



Reporte



Exploración de las experiencias de discriminación en universitarios provenientes de provincias peruanas: un estudio cualitativo

Resumen

La presente investigación tiene como objetivos describir la experiencia de los estudiantes procedentes de provincia frente a la discriminación, con un enfoque en las estrategias de afrontamiento que emplean. La metodología de la investigación es cualitativa y el diseño, fenomenológico. Los participantes, hombres y mujeres, oscilan entre los 20 y 23 años, y se encuentran matriculados en una universidad privada de Lima. Para la recolección de datos, se realiza una entrevista semiestructurada. Para el análisis de la información recolectada, se realiza una reducción de toda la información, un análisis descriptivo e interpretación de la información descrita. Finalmente, se obtiene como resultado cuatro categorías: experiencias de discriminación de los jóvenes universitarios, consecuencias de la discriminación, redes de apoyo y afrontamiento. Los resultados indican que los jóvenes provenientes de provincia son afectados emocionalmente por la discriminación, que llega a afectar su desempeño académico. Además, se identificaron estrategias de afrontamiento, como recurrir a redes de apoyo, el empoderamiento y la indiferencia.

Palabras clave: estudiantes universitarios, discriminación, afrontamiento



Introducción

La discriminación es una problemática que persiste durante el tiempo y cada vez es más difícil de combatir. Dicho fenómeno social se define como la exclusión y la valoración negativa de alguna persona por sus características físicas, su edad, su religión, su cultura, su orientación sexual, su posición económica, entre otros, una percepción que impacta en su dignidad humana, y lo somete a maltratos y abusos (Hernández de la Torre y Fernández, 2020). Según las Naciones Unidas (2020), la discriminación afecta al 20 % de la población. Asimismo, en una investigación que abarcó a 31 países, se constató que una de cada cinco personas ha sido discriminada y que las mujeres presentan una mayor probabilidad de ser víctimas. En Latinoamérica, la encuesta Latinobarómetro (Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo, 2020) revela que aproximadamente el 28 % cree que las personas pobres son las más discriminadas en la región. Además, un 11 % piensa que los indígenas son el grupo más afectado, mientras que un 8 % opina lo mismo respecto de la población negra o afrodescendiente. También, se observa que, en Brasil, más del 52 % de los encuestados identifica a las personas negras como las más discriminadas, seguido por Colombia con un 17 % y Uruguay con un 15 %. En cuanto a los indígenas, los guatemaltecos y los mexicanos son quienes más perciben a este grupo étnico como blanco de discriminación, aproximadamente el 27 % y el 25 %, respectivamente.

En el Perú, se manifiesta debido a diferentes aspectos, en especial por la diversidad cultural y la multiculturalidad, características principales del país. Es importante resaltar que en los años ochenta se consumó el abandono del área central de Lima a raíz de la migración masiva desde diversas regiones del país, lo que convirtió a la capital en un crisol cultural. Como resultado del contacto entre diferentes grupos étnicos y socioeconómicos, se formó un carácter latente en la sociedad peruana que buscaba diferenciarse por la capacidad económica, las costumbres, la raza, etcétera (Reátegui *et al.*, 2022). Según una encuesta realizada por el Ministerio de Justicia y Derechos Humanos (2020), uno de cada tres peruanos ha pasado por experiencias de discriminación. Del mismo modo, en una encuesta nacional realizada por el Ministerio de Cultura (Mincul, 2018) para recolectar datos sobre las percepciones de los peruanos sobre diversidad cultural y discriminación étnico-racial, se reveló que el 53 % de peruanos perciben a sus demás compatriotas como racistas o muy racistas. Además, se encontró que el 59 % de la población percibe que la quechua o aymara y la negra o morena es discriminada o muy discriminada.

Investigaciones han confirmado que sentirse tratado de manera injusta por pertenecer a una minoría conlleva un alto riesgo para la salud mental. Experimentar discriminación en forma de aislamiento y trato desigual afecta tiene efectos duraderos en el funcionamiento psicológico (Urzúa, Ferrer, *et al.*, 2019). En el ámbito de la salud mental, se ha establecido que hay relación con consecuencias perjudiciales entre la discriminación y los trastornos de ansiedad y del estado de ánimo. Además, la percepción de discriminación afecta negativamente la autoestima, lo que puede anticipar tanto sus bajos niveles como síntomas de depresión, un impacto en el bienestar emocional de las personas discriminadas (Urzúa, Cabrera, *et al.*, 2019).

Aunque existen investigaciones sobre la discriminación, no hay suficiente información sobre las relaciones de empatía, de tolerancia y de respeto hacia el grupo discriminado. Asimismo, se debe considerar la relación del profesor con el alumno para perfeccionar las competencias de los docentes (González, 2018). Gonzáles y Dorantes (2022) sostienen que pocos estudios abordan este tema en el contexto universitario, dado que pondría en evidencia actos de discriminación en los que participan diversos actores universitarios. Por eso, en los próximos estudios se debe analizar las experiencias de manera individual, como las percepciones, para concientizar a los estudiantes y fomentar el respeto entre los grupos que estén excluidos socialmente (Hernández de la Torre y Fernández, 2020).

En consecuencia, es de suma relevancia abordar este tema en la realidad nacional del Perú. En primer lugar, debido a que se presenta como un problema que desencadena y fomenta otras circunstancias dentro del contexto de violencia y violación de derechos y libertades. Esto ocurre a través de patrones



de prejuicios y estereotipos que llevan a la falta de tolerancia, la discriminación negativa, la exclusión y una serie de situaciones que restringen a las personas para disfrutar plenamente de sus derechos y llevar a cabo un desarrollo integral (Mera y Guerrero, 2018).

En segundo lugar, ya que permite reconocer y comprender las percepciones, las barreras y los desafíos específicos que enfrentan las personas que sufren discriminación. La percepción de ser tratado de manera diferente por ser de un grupo social o cultural distinto impacta negativamente en la salud mental y el bienestar psicológico de las personas inmigrantes, lo que afecta su autoestima, así como su integración en la sociedad (Mera *et al.*, 2019). Además, contribuye a fomentar un ambiente educativo inclusivo y acogedor, donde todos los estudiantes se sientan valorados y respetados, y se promueva un aprendizaje más efectivo y enriquecedor (Mondaca *et al.*, 2020).

