades como Minatitlán, Ciudad del Carmen y Villahermosa, reflejando no solo la movilidad regional, sino también una conexión significativa con la geografía cercana, dejando entrever un bagaje cultural como entorno de desarrollo para el estudiante universitario.

Los recuerdos familiares, como paseos o interacciones con abuelos, evocaron emociones positivas que fortalecen el vínculo afectivo con el lugar. Por su parte, las experiencias personales se relacionaron con interacciones en espacios específicos, como parques o barrios, destacando una valoración subjetiva y emocional de estos entornos. Esto coincide con investigaciones que señalan la influencia del entorno físico en la memoria autobiográfica y el bienestar emocional de los estudiantes (De Lavallo & Medina, 2023). El entorno juega un papel preponderante respecto a la influencia social en relación con la emisión de comportamientos y costumbres que se ven reflejadas en las interacciones sociales que se desarrollan en el entorno académico.

En investigaciones realizadas en Chile, se halló una estrecha conexión entre los recuerdos de la infancia y elementos naturales como ríos y montañas, lo que destaca la influencia del entorno geográfico específico (González & Arce, 2021). En contraste, estudios en Colombia, llevados a cabo en contextos urbanos, revelaron que las memorias se vinculan principalmente a espacios construidos, como escuelas, parques y vecindarios, lo que refleja las diferencias en los paisajes culturales y urbanos (De Lavallo & Medina, 2023). La estructuración de anclajes emocionales a partir del entorno físico propicia estados de bienestar; por tanto, es significativa la importancia de generar entornos físicos propicios para el desarrollo del

estudiante universitario que enlacen experiencias gratificantes durante su formación entre ellas áreas de esparcimiento y estudio.

Pregunta 3. Describe brevemente a tu familia. ¿Cómo influyó tu familia en la decisión de estudiar tu carrera?

Este estudio identificó tres patrones principales en las respuestas: apoyo y respeto hacia la elección, influencias familiares directas, y apoyo condicionado o negativo, reflejando la diversidad de experiencias en las dinámicas familiares y su impacto en las trayectorias educativas. La categoría más común corresponde a familias que brindaron apoyo incondicional o respetaron las decisiones de los estudiantes, lo que fomentó un ambiente de confianza y autonomía asociado con mayor satisfacción y motivación académica. En contraste, las influencias familiares directas revelan cómo los valores o las profesiones familiares pueden orientar las decisiones, como se observa en estudios en Colombia, donde los hijos de profesionales de la salud tienden a seguir carreras similares (Aragón et al., 2020). El modelaje y el anclaje generacional es un factor presente en la elección de carrera en algunos estudiantes universitarios, el cuál a largo plazo puede propiciar un sesgo entre los niveles de satisfacción e insatisfacción de los estudiantes. Por otro lado, el apoyo condicionado o negativo, aunque menos frecuente, refleja tensiones y presiones que pueden afectar negativamente la motivación y satisfacción del estudiante (Carrillo et al., 2021). Este tipo de apoyo puede generar conflictos dentro de la familia, lo que influye de manera significativa en la experiencia educativa del estudiante (Alarcón, 2019).

Estos resultados son consistentes con hallazgos similares en países de América Latina, donde la familia juega un rol protagónico en la vida de los estudiantes (Alarcón, 2019); sin embargo, en contextos como Europa o Estados Unidos, los jóvenes tienden a reportar mayor independencia en la toma de decisiones académicas debido a dinámicas culturales más individualistas (Carrillo et al., 2021). En contraste, en culturas asiáticas, como Japón o Corea del Sur, se observa una influencia más marcada de la familia en

las decisiones académicas, frecuentemente relacionada con expectativas sociales y económicas (Ghosh & Fouad, 2015).

Pregunta 4. ¿Cómo era tu vida antes de ingresar a la universidad?

En esta pregunta se revela una amplia variedad de experiencias, que incluyen una vida tranquila y sin grandes responsabilidades, una sensación general de felicidad y satisfacción, y una vida activa de transición. Estos relatos destacan cómo los estudiantes vivieron este período crucial para su desarrollo personal y preparación universitaria. La vida tranquila, sin grandes responsabilidades, fue la categoría más mencionada, reflejando un estilo relajado, con pocas preocupaciones y más tiempo libre, característico de una adolescencia tardía en contextos familiares estables y con apoyo económico (Pérez et al., 2022).