Por último, esto ofrece la posibilidad de tomar conciencia sobre la responsabilidad de las universidades en la perpetuación de la desigualdad racial a través de sus políticas y prácticas. Además, de reflexionar sobre la importancia de reconocer la diversidad entre los estudiantes en el ámbito educativo y de fomentar de manera constante y generalizada la expresión cultural y de las diversas identidades de todos aquellos que forman parte de una institución de educación superior (Segovia y Flanagan, 2019).

Por consiguiente, ante dicha problemática, surgió el interés de conocer las experiencias de discriminación en estudiantes universitarios de provincia, así como, las emociones que experimentan y las estrategias que utilizan frente a este problema. Este tema debe ser abordado a profundidad de una manera crítica y reflexiva, y se debe tomar en cuenta la diversidad como una característica cultural y fundamental del país. Por consiguiente, se formularon las siguientes preguntas de investigación: ¿Qué emociones generan en los estudiantes las experiencias de la discriminación? y ¿Qué estrategias de adaptación emplean los estudiantes provenientes de provincia en su vida social en una universidad privada de Lima metropolitana?

Los resultados de la investigación serán de gran ayuda para tener una noción del impacto de este problema y podrán ser tomados como base para formular políticas, así como estrategias de inclusión más efectivas y adecuadas a las necesidades de esta población específica. Asimismo, no solo tendrán un impacto en los estudiantes, sino también en los profesores y agentes administrativos de educación. Ambos grupos podrán utilizar los resultados como guía para intervenir en los estudiantes.

Marco teórico

Diversidad cultural

Perú, sin lugar a dudas, es uno de los países culturalmente más diversos de América y del mundo entero. Dicha riqueza cultural se forja en las profundidades de su historia, marcada por la coexistencia de diversas etnias y tradiciones que se entrelazan y se reinventan a lo largo de los siglos, a veces de manera pacífica, otras veces, todo lo contrario. Desde las antiguas civilizaciones prehispánicas hasta la llegada de los españoles en el siglo XVI, seguida por la incorporación de africanos, chinos, japoneses y otros inmigrantes en diferentes momentos de su historia, Perú ha sido testigo de una constante amalgama de influencias.

En este contexto, la diversidad cultural en Perú se convierte en un activo valioso para el país. Reconocer y celebrar esta diversidad no solo enriquece la vida cultural y social, sino también es una herramienta fundamental para el desarrollo. Asimismo, la incorporación de las perspectivas de los pueblos indígenas y de la población afroperuana es un testimonio de esta realidad. Sus organizaciones, cada vez más fuertes y activas, contribuyen al diálogo intercultural y al enriquecimiento mutuo. La diversidad cultural se convierte en una fuente de creatividad, innovación y visibilidad, que puede impulsar el desarrollo nacional y la participación activa de Perú en un mundo globalizado.



Por otra parte, la migración desde otras provincias hacia Lima es relativamente común hoy en día y es un fenómeno causado en muchos casos en la búsqueda de mejores oportunidades, debido a diversos orígenes. La migración está motivada por la necesidad de escapar de unas circunstancias adversas, ya sean objetivas o subjetivas; la voluntad de romper con una situación de estancamiento de carácter más estructural (contexto de origen de pobreza, guerra o conflicto familiar); y la falta de expectativas en cuanto a las oportunidades o la garantía de derechos democráticos.

En este contexto, uno de los motivos principales es la oferta laboral más amplia que ofrece la metrópoli. Al concentrarse en Lima numerosas empresas e industrias, quienes buscan empleo encuentran en la capital un abanico de opciones laborales más diversificado y prometedor que en sus lugares de origen. Asimismo, la migración hacia Lima está fuertemente vinculada a la educación. La ciudad alberga instituciones educativas de renombre y una oferta académica más variada, lo que atrae a estudiantes que buscan acceso a una formación de mayor calidad y a programas académicos especializados. Este flujo migratorio responde a la aspiración de obtener una formación que potencie las perspectivas profesionales y personales. Otro factor determinante es el acceso a servicios de salud. Lima cuenta con una infraestructura médica más desarrollada, con hospitales y centros de atención médica de alto nivel. Por eso, la migración se convierte en una estrategia para acceder a servicios de salud especializados y, en muchos casos, más accesibles que en las provincias. De igual manera, el crecimiento demográfico y la saturación de recursos en estos lugares también contribuyen al fenómeno de la migración.

Discriminación y racismo

La discriminación se basa en prejuicios de diversa índole y obstáculos que impiden el acceso a oportunidades de crecimiento tanto a nivel individual como colectivo en todas las áreas de la vida humana: social, política, económica y cultural. Este fenómeno tiende a acentuar las desigualdades al establecer barreras de exclusión o al imponer desventajas injustificadas que van más allá de la situación económica de las personas (Ordoñez, 2018).

Según Vázquez *et al.* (2022), la discriminación tiene tres características principales. En primer lugar, la discriminación es un trato diferente entre dos o un grupo de personas. En segundo lugar, dicho trato debe ser injustificado, es decir, que no existen razones justas para que este ocurra. Por último, el trato es diferente por algunos rasgos como género, religión, condición social o económica, grupo étnico, edad, discapacidad, condición de salud, lengua, preferencia sexual y estado civil. De este modo, consiste en la acción de excluir, marginar o tratar de forma perjudicial a una persona o grupo debido a diferencias que pueden justificar una vulneración de sus derechos fundamentales.

Este grave problema afecta a numerosas personas y comunidades, y se manifiesta de diversas maneras, desde la exclusión y la marginalización hasta el acoso, el abuso de poder y la violencia. Sus repercusiones abarcan aspectos psicológicos, sociales y económicos, y tienen un impacto significativo en las víctimas. Al violar los principios de igualdad, dignidad humana y de respeto a los derechos fundamentales, es imperativo combatir la discriminación a través de la educación, la concientización, las políticas públicas y las leyes que aseguren la igualdad de oportunidades y el acceso equitativo a los servicios.

Por otro lado, Oviedo (2022) define el racismo como el conjunto de ideas y prácticas sociales con intencionalidad de discriminar y despreciar a personas por sus características fenotípicas. Además, el racismo es un tipo de discriminación que consiste en la exclusión y el sentimiento de odio hacia una persona o grupos por su raza, su color de piel, su idioma, su origen étnico o su nacionalidad. Este fenómeno se manifiesta a través de actitudes negativas, prejuicios y estereotipos hacia ciertos grupos raciales, y puede adoptar diversas formas, como la limitación en el acceso a oportunidades, la perpetración de violencia racial, la segregación social y la negación de derechos y privilegios a determinados grupos étnicos (Barrera *et al.*, 2020). Igualmente, se basa en la idea irracional de que una persona se considera superior a otra debido a diferencias percibidas en la raza, a menudo relacionada



con la creencia de que existen grupos humanos claramente separados por características físicas (Wade, 2022).

Según Ortiz *et al.* (2018), el racismo engloba un conjunto de creencias, actitudes, estructuras institucionales o acciones que menosprecian y excluyen a individuos o grupos debido a sus características físicas asociadas simbólicamente a su origen geográfico o afiliación étnica. El mismo autor menciona que se han identificado dos formas de manifestación del racismo: en primer lugar, la desigualdad, por la que el grupo que posee el poder considera a los grupos subordinados como inferiores y, por lo tanto, que deben permanecer en esa condición. En segundo lugar, el racismo basado en la diferencia, por la que se enfatizan las divergencias culturales para justificar la exclusión de aquellos que no comparten similitudes. En la actualidad, la segunda forma de racismo es la más predominante, dado que es difícil sostener la argumentación de la inferioridad biológica de ciertos grupos.

Bases psicológicas

La investigación de Chávez y Molina (2018) nos permite regresar a la definición de discriminación para entender que, en su práctica, una persona o grupo social percibe a otro individuo o grupo social como diferente e inferior simultáneamente. Para llevar a cabo esta consideración o acción, el discriminador debe colocarse mentalmente en una posición social superior o privilegiada en relación con la persona o grupo que es discriminado. Esta posición, ya sea material o simbólica, se basa en un principio que justifica las desigualdades. Este puede ser examinado tanto de manera general, es decir, las razones por las que no todos los individuos son iguales, como de manera específica, es decir, las formas en que se caracteriza y se trata a un grupo social que se percibe de alguna manera como inferior. Este principio establece un orden clasificatorio y jerárquico que respalda evaluaciones que crean categorías opuestas, como gordo/flaco, blanco/negro, rico/pobre, heterosexual/homosexual o local/extranjero. Estas categorías se relacionan con conductas basadas en estereotipos, según los cuales a las personas en situaciones de carencia se les asignan ciertos comportamientos percibidos como fuera de lo normal. Además, algunas acciones no se ajustan a los estereotipos aprendidos en entornos institucionalizados, como la escuela, la familia, los clubes, la televisión, las redes sociales o los juegos. Esta construcción no es uniforme debido a las diferencias generacionales en las representaciones y sirve como anticipación de observaciones posteriores. Al analizar las condiciones socioterritoriales como una aproximación a las condiciones de clase de los hogares de las personas, se revelan notables diferencias en las representaciones y vivencias de los individuos.

Los estereotipos desarrollados contienen estigmas, que es el atributo devaluador de los estereotipos oculto a un nivel micro en las interacciones sociales diarias (Clair, 2018). Chávez y Molina (2018) señalan que las desigualdades se legitiman en los procesos cognitivos puestos en juego en la interacción, de manera que las personas buscan que sus discursos mantengan una imagen de normalidad necesaria. Sin embargo, Clair (2018) argumenta que el esquema cognitivo es un producto de la cultura discriminatoria, que da lugar a un ambiente en el que solo se aplican de manera automática. Esto sucede en base a la identidad y las percepciones individuales, que hacen que los individuos busquen validación social mediante la aplicación de políticas implícitas en la sociedad. De esta manera, Prevert *et al.* (2012) sugieren que la construcción de los esquemas cognitivos es producto de la división social, por lo que contiene diferentes grados y modalidades. Primero, se encuentra la categorización de las desigualdades en base a ideologías esencialistas, naturales, innatistas, etcétera, que les permite adjudicar una naturalidad no biológica a las diferencias personales y grupales, asegurando el equilibrio social. De igual forma, el estudio de Fein y Spencer (1997) demuestra que las personas que tienden a estigmatizar son más propensas a fracasar en la protección de su autoestima ante amenazas, y el estigma es un mecanismo para reparar su propia imagen a través de la devaluación de otros grupos.



Consecuencias de la discriminación

Consecuencias psicológicas y físicas

La discriminación, cuando es estructural, puede tener repercusiones significativas en la sociedad donde se desencadena, ya sean en la salud mental, la sociedad en sí misma o las organizaciones privadas. Así, la discriminación puede tener consecuencias notables en la salud mental de los grupos étnicos afectados. En esa línea, según Schouler-Ocak *et al.* (2021), en un estudio analítico, sufrir racismo de forma recurrente está significativamente relacionado con una mala salud, en un contexto en el que la relación con la salud mental es más fuerte que la relación con la salud física. Como una posible explicación, Henssler *et al.* (2020) mencionan que estas experiencias discriminatorias podrían afectar la salud por la respuesta al estrés que generan en nuestro organismo. Además, explican que podrían causar desregulaciones en las regiones relacionadas a lo cognitivo-afectivo, como la corteza prefrontal, el tálamo, la amígdala y la corteza cingulada anterior.

En cuanto a las formas en que se presentan estas secuelas en la salud mental de las víctimas, según Paradies *et al.* (2015) en su revisión sistemática, se encontró que las experiencias de discriminación prolongadas están relacionadas con la depresión, la ansiedad generalizada y el estrés psicológico, de las cuales la depresión es la más prevalente. También, se encontró una relación menor con la ideación suicida, los planes de suicidio y el estrés postraumático. Además, estos investigadores mencionan que las variables de sexo, edad, lugar de nacimiento y nivel de educación no moderaban los efectos de la discriminación en la salud mental, con lo que sugieren que esta afecta de igual manera independientemente de dichos factores.