Las emociones positivas asociadas con la felicidad y satisfacción general indicaron un período agradable, relacionado con redes sociales sólidas, relaciones familiares saludables y frecuentes actividades recreativas. En contraste, la vida activa y de transición incluyó relatos de trabajo, actividades deportivas o eventos significativos como la pandemia de COVID-19, los cuales reflejaron mayores niveles de actividad o cambios importantes que favorecieron el desarrollo de la madurez y la responsabilidad, aunque a menudo estuvieron acompañados de estrés y ansiedad (Torres-Zapata et al., 2024).

En Estados Unidos y Europa, por ejemplo, muchos estudiantes reportan haber trabajado o participado en actividades extracurriculares intensivas como preparación para la universidad, lo que contrasta con la percepción de tranquilidad reportada en este estudio. En cambio, en países asiáticos como Japón o Corea del Sur, los estudiantes suelen describir este período como altamente estructurado y competitivo, enfocado en estudios intensivos y preparación para exámenes de ingreso (Ghosh & Fouad, 2015).

Pregunta 5. ¿Qué o quién te motivó a elegir tu carrera? ¿Hubo algún evento clave en esa decisión?

La elección de una carrera universitaria es una decisión fundamental, influida por una combinación de factores personales, familiares y experiencias significativas. Estos factores se agrupan de la siguiente manera: motivación personal o autonomía, influencias familiares o cercanas, y eventos clave o

experiencias personales. La motivación personal resalta la importancia de la independencia y la autorreflexión al momento de elegir una carrera, lo cual se asocia con mayor satisfacción y resiliencia académica (Carrillo et al., 2021).

Las influencias familiares y de personas cercanas, como padres, hermanos o amigos, subrayan el papel crucial de los lazos sociales y culturales, especialmente en contextos como el mexicano, donde la familia tiene un rol central, y en culturas asiáticas, donde las expectativas familiares son aún más influyentes (Ghosh & Fouad, 2015). Finalmente, los eventos clave o experiencias personales, como enfermedades, experiencias laborales o procesos de introspección, motivan elecciones de carrera profundamente vinculadas con aspectos emocionales y vocacionales.

Pregunta 6. ¿Cuál ha sido el mayor reto que enfrentaste para llegar a la universidad?

Los estudiantes enfrentan diversos obstáculos en su camino hacia la universidad, incluyendo desafíos relacionados con el examen de admisión, dificultades económicas y logísticas, y problemas de adaptación y aspectos personales. Estos retos abarcan factores académicos, socioeconómicos y emocionales, lo que resalta la variedad de barreras que deben superarse para acceder a la educación superior, y la puesta en marcha del uso de las herramientas socioemocionales con las que el estudiante universitario cuenta o el desarrollo de estas.

El examen de admisión fue el desafío más citado, con los estudiantes destacando la preparación y el temor al fracaso como barreras significativas, lo que coincide con estudios en México, donde los exámenes de ingreso son percibidos como momentos críticos debido a la alta demanda de plazas en instituciones públicas; por otro lado, los retos económicos y logísticos también fueron frecuentes, reflejando las dificultades para financiar los estudios y desplazarse a otras ciudades, especialmente en regiones donde las universidades públicas están concentradas en zonas urbanas, creando barreras adicionales para el acceso (Reyes, 2024). Finalmente, los desafíos emocionales y de adaptación, como el miedo al fracaso y los efectos de la pandemia, señalaron dificultades adicionales, especialmente en el cambio a modalidades

digitales de aprendizaje, que afectaron a estudiantes con acceso limitado a tecnología (Torres-Zapata et al., 2024). Esto destaca la necesidad de brindar apoyo tanto emocional como académico en los períodos de transición.

Pregunta 7. ¿Cómo fue tu primer día como estudiante de licenciatura? ¿Qué sentiste?

El primer día como estudiante de licenciatura genera una variedad de experiencias emocionales, que incluyen tanto sentimientos positivos como negativos, y están influenciadas por la modalidad de las clases (en línea o presenciales). Estas experiencias incluyen emociones como entusiasmo y felicidad, nerviosismo y ansiedad, así como la influencia de la modalidad de clases.

En la categoría de emoción y entusiasmo, muchos estudiantes expresaron sentimientos de felicidad y optimismo, reflejando el logro que representa ingresar a la universidad y la expectativa de nuevas oportunidades sociales y académicas, un fenómeno común en la transición a la educación superior en México (Álvarez-Pérez & López-Aguilar, 2020). En contraste, el nerviosismo y la ansiedad fueron ampliamente mencionados, relacionados con temores como enfrentar nuevas responsabilidades, conocer personas desconocidas y adaptarse a un entorno más autónomo, lo que coincide con estudios que destacan los desafíos emocionales de la transición universitaria (Torres-Zapata et al., 2022).

Finalmente, la modalidad de clases jugó un papel importante en las percepciones del primer día. Mientras algunos estudiantes valoraron la conveniencia de las clases en línea, una consecuencia de la pandemia de COVID-19, otros señalaron la falta de interacción directa como un desafío, lo que pone de manifiesto el debate sobre los beneficios y limitaciones de la educación virtual (Torres-Zapata et al., 2024). Sin duda, alguna el establecimiento de interacciones sociales entre los estudiantes universitarios propicia el desarrollo de habilidades socioemocionales que les permitirán una inserción social y laboral más favorable al momento de egresar.

Pregunta 8. ¿Qué es lo que más disfrutas de tu carrera y por qué?

Lo que más disfrutaban los estudiantes de su carrera revela una combinación de aspectos académicos, profesionales y sociales, destacando tanto el interés por el aprendizaje y el conocimiento como la importancia de las experiencias prácticas y las interacciones sociales en su formación. En cuanto al aprendizaje y conocimiento, los estudiantes subrayaron su interés en temas relacionados con la prevención de enfermedades a través de la alimentación y la aplicabilidad del conocimiento en la vida cotidiana, lo que refleja un deseo profundo de especializarse y generar un impacto real (Ravelli et al., 2021).

Las prácticas y experiencias directas, como las sesiones en laboratorio, la cocina o el trabajo con pacientes, fueron ampliamente valoradas por su capacidad para consolidar los conocimientos teóricos en contextos prácticos, fortaleciendo habilidades clave y proporcionando satisfacción al ver resultados tangibles (Casinelli & Brito, 2023). Finalmente, el compañerismo y el ambiente social fueron destacados por los estudiantes, quienes disfrutaban de la interacción con sus compañeros y del aprendizaje colectivo. Este factor no solo fomenta el sentido de pertenencia, sino que también mejora la adaptación emocional y la satisfacción académica en la universidad (Álvarez-Pérez & López-Aguilar, 2020).

Pregunta 9. ¿Qué materia o experiencia académica ha sido la más significativa para ti hasta ahora?

Explica por qué.

Al abordar la materia o experiencia académica más significativa hasta el momento, las respuestas se agruparon en: materias prácticas o aplicadas, materias fundamentales de nutrición y materias complementarias o interdisciplinarias. Estas categorías reflejan el valor tanto de las experiencias prácticas como de una base teórica sólida, así como la diversidad de intereses académicos que los estudiantes desarrollan a lo largo de su formación.

Entre las materias prácticas o aplicadas destacaron el "Taller de evaluación del estado nutricional", "Prácticas hospitalarias" y "Culinaria", las cuales permiten a los estudiantes aplicar conocimientos en contextos reales, consolidar habilidades esenciales y fomentar el aprendizaje activo. Este enfoque es clave

en los programas educativos de salud y nutrición (Espejo et al., 2022); por otro lado, materias fundamentales como "Fundamentos de nutrición", "Bioquímica" y "Nutrición y metabolismo" proporcionan una base teórica sólida para comprender los principios científicos de la nutrición, elementos esenciales para tomar decisiones informadas en la práctica profesional (Torres-Zapata et al., 2023). Finalmente, las materias complementarias o interdisciplinarias, como "Socioantropología", "Razonamiento lógico", "Inglés" y "Arte culinario", enriquecen el desarrollo académico integral al ofrecer herramientas diversas y perspectivas amplias que permiten a los estudiantes abordar problemas complejos, promoviendo una educación completa que valora tanto las dimensiones culturales como prácticas de la nutrición (Casinelli & Brito, 2023). La formación integral del estudiante permite con ello desarrollar habilidades profesionalizantes aplicables en su ejercicio como profesional de la salud.