Asimismo, según Berger y Sarnyai (2015), la desregulación del eje HPA y los niveles elevados de cortisol son una posible consecuencia de la exposición prolongada a experiencias de discriminación, y esto a su vez podría llevar al daño de otros sistemas corporales y causar otros males físicos. Esta desregulación del eje se explicaría por los altos niveles de estrés psicológico prolongado a los que las víctimas de discriminación están expuestas en el día a día. Además, se menciona que, debido a la activación crónica de neurotransmisores relacionados con el estrés, como la dopamina, la noradrenalina y la serotonina, la discriminación podría llevar a una neuroplasticidad anormal en los sistemas neurales relacionados a las emociones, la atención y las funciones cognitivas, lo que a su vez implicaría la disposición a desarrollar psicopatologías como ansiedad, depresión o incluso psicosis.

Además, en un estudio cualitativo realizado con estudiantes de medicina del Reino Unido, Morrison *et al.* (2023) reportaron que estos fueron afectados por microagresiones raciales de forma regular. Los alumnos afirmaron que estas experiencias afectan de forma negativa su aprendizaje, su bienestar y su desempeño académico. También, Williams *et al.* (2020), en un estudio cualitativo con estudiantes afroamericanos en un campus donde predominan descendientes europeos, reconocieron diferentes tipos de microagresiones, desde suposiciones sobre clase social o inteligencia hasta estereotipos que los calificaban como “peligrosos” o “criminales” por su color de piel. Igualmente, Edgoose *et al.* (2019), en un estudio realizado en minorías étnicas —actualmente estudiantes de profesiones de la salud—, mencionaron que estas sienten una disminución de confianza y sentimientos de estar aisladas debido a experiencias de discriminación. Algunos de estos estudiantes mencionaron que dichas experiencias también los motivaron a continuar estas carreras con el fin de enfrentarse a la adversidad.

Asimismo, según Jacob *et al.* (2023), el empoderamiento y una imagen positiva de uno mismo es esencial para que las víctimas de discriminación superen estas dificultades y logren un bienestar psicológico. De manera similar, Ellefsen *et al.* (2022) mencionan que las personas pueden tener distintas formas de lidiar con el racismo cuando este tiene consecuencias psicológicas en ellas: ignorarlo, confrontarlo, compartir sus experiencias para reportarlo y protestar contra él. Estas técnicas de afrontamiento son individuales y contextuales, es decir, dependen tanto de las características personales como del entorno en el que se encuentre cada individuo. Además,



se menciona que estas tienen como objetivo minimizar las repercusiones emocionales que la discriminación tiene en el individuo.

Consecuencias sociales y organizacionales

La discriminación también puede tener consecuencias en las estructuras sociales que nos rodean y en nuestras organizaciones. Además, la discriminación estructural también tiene efectos en la justicia criminal y en cómo se comporta esta frente a diferentes grupos étnicos. De esta manera, según Knox *et al.* (2020), el sistema criminal estadounidense reporta resultados desiguales en casi todos sus aspectos en el caso de la población afroamericana: mayor duración de la sentencia cuando se ha cometido la misma pena, más probabilidad de recibir pena capital en comparación con personas blancas, mayores fianzas y resultados más duros en relación con encuentros policiales.

Del mismo modo, la discriminación estructural puede causar repercusiones en los sistemas de asistencia sanitaria a través de su trato diferencial frente a personas con distintos fenotipos. Según Hoffman *et al.* (2016), las falsas creencias sobre las diferencias biológicas entre personas caucásicas y afrodescendientes son prevalentes en la comunidad médica estadounidense, y dan forma a la manera en que se interviene a estos pacientes. Asimismo, estas falsas creencias están relacionadas a tratamientos y evaluaciones del dolor dispares en relación a la etnia, y en consecuencia son mal aplicados. En este marco, observamos cómo la discriminación puede tener un impacto significativo en el sistema sanitario a través de las falsas creencias de las personas que trabajan en este sector.

También, la discriminación puede afectar los lugares en los que una familia quiere asentar su residencia. Según Kephart (2022), esto se conoce como segregación residencial y se refiere a negar el acceso a una familia o persona a ciertas zonas residenciales por su color de piel. Además, según Menendian y Samir (2021), el 81 % de ciudades y regiones metropolitanas americanas se encuentran más segregadas el día de hoy en comparación con 1990, aun cuando han pasado dos décadas de leyes federales para combatir este problema. También, este estudio encontró que los niños criados en vecindarios integrados, en comparación con los niños criados en vecindarios segregados, tienen mejores ingresos en su adultez. Por ejemplo, niños negros criados en vecindarios integrados ganan USD 1000 más que sus contrapartes criadas en vecindarios segregados.

Grupos vulnerables

Los grupos vulnerables son aquellas personas que están en mayor riesgo de sufrir discriminación. Dentro de las causales con mayor incidencia se encuentran la edad, la raza, el lugar de procedencia, la pobreza, la orientación sexual y el carácter de extranjero.