Pregunta 10. ¿Cuáles son los principales valores o principios que guían tu vida como estudiante?

La responsabilidad, destacada con términos como "perseverancia", "disciplina" y "compromiso", fue el valor más mencionado, resaltando su importancia en la gestión ética y constante de las responsabilidades académicas y profesionales (López et al., 2023); por otro lado, el respeto, asociado con conceptos como "honestidad", "tolerancia" y "solidaridad", subraya la relevancia de valorar los derechos y opiniones de los demás, una habilidad esencial para interactuar con pacientes y colegas en el ámbito de la nutrición (Maza-de la Torre et al., 2023).

Finalmente, la empatía, expresada con palabras como "paciencia", "comprensión" y "trabajo en equipo", es valorada por su papel en entender y atender las necesidades de los pacientes, promoviendo tanto la relación profesional-paciente como el aprendizaje colaborativo (de Graaff et al., 2024). Estos hallazgos son coherentes con estudios previos en Latinoamérica y el Reino Unido, donde estudiantes de nutrición y salud destacan estos valores como fundamentales para una práctica ética y centrada en el paciente, especialmente en contextos de alta vulnerabilidad (López et al., 2023), permitiendo visualizar la importancia de fomentar una formación humanística en los estudiantes universitarios.

Pregunta 11. ¿Qué experiencias personales o académicas te han ayudado a crecer como persona?

Las respuestas sobre las experiencias personales o académicas que han ayudado a los estudiantes a crecer como personas se agruparon en: crecimiento personal, desarrollo académico, y trabajo en equipo y apoyo.

Estas experiencias reflejan una combinación de factores emocionales, académicos y sociales que contribuyen al desarrollo integral de los estudiantes, especialmente dentro de la carrera de nutrición.

En cuanto al crecimiento personal, se destacaron experiencias emocionales y personales que fortalecen habilidades como la resiliencia, la autoconfianza, la empatía y la adaptación. Situaciones como la pérdida de un ser querido o el manejo de la ansiedad fueron mencionadas como eventos que impulsaron su madurez emocional y les permitieron desarrollar mayor empatía hacia los demás (de Graaff et al., 2024).

En el ámbito académico, los desafíos como superar materias difíciles, participar en proyectos de servicio comunitario y aprender de las correcciones de los docentes fueron fundamentales para consolidar conocimientos y habilidades profesionales, fomentando la perseverancia y la capacidad para enfrentar fracasos (López et al., 2023).

Finalmente, el trabajo en equipo y el apoyo de compañeros, familia y docentes jugaron un papel crucial en el fortalecimiento de la comunicación, la colaboración y la habilidad para trabajar en contextos interdisciplinarios, elementos esenciales en la práctica de la nutrición (Maza-de la Torre et al., 2023).

Pregunta 12. ¿Has enfrentado alguna dificultad durante tu tiempo en la universidad? ¿Cómo la superaste?

Las respuestas sobre las dificultades enfrentadas por los estudiantes durante su tiempo en la universidad se agrupan en tres categorías: dificultades personales, académicas y estrategias de superación. Estas categorías muestran cómo los estudiantes han abordado los obstáculos en su vida universitaria y las acciones que han tomado para superarlos.

Las dificultades personales incluyen situaciones emocionales, familiares y de salud que afectan su rendimiento académico, como problemas económicos, ansiedad, rupturas amorosas y el reto de equilibrar estudios y trabajo. Estas dificultades son comunes en los estudiantes de ciencias de la salud, donde la carga cognitiva y emocional es alta. El éxito en su manejo depende generalmente de la resiliencia y el apoyo social (Torres-Zapata et al., 2020); por otro lado, las dificultades académicas se relacionan con la falta de comprensión de contenidos, la presión por obtener buenos resultados y el estrés causado por materias complejas, como bioquímica y dietoterapia. Estos factores suelen generar ansiedad en carreras exigentes como nutrición.

Finalmente, las estrategias de superación incluyen el uso de apoyo externo, como terapia psicológica y ayuda familiar, además de la adopción de hábitos de estudio organizados y el desarrollo de resiliencia personal. Investigaciones previas resaltan que la planificación efectiva, el manejo del estrés y el acompañamiento académico y psicológico son clave para superar estos desafíos (Pérez et al., 2024).

Pregunta 13. ¿Cómo imaginas tu vida profesional dentro de cinco años?

Las respuestas de los estudiantes sobre cómo se imaginan su vida profesional en cinco años dan pauta a los siguientes rubros: trabajo en consultorios y clínicas, especialización y crecimiento profesional, y estabilidad y éxito profesional.

Una parte significativa de los estudiantes visualiza su futuro en consultorios privados, hospitales o clínicas especializadas en nutrición, lo que refleja su interés por ejercer de manera independiente o dentro del sistema de salud pública. Esta preferencia coincide con estudios previos que destacan la atracción por trabajar en consultorios o clínicas debido a la flexibilidad laboral y la interacción directa con los pacientes.

Otro grupo se enfoca en la especialización, con la intención de continuar su formación mediante estudios adicionales. Investigaciones anteriores respaldan esta tendencia, al señalar que la especialización es considerada una vía clave para el crecimiento profesional, ya que ofrece mejores oportunidades laborales y salarios más competitivos (Ferrand et al., 2021).

Por último, algunos estudiantes buscan lograr estabilidad laboral y éxito profesional, buscando un equilibrio entre la satisfacción en el trabajo, el reconocimiento y la prosperidad económica. Este enfoque también se ha observado en estudiantes de ciencias de la salud, quienes valoran la estabilidad debido a la competitividad del mercado laboral y el deseo de hacer una contribución significativa a la sociedad (Casinelli & Brito, 2023).

14. ¿Qué impacto deseas generar en tu comunidad o sociedad con lo que estás estudiando?

La educación y concientización sobre nutrición, prevención de enfermedades y mejora de la salud, y cambio de mentalidad y apoyo social son las tres principales áreas en las que los estudiantes desean generar un aporte o impacto en su comunidad.

En relación con la educación y concientización, muchos estudiantes expresan su interés en promover la conciencia sobre la nutrición y fomentar hábitos alimenticios saludables. Este enfoque coincide con estudios previos que destacan la importancia de la educación alimentaria como herramienta de prevención, especialmente en América Latina (Espejo et al., 2022); además, la prevención de enfermedades como la diabetes y la hipertensión es un objetivo clave para muchos, ya que buscan mejorar la calidad de vida a través de la nutrición. Este enfoque está respaldado por la literatura que resalta la eficacia de la intervención nutricional temprana para reducir la carga de enfermedades crónicas (Ferrand et al., 2021). Por último, los estudiantes también muestran un fuerte deseo de cambiar las mentalidades sobre nutrición, inspirando a los jóvenes y fomentando el apoyo social en la comunidad. Este aspecto se refleja en investigaciones que destacan el interés por generar cambios culturales en los hábitos alimenticios a nivel comunitario (Ravelli et al., 2021). En conjunto, estas respuestas revelan un enfoque integral que va más allá de la atención clínica, buscando generar un impacto social y cultural en la comunidad.

Pregunta 15. Si pudieras dar un consejo a tu "yo" del primer semestre, ¿qué le dirías y por qué?

Las respuestas de los estudiantes sobre qué consejo le darían a su "yo" del primer semestre se orientan hacia los siguientes aspectos: motivación y perseverancia, organización y enfoque, y gestión emocional y toma de decisiones.

En cuanto a motivación y perseverancia, muchos estudiantes enuncian o refieren a su "yo" del primer semestre que confíe en sí mismos, que no se rinda y que mantenga la perseverancia frente a las dificultades. Esta postulación se alinea con estudios previos que destacan la motivación intrínseca como un factor clave para el rendimiento académico (Román-Cepeda et al., 2024).

En relación con la organización y enfoque, los estudiantes subrayan la importancia de gestionar el tiempo de manera efectiva y evitar la procrastinación. Esta postulación se respalda en investigaciones que muestran la relevancia de la planificación en programas académicos exigentes como nutrición (Alarcón, 2019).