En el Perú, según el Código Penal, Artículo 323, que explicitado lo siguiente: “El que discrimina a otra persona o grupo de personas, por su diferencia racial, étnica, religiosa o sexual, será reprimido con prestación de servicios a la comunidad de treinta a setenta jornadas o limitación de días libres de veinte a setenta jornadas”. A lo largo de los últimos años, dicho artículo ha cambiado e incluido factores adicionales como el idioma, la identidad cultural, la posición socioeconómica, el estado de salud, el estado migratorio, el factor genético y la opinión. Una de los últimos cambios realizados en dicha ley atribuye “pena privativa de la libertad no menor de dos ni mayor de tres años”, que puede ser mayor si existe presencia de violencia física o psicológica debido a alguna de las causales mencionadas. A pesar de la existencia de una ley que tiene la intención de disminuir las cifras de discriminación, esta no ha tenido mucho impacto en la sociedad. Por eso, el Ministerio de Cultura ofrece un programa llamado Orienta, una plataforma donde cualquier ciudadano puede denunciar un acto discriminatorio para que las autoridades correspondientes lo guíen en el proceso de formalización de la denuncia y de las diversas acciones por implementar. Dicho sistema tiene el nombre de Alerta contra el Racismo (Ministerio de Cultura, 2023). De igual manera, en forma conjunta, el Minjus (Ministerio de Justicia y Derechos Humanos), el UNFPA (Fondo de Población de las Naciones Unidas) y Conacod (Comisión Nacional Contra la Discriminación) han creado una campaña para que la sociedad reflexione sobre



la aceptación de los actos discriminatorios como algo común e incluso socialmente normalizado. Asimismo, resulta alarmante la percepción de la población sobre las posibles soluciones ante dicha problemática, dado que, según una encuesta realizada por las instituciones mencionadas, 9 de cada 10 peruanos sostienen que la participación del Estado en el respeto a los derechos humanos debe ser mayor.

Según Lovatón (2020), los pueblos indígenas en el Perú representan el grupo más vulnerable frente a la discriminación. A pesar de la existencia de diversas leyes y programas que se proponen disminuir o eliminar este problema, aún no se produce una reducción en las estadísticas. Una de las causas de discriminación es la pobreza. En el caso de las personas indígenas, según la Encuesta Nacional de Hogares y Condiciones de Vida (ENAH), desde el 2014 hasta el 2018, el índice de pobreza es mayor en las personas de procedencia andina en comparación con los demás grupos étnicos. Asimismo, el informe N.º 002-2019-DP/AMASPPI/PPI elaborado por la Defensoría del Pueblo, sostiene que las mujeres de procedencia indígena sufren mayores dificultades para lograr servicios dignos de salud, educación, participación política y propiedad.

Finalmente, según Espinosa *et al.* (2021), en el Perú existen barreras entre las diversas clases sociales y estatutos étnicos y raciales que crean un clima de marginación y exclusión. Esto coloca en una situación de desventaja a la población indígena al vulnerar sus derechos fundamentales de salud, educación y propiedad privada. Según los autores, las bases de la discriminación a los pueblos originarios provienen de la época colonial y el sistema de castas impuesto en esta. Asimismo, la cultura actual ubica al indio como alguien inferior a los demás, a lo que se suma las barreras culturales, psicológicas y políticas. Lamentablemente, la cultura indígena es vista negativamente, por eso diversos textos llevan títulos como “El problema de indio”. Mientras la sociedad continúe con dichas creencias, la discriminación nos acompañará por muchos años más.

También, Galarza *et al.* (2012) realizaron un estudio multidisciplinario en el que se revisó la base de datos de egresados de la Universidad del Pacífico y se estableció una relación entre el cargo ocupado en la actualidad y las variables de raza, apellidos, nivel socioeconómico, sexo y rendimiento académico. La investigación encontró que el mayor porcentaje de egresados “blancos” se ubica en los cargos de máxima autoridad y de autoridad intermedia, mientras que los “no blancos” están más presentes en las categorías inferiores (jefes sin personal a cargo). En cuanto a la variable de apellidos, se halló que los egresados con apellidos extranjeros ocupan en su mayoría los cargos de máxima autoridad, en comparación con los egresados con apellidos andinos o comunes.

Objetivos

- Explorar las adversidades emocionales, interpersonales y académicas que emergen como resultado de un episodio de discriminación en el contexto de la experiencia universitaria de individuos procedentes de provincia, en una universidad privada de Lima.
- Identificar las estrategias de afrontamiento que emplean los estudiantes de provincia frente a las diversas situaciones de discriminación que ocurren con frecuencia en una universidad privada de Lima.

Diseño metodológico

Tipo y diseño de investigación

Para la presente investigación, se optó por un enfoque cualitativo, que obedece al objetivo de comprender a fondo los fenómenos desde la perspectiva de los propios participantes. Además, el enfoque cualitativo explora la naturaleza subjetiva de las vivencias de cada persona que participa en el estudio, lo que otorga de esta manera una comprensión más detallada de los fenómenos (Hernández y Mendoza, 2018).



Asimismo, esta investigación se enmarca en un diseño fenomenológico, ya que esta enfocada en la esencia de la experiencia de las personas. En este contexto, se aborda la experiencia, los recursos personales y las características de las emociones y estrategias de adaptación desde la perspectiva directa de los estudiantes universitarios involucrados. El estudio recopila datos de personas que han vivido la migración a la capital peruana con el fin de seguir estudios superiores, llegaron a una descripción compartida de la esencia de esta, y revelan lo que experimentaron y de qué manera lo hicieron. De este modo, el objetivo principal consiste en explorar, describir y comprender estas experiencias y sus significados, así como identificar elementos comunes presentes en estas vivencias (Hernández y Mendoza 2018).

El alcance de esta investigación es de tipo descriptivo, dado que tiene como objetivo detallar las características de las personas o de los fenómenos experimentados para realizar un análisis a partir de esta información. Además, facilita la explicación de los sucesos relacionados con los fenómenos, lo que contribuye a una comprensión más profunda de la materia estudiada (Hernández y Mendoza, 2018). En el caso de la presente investigación, se enfatiza en describir la experiencia de la percepción de los participantes, y explorar sus emociones y recursos de adaptación frente a estas.

Participantes

En esta investigación, se utilizó una muestra de estudiantes provenientes de cualquier provincia del Perú que asisten a alguna universidad privada de Lima Metropolitana. Por ende, los criterios de inclusión que se siguieron fueron los siguientes: haber nacido y vivido la mayor parte de su vida en provincia, ser estudiante de alguna universidad privada, y haber tenido alguna experiencia de discriminación. Además, el tipo de muestreo fue por conveniencia, ya que los casos utilizados en este estudio han sido experimentados por sujetos a los que los investigadores tenían fácil acceso, y la muestra utilizada fue homogénea, debido a que los integrantes comparten un mismo perfil (Hernández y Mendoza, 2018). La forma de acceder a los participantes del estudio fue a través de la red de contactos personales de los entrevistadores.