Por último, en cuanto a la gestión emocional y la toma de decisiones, los estudiantes resaltan la necesidad de manejar el estrés y tomar decisiones de manera autónoma. Este consejo coincide con estudios que apuntan a la relación entre el control emocional y el rendimiento académico en la universidad (Pérez et al., 2022). En conjunto, estas premisas reflejan la importancia de la motivación, la organización y la gestión emocional.

CONCLUSIONES.

Este estudio demuestra cómo las historias de vida, la vocación y la universidad se entrelazan en la formación de los futuros profesionales de la nutrición. Las experiencias previas, las expectativas sociales y los valores familiares son factores que influyen significativamente en la elección de carrera y en la adaptación de los estudiantes al entorno académico. El análisis narrativo ha permitido comprender de manera más profunda los desafíos, motivaciones y perspectivas de los estudiantes, evidenciando que la vocación no es solo una elección de carrera, sino una construcción influenciada por su entorno y vivencias.

Este enfoque resalta la importancia de reconocer la diversidad de factores que afectan el proceso educativo, lo que sugiere que las universidades deben adoptar estrategias que apoyen integralmente a los estudiantes, favoreciendo su desarrollo académico y personal y fomentando un compromiso más consciente con su futura profesión.

Conflictos de intereses.

Los autores afirman no tener conflictos de interés. A lo largo de la investigación, todos los autores trabajaban en la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Autónoma del Carmen.

Agradecimientos.

Deseamos expresar nuestro profundo agradecimiento a los estudiantes que formaron parte de este estudio, así como a la institución que nos ofreció su respaldo y facilitó el desarrollo de la investigación.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.

1. Alarcón, E., (2019). Elección de carrera: motivos, procesos e influencias y sus efectos en la experiencia estudiantil de jóvenes universitarios de alto rendimiento académico. *Reencuentro. Análisis de Problemas Universitarios*, 30(77),53-74. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=34065218004>
2. Álvarez-Pérez, Pedro-Ricardo, & López-Aguilar, D. (2020). Competencias de adaptabilidad y factores de éxito académico del alumnado universitario. *Revista iberoamericana de educación superior*, 11(32), 46-66. <https://doi.org/10.22201/iisue.20072872e.2020.32.815>
3. Aragón, L., Arras, A., & Guzmán, I. (2020). Realidad actual de la elección de carrera profesional desde la perspectiva de género. *Revista de la educación superior*, 49(195), 35-54. <https://doi.org/10.36857/resu.2020.195.1250>
4. Braun, V., & Clarke, V. (2006). Uso del análisis temático en psicología. *Qualitative Research in Psychology*, 3 (2), 77–101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>

5. Carrillo, A., Iruz, C., & Lira, D. (2021). El papel de la toma de decisiones en la elección de carrera. *PsicoEducativa: Reflexiones y Propuestas*, 7(14), 21–27. Recuperado de: <https://psicoeducativa.iztacala.unam.mx/revista/index.php/rpsicoedu/article/view/130>
6. Casinelli, V., & Brito, G. (2023). Las prácticas profesionales vinculadas a la extensión. La experiencia de la Licenciatura en Nutrición de UNLaM. *Masquedós - Revista de Extensión Universitaria*, 8(9), 1-14. <https://doi.org/10.58313/masquedos.2023.v8.n9.200>
7. Casullo, M. (2005). El nombre del hijo. Paternidad, maternidad y competencias simbólicas. *Psicodebate*, 5, 53-62. <https://doi.org/10.18682/pd.v5i0.451>
8. Cisneros-Bravo, B., Rodríguez-Aguilar, R., Niño-Membrillo, Y., & Cuevas-Rasgado, A. (2023). Falta de orientación vocacional como factor en la deserción universitaria. Caso de estudio: zona Oriente del Estado de México. *RIDE. Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*, 14(27), e573. <https://doi.org/10.23913/ride.v14i27.1715>
9. de Graaff, E., Bennett, C., & Dart, J. (2024). Empathy in nutrition and dietetics: A scoping review. *Journal of the Academy of Nutrition and Dietetics*, 124(9), 1181–1205. <https://doi.org/10.1016/j.jand.2024.04.013>
10. De Lavallo, E., & Medina, J. (2023). Organización de los recuerdos autobiográficos como forma de construcción de la identidad cultural: Caso La Guajira Colombiana. *Interdisciplinaria*, 40(3), 20–21. <https://doi.org/10.16888/interd.2023.40.3.20>
11. Espejo, J., Tumani, M., Aguirre, C., Sánchez, J., & Parada, A. (2022). Educación alimentaria nutricional: Estrategias para mejorar la adherencia al plan dietoterapéutico. *Revista chilena de nutrición*, 49(3), 391-398. <https://dx.doi.org/10.4067/s0717-75182022000300391>
12. Fava, P., Velarde, A., & Salgado, L. (2022). Identidad universitaria en la comunidad estudiantil de Ciencias Económico Administrativas. *Trascender, contabilidad y gestión*, 7(19), 68-87. <https://doi.org/10.36791/tcg.v7i19.134>

13. Ferrand, S., Onfray, M., & Medina, M. (2021). Actualización del rol del nutricionista clínico: Estándares de práctica. *Revista chilena de nutrición*, 48(3), 437-446. <https://dx.doi.org/10.4067/s0717-75182021000300437>
14. Ghosh, A., & Fouad, N. (2015). Family influence on careers among Asian parent–child dyads. *Journal of Career Assessment*, 24(2), 234–248. <https://doi.org/10.1177/1069072715580417>
15. González, Á., & Arce, R. (2021). Factores personales y de acceso que inciden sobre la permanencia y deserción universitaria en estudiantes de pedagogía en una universidad chilena de zona geográfica extrema. *Sophia Austral*, 27, 1. <https://dx.doi.org/10.29393/ac62-pejc10001>
16. Juárez, A., & Silva, C. (2019). La experiencia de ser universitario. CPU-e. *Revista de Investigación Educativa*, (28), 6-30. <https://doi.org/10.25009/cpue.v0i28.2597>
17. López, P., Franco, C., Medina, R., Pérez, M., & Herrera, S. (2023). Valores Éticos-Profesionales en la Formación del Licenciado en Nutrición de una Universidad del Estado de Zacatecas. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 7(5), 825-841. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i5.7771
18. Maza-de la Torre, G., Motta-Ramírez, Gaspar-Alberto, Motta-Ramírez, G., & Jarquin-Hernández, P. (2023). La empatía, la comunicación efectiva y el asertividad en la práctica médica actual. *Revista de sanidad militar*, 77(1), e01. <https://doi.org/10.56443/rsm.v77i1.371>
19. Ogihara, Y., & Ito, A. (2022). Unique names increased in Japan over 40 years: Baby names published in municipality newsletters show a rise in individualism, 1979–2018. *Current Research in Ecological and Social Psychology*, 3, 100046. <https://doi.org/10.1016/j.cresp.2022.100046>
20. Ortega, C. (2021). El nombre. Derecho humano relacionado al interés superior de los infantes. *Derecho global. Estudios sobre derecho y justicia*, 6(18), 103-125. <https://doi.org/10.32870/dgedj.v6i18.352>

21. Pérez, A., Martínez, D., & Torres, G. (2024). La percepción del estrés académico en estudiantes universitarios y su forma de afrontarlo. *RIDE. Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*, 15(29), e776. <https://doi.org/10.23913/ride.v15i29.2171>
22. Ravelli, S., Domínguez, J., & Falicoff, C. (2021). La Práctica Profesional de la Licenciatura en Nutrición: expectativas y percepciones de alumnos, tutores y docentes sobre su rol profesional. *InterCambios. Dilemas y transiciones de la Educación Superior*, 8(2), 50-65. <https://doi.org/10.29156/inter.8.2.6>
23. Reyes, F. (2024). Inclusión educativa: descripción de barreras por diversidad lingüística y cultural. *RIDE. Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*, 14(28), e655. 2024. <https://doi.org/10.23913/ride.v14i28.1898>
24. Rodríguez, M., Poblano-Ojinaga, E., Alvarado, L., González, A., & Rodríguez, M. (2021). Validación por juicio de expertos de un instrumento de evaluación para evidencias de aprendizaje conceptual. *RIDE. Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*, 11(22), e080. <https://doi.org/10.23913/ride.v11i22.960>
25. Román-Cepeda, J., Duran-Badillo, T., Herrera-Herrera, J., Llorente-Pérez, Y., Ruiz-Cerino, J., & Urbina-Arriaga, M. (2024). Motivación y rendimiento académico en estudiantes universitarios del área de salud que trabajan. *Revista Mexicana de Salud y Cuidado Ambiental*, 1(1). <https://doi.org/10.29059/rmsca.v1i1.12>
26. Secretaría de Salud. (2012). NOM-012-SSA3-2012, Que establece los criterios para la ejecución de proyectos de investigación para la salud en seres humanos. *Diario Oficial de la Federación*. <https://platiica.economia.gob.mx/normalizacion/nom-012-ssa3-2012/>
27. Solís, J., (2015). Iglesia, catolicismo popular y Estado: fundamentos socio-históricos de un pueblo michoacano. *Tzintzun. Revista de Estudios Históricos*, (61),179-206. 1870-719X. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=89832779006>