También, se utilizó una muestra de 5 participantes de acuerdo con la capacidad operativa de recolección y análisis (Hernández y Mendoza, 2018). Es decir, se tomó en cuenta este criterio debido a la corta duración de este trabajo, la cantidad de recursos disponibles y el número de investigadores a cargo de la investigación.

A continuación, se presenta una tabla informativa con los datos sociodemográficos más relevantes de los participantes del estudio:

Tabla 1

Características de los participantes

Seudónimo	Edad	Carrera	Procedencia
Juana	20	Psicología	Trujillo
Claudia	23	Psicología	Arequipa
Sofía	20	Negocios	Cusco
Julia	23	Psicología	Chiclayo
Camila	23	Derecho	Apurímac



Técnicas de recolección de información

En el contexto de las entrevistas cualitativas, la aplicación del juicio de expertos se presenta como un componente esencial e imprescindible para garantizar la calidad y la pertinencia de la información que se va a recopilar. En el presente caso, recurrimos a la experiencia de un distinguido profesor de la Universidad de Lima como experto en el campo. La elección de un experto proporciona una base sólida para el diseño y la implementación de las entrevistas, porque se aprovecha su discernimiento especializado para orientar las preguntas y asegurar la validez de los datos obtenidos. Asimismo, inicialmente el docente brindó correcciones que fueron relevantes para realizar la entrevista piloto.

Asimismo, antes de la realización de las entrevistas cualitativas, llevamos a cabo una entrevista piloto. Según Garcés *et al.* (2020), esta es importante porque aumenta el rigor científico y garantiza la credibilidad en la investigación. De igual manera, fue estratégicamente concebida para identificar y corregir posibles errores en su estructura o en las mismas preguntas. Esta fase inicial se erige como un componente crucial del proceso metodológico, ya que permite perfeccionar el protocolo de entrevistas, ajustar la claridad de las preguntas y refinar la estrategia general. Asimismo, la realización de una entrevista piloto contribuye significativamente a la fiabilidad y la validez del estudio, al minimizar sesgos potenciales y asegurar que las entrevistas subsiguientes sean más eficientes y efectivas en la obtención de datos relevantes en la investigación cualitativa.

Igualmente, la manera más adecuada de obtener información acerca de las percepciones de los participantes fue a través de la realización de entrevistas, especialmente mediante aquellas de índole cualitativa. De acuerdo con Mendoza (2018), las entrevistas cualitativas se emplean en investigaciones similares con el propósito de establecer una interacción más cercana con los entrevistados, lo que facilita la recopilación de datos de manera detallada y específica. Estas entrevistas suelen incorporar preguntas de seguimiento y se llevan a cabo en forma de una conversación. En el marco de este estudio, se optó por utilizar una entrevista semiestructurada, que fue elaborada a partir de una guía de preguntas que delineaba los temas y la dirección para llevar a cabo la entrevista. Este tipo constituye un proceso de evaluación que brinda la oportunidad de conocer al entrevistado y su forma de pensar de manera espontánea, dado que permite improvisar durante la conversación. Según el mismo autor, el objetivo principal de la entrevista semiestructurada en la investigación cualitativa no radica en obtener datos numéricos o estadísticos, sino en alcanzar una comprensión profunda del conocimiento y de la opinión del entrevistado respecto a un tema específico.

Procedimiento de recolección de información

El procedimiento de recolección de información se inició con el contacto inicial con los participantes, por medio de consultas a amigos y compañeros de clase de los investigadores sobre personas que cumplieran con los criterios de inclusión del estudio. Posteriormente, se realizó una primera entrevista a un experto en el tema con la finalidad de indagar en las posibles temáticas que podríamos abordar en los diálogos. A partir de esto, se realizó una entrevista piloto para evaluar la comprensión de las preguntas por parte de los participantes, corregir los errores y eliminar interrogantes que no beneficiaran la indagación en el tema de investigación.

A partir de este momento, se iniciaron con las entrevistas semiestructuradas a los participantes del estudio de manera presencial. Al momento de las reuniones con los entrevistados, antes de dar inicio a la conversación se les brindó un documento de presentación, así como el consentimiento informado. Asimismo, se les explicó el motivo de estos documentos, el objetivo de la investigación y el tiempo de duración, y se les informó que las charlas serían grabadas (en formato de voz). Se garantizó a los participantes que toda información sería utilizada netamente para fines de la investigación y sería tratada de manera confidencial. Además, se les explicó que no se proporcionaría su identidad porque se cambiaría sus nombres por un seudónimo. También, se les comunicó que podían plantear cualquier pregunta que tuvieran durante la entrevista y que, en caso de que no desearán continuar, podrían



dar por concluida su participación. Al ya contar con el consentimiento firmado, se comenzó con la entrevista. Las entrevistas tuvieron una duración de 30 a 40 minutos, y después de cada sesión se realizó la transcripción de cada una. A continuación, se llevó a cabo el análisis de las 5 entrevistas, lo que dio lugar a la categorización y la codificación de la información.

Asimismo, se han observado y respetado los principios éticos de beneficencia, responsabilidad, consideración hacia las personas, integridad y equidad, según lo establecido por la American Psychological Association (2017). De acuerdo con lo dispuesto en los artículos 24 y 25 del tercer apartado del Código de Ética y Deontología del Colegio de Psicólogos del Perú, el diseño de esta investigación garantiza el pleno respeto a los derechos humanos de los participantes. De este modo, se ha obtenido el consentimiento informado de los entrevistados y se ha dado prioridad al bienestar psicológico de cada individuo (Colegio de Psicólogos del Perú en 2018).

Durante este proceso se garantizó la calidad y el rigor metodológico, es decir, se cumplieron con los criterios de dependencia, credibilidad, confirmabilidad, transferibilidad y reflexividad. Con respecto a la dependencia, se llevó a cabo mediante una minuciosa revisión literaria y se contrastó con las experiencias de discriminación identificadas por los jóvenes universitarios de una universidad de Lima Metropolitana. Con el fin de presentar datos confiables, se expusieron las experiencias tal cual fueron vividas para asegurar la credibilidad. De acuerdo con la confirmabilidad, se realizó la descripción detallada de los pasos de recolección y análisis de datos para facilitar la replicación del estudio por otros investigadores. La transferibilidad se respeta al tomar en cuenta la relevancia y la posibilidad del estudio de transferir los resultados a otros contextos o grupos. A lo largo de este trabajo de investigación, se mantuvo una reflexión constante con evaluaciones críticas, según los criterios para la selección de los participantes, el marco teórico y el contexto de la problemática por las investigadoras, con lo que se cumple con el criterio de reflexividad.

Estrategias de análisis de información

De acuerdo con el corte del estudio, se utilizó un análisis cualitativo del contenido, específicamente un enfoque inductivo, que va de lo específico a lo general. Este método tiene su origen en la lógica inductiva, en la que se analizan experiencias individuales sobre el tema elegido con el fin de comprenderlo mejor (Hernández y Mendoza, 2018). También, se recurrió al análisis de contenido, que, según Fernández (2018), es un método que permite la indagación de una comunicación verbal o escrita. En este caso, las unidades de análisis suelen ser conceptos que abarcan un tema central de lo analizado. Justamente por eso el investigador debe elaborar categorías que le den la posibilidad de organizar la información según su contenido.

Así, se inició con la transcripción de los datos obtenidos de las 5 entrevistas realizadas. Esta transcripción se realizó de forma literal con el objetivo de garantizar la credibilidad de la data y la fidelidad de los testimonios recogidos. A continuación, se realizó el proceso de codificación, primero, por la fase descriptiva, en la que se categorizaron y codificaron los datos obtenidos, y luego, por la fase interpretativa, en la que se relacionaron los códigos entre sí y con los fundamentos del tema investigado (Hernández y Mendoza, 2018). Después, se buscaron temas generales en las entrevistas que pasaron a formar códigos. Tras esto, se buscaron los códigos generales a todas las entrevistas y con estas se formaron subcategorías. Las doce subcategorías fueron las siguientes: discriminación por burlas, discriminación por acento, discriminación por el colegio de procedencia, sentimiento de soledad en la etapa de adaptación, falta de motivación, miedo a socializar, baja autoestima, apoyo de los padres, apoyo de personas de provincia, apoyo de grupo de amigos, indiferencia y empoderamiento.

Finalmente, estas categorías fueron agrupadas en cuatro categorías principales: experiencias de discriminación en jóvenes universitarios, consecuencias de la discriminación, redes de apoyo y afrontamiento. Una vez establecidas estas categorías se describió detalladamente cada subcategoría.



Resultados y discusión

La presente investigación tiene como objetivos explorar las adversidades emocionales, interpersonales y académicas que emergen como resultado de un episodio de discriminación, e identificar las estrategias de afrontamiento que emplean los estudiantes de provincia frente a las diversas situaciones de discriminación que suelen ocurrir en una universidad privada de Lima. Para esto, se realizaron cinco entrevistas semiestructuradas a estudiantes que cumplían los criterios de inclusión, que después fueron transcritas para facilitar el análisis. Tras esto, se procedió a evaluar minuciosamente la información de las entrevistas, para simplificar y agrupar los testimonios en temáticas similares. Como resultado, a partir de estas 5 entrevistas, se llegó a la abstracción de cuatro categorías principales con doce subcategorías en total (ver tabla 2), después del proceso de “codificación” y “categorización”.

Tabla 2

Detalles de categorías

Categorías	Subcategorías
Experiencias de discriminación de los jóvenes universitarios	Discriminación por burlas
	Discriminación por el acento
	Discriminación por el colegio de procedencia
	Sentimiento de soledad en la etapa de adaptación
Consecuencias de la discriminación	Falta de motivación
	Miedo a socializar
	Baja autoestima
Redes de apoyo	Apoyo de los padres
	Apoyo de personas de provincia
	Apoyo de grupo de amigos
Afrontamiento	Indiferencia
	Empoderamiento



Categoría 1. Experiencias de discriminación en los jóvenes universitarios

La primera categoría que se encontró es la de experiencias de discriminación en los jóvenes universitarios, que abarca diferentes tipos de discriminación que enfrentan los jóvenes de provincia, así como su experiencia en el momento de adaptación.

Subcategoría 1.1: Discriminación por burlas

La discriminación por burlas se define en este estudio como las situaciones en las que las personas recurren a bromas, chistes, sarcasmo o ridiculización con el fin de menospreciar. Además, estas burlas están vinculadas con el hecho de haber nacido en provincia. Los resultados de las entrevistas muestran los diferentes tipos de burlas que han sufrido los entrevistados, que sugieren su falta de conocimiento por el simple hecho de no haber nacido en Lima y menosprecian su lugar de origen.

Vemos cómo las burlas van relacionadas con el menosprecio de su lugar de origen. Claudia comenta: “Luego, me decían como que sí, no, ya, vete a tu país, tu pasaporte, arequipeño, no sé qué cosa”. Además, cuenta: “Yo era una persona un poco activa en redes, cuando hacía encuestas y había tenido más amistades limeñas. Me acuerdo que me hacían preguntas anónimas diciéndome tú no deberías estudiar acá porque tú eres serrana, regrésate a tu pueblo, a tu sierra”.

También, vemos como los chistes y la ridiculización tratan de pintar a los entrevistados como ignorantes o tontos. Julia dice: “Muchas veces me tratan como si no entendiera las cosas [...]. Me hacen quedar como una tonta que no entiende las cosas”. También, Camila recuerda: “Yo como que como yo era nueva, yo no sabía de esas cosas y como que dije ‘no, yo nunca he ido, yo no sé qué es eso’. Y una de las chicas que estaba ahí como que dijo, ay, no, pues ¿cómo tú vas a saber si tú eres provinciana?”.