28. Torres-Zapata, Á., Lara-Gamboa, C., Pérez-Jaimes, A., Estrada-Reyes, C., & Brito, T. (2022). Emotional intelligence characterization in university students at a nutrition bachelor's degree. *Horizonte Sanitario*, 21(3), 365-372. <https://doi.org/10.19136/hs.a21n3.4839>
29. Torres-Zapata, Á., Acuña-Lara, J., Acevedo-Olvera, G., & Villanueva, J. (2019). Caracterización del perfil de ingreso a la universidad. Consideraciones para la toma de decisiones. *RIDE. Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*, 9(18), 539-556. <https://doi.org/10.23913/ride.v9i18.435>
30. Torres-Zapata, Á., Acuña-Lara, J., Rivera-Domínguez, J., & Brito-Cruz, T. (2024). Transición de la educación presencial a online: Explorando su influencia en la deserción escolar. *RIIT: Revista Internacional de Investigación e Innovación Tecnológica*. <https://riit.com.mx/section/6671.html>
31. Torres-Zapata, Á., Rivera, J., Flores, P., García, M., & Castillo, D. (2020). Reprobación, síntoma de deserción escolar en licenciatura en Nutrición de la Universidad Autónoma del Carmen. *RIDE Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*, 10(20). <https://doi.org/10.23913/ride.v10i20.602>
32. Torres-Zapata, Á., & Sánchez-Domínguez, J. (2023). The Biochemical Discipline in the Study Plan of the Bachelor of Nutrition in Mexico. *Journal of Higher Education Theory and Practice*, 23(16). <https://doi.org/10.33423/jhetp.v23i16.6462>

DATOS DE LOS AUTORES.

1. **Olga Chalim Solís Cardouwer.** Doctora en Educación. Profesora Investigadora de Tiempo Completo en la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Autónoma del Carmen. México. Correo electrónico: osolis@pampano.unacar.mx
2. **Rodrigo José Argüelles Cámara.** Maestro en Tratamiento Integral de la Obesidad y el Síndrome Metabólico. Profesor Investigador de Tiempo Completo de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Autónoma del Carmen. México. Correo electrónico: rarguelles@pampano.unacar.mx

3. **Patricia Flores López.** Doctora en Educación. Profesora Investigadora de Tiempo Completo en la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Autónoma del Carmen. México. Correo electrónico: pflores@pampano.unacar.mx
4. **Addy Leticia Zarza García.** Doctora en Ciencias de los Alimentos y Biotecnología. Profesor Investigador de Tiempo Completo en la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Autónoma del Carmen. México. Correo electrónico: azarza@pampano.unacar.mx
5. **Teresa del Jesús Brito Cruz.** Doctora en Psicopedagogía. Profesor Investigador de Tiempo Completo en la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Autónoma del Carmen. México. Correo electrónico: tbrito@pampano.unacar.mx
6. **Ángel Esteban Torres Zapata.** Doctor en Educación. Profesor Investigador de Tiempo Completo de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Autónoma del Carmen. México. Correo electrónico: etorre@pampano.unacar.mx

RECIBIDO: 9 de mayo del 2025.

APROBADO: 18 de junio del 2025.