Observamos cómo estas mofas o ridiculizaciones van orientadas a devaluar a los entrevistados como personas en general por el hecho de haber nacido en provincia. Por un lado, notamos que se usa su lugar de nacimiento como un defecto o algo de lo que ellos deberían avergonzarse, y se menciona que no pertenecen aquí y que deberían regresarse a su lugar de origen. También, vemos que se usan las palabras “serrano” o “pasaporte arequipeño” no solo como burla, sino también con la intención de segregarlos y marcar una distancia, y dejar en claro que ellos no son iguales. Por otro lado, se evidencia el intento de ridiculizar o menospreciar a los estudiantes, al señalar indirecta o directamente que por ser provincianos son intelectualmente menos capaces. Según Morrison *et al.* (2023), la discriminación en estudiantes universitarios afecta de forma negativa su bienestar y desempeño académico. También, Edgoose *et al.* (2019) señalan en un estudio cualitativo en el que participaron minorías étnicas, que cursan profesiones de la salud, que estos experimentaron una disminución de confianza y sentimientos de aislamiento debido a experiencias de discriminación. En esa línea, vemos que estas burlas, chistes o ridiculizaciones pueden afectar a los jóvenes entrevistados no solo emocionalmente, sino de forma multifactorial.

Subcategoría 1.2: Discriminación por el acento

La discriminación por el acento se describe como las experiencias en las que se trata de manera desigual a individuos por su forma de hablar o su entonación lingüística. El relato de los entrevistados muestra una similitud en las situaciones y el motivo por el que se sintieron discriminados.

Por ejemplo, Juana menciona: “Me preguntan, o sea, me escuchan hablar y me dicen como que ‘ah, tipo, eres de provincia, ¿no?’ o ‘¿de dónde eres? que no sé, que se te nota el acento’. Yo estaba participando y un grupo de chicas se burló de mi manera de hablar en frente de todo el salón”. De la misma manera, Claudia cuenta: “Me acuerdo que estábamos haciendo un trabajo y para esto ya sabían que yo venía de Arequipa, y me acuerdo que empezaron a imitar como yo hablaba”. Por último, Sofía habló de una ocasión: “La primera fue el acento porque es lo que la gente nota al hablar y capta eso en una y, a veces, te cierran el grupo, no en todos los casos, pero sí me ha pasado varias veces”.



En estos relatos, es posible ver que la discriminación por acentos se da muchas veces mediante la imitación que tiene como fin la burla. Esto dificulta la integración social de los estudiantes, ya que la agresión emocional también se interpreta como una forma de exclusión. Huayhua y Mannheim (2022) señalan que esto ocurre porque muchos hablantes de la capital relacionan una similitud con los acentos quechuas con una manera fisonómica deficiente de hablar el español. Así, esta supuesta deficiencia funciona como motivo de discriminación.

Subcategoría 1.3: Discriminación por el colegio de procedencia

Esta subcategoría describe las experiencias y percepciones de los universitarios de provincia en relación con la desigualdad y los prejuicios basados en el colegio o la institución educativa de la que provienen.

Los testimonios muestran que existen comentarios y creencias negativas hacia los jóvenes de provincia con el fin de minimizar su educación por el colegio de procedencia. Asimismo, comentan que existe una perspectiva negativa sobre los colegios de provincia e indican limitaciones de oportunidades por este origen, dado que existen preferencias por colegios limeños, que son considerados “los mejores”. Sin embargo, los entrevistados tienen una percepción positiva de los colegios de provincia y argumentan que este prejuicio es falso.

Para entender mejor este aspecto, Juana relata:

“Considero que también por ser de otro colegio, o sea, mi colegio no era un colegio público, era un colegio privado, pero igual, no sé por qué, como que igual cuando mencionaba que era de ese colegio, igual como que la gente decía, así como que ‘ay, pero fácil, eso también incluye’. Por ser nada más un colegio de provincia, creen que es algo malo, cuando en verdad, no, mi colegio sí era bueno”.

De igual manera, Pedro relata:

“Por quien soy y no me tratan de hacer menos y menos por venir, ¿no?, de provincia, que a veces ser de ahí es estar menos preparado que la gente de Lima [...]. Y yo he visto que a veces incluso la gente de provincia rinde más que las personas de acá”.

Estos testimonios revelan la persistencia de los estereotipos y prejuicios que enfrentan los jóvenes universitarios de provincia. Se evidencia que la etiqueta de “colegio de provincia” lleva una connotación negativa, que se traduce en la presunción errónea de que las instituciones educativas fuera de Lima son inherentemente inferiores. Asimismo, implica la injusta generalización que relaciona a los estudiantes de provincia con una falta de preparación en el ámbito académico. Estas creencias pueden dificultar que se integren de manera adecuada y participen en el contexto educativo (Segovia Lagos y Rendón, 2020). Sin embargo, también se destaca que en realidad los estudiantes de provincia en ocasiones evidencian un mejor rendimiento académico que los estudiantes limeños. Este análisis refleja cómo los prejuicios basados en la procedencia geográfica pueden generar expectativas desfavorables y limitar el reconocimiento del talento y la capacidad de los estudiantes provenientes de provincias. En esa línea, los inmigrantes presentan una mayor dificultad para adaptarse a los contextos académicos, donde el aislamiento perjudica el rendimiento de los estudiantes (Castillo *et al.*, 2018).

Con respecto a la falta de oportunidades, Juan cuenta: “Si quiero acceder a algún programa, piden algún requisito y hay preferencias con algunos colegios, los que son conocidos como los mejores”.

Esto muestra la existencia de preferencias y discriminación en el acceso a oportunidades académicas o programas. Además, resalta la inequidad dentro de la institución, donde existe una tendencia a preferir a los estudiantes provenientes de colegios reconocidos como los mejores. Esta situación evidencia que dicha preferencia está influenciada por opiniones subjetivas o clasificaciones académicas. No obstante, no siempre demuestran las habilidades y el potencial individual de los estudiantes. Según



Duck y Murillo (2019), la elección basada en la reputación o clasificación de los colegios no es justa ni exacta en la evaluación individual de las capacidades de los jóvenes. Igualmente, esta elección afecta la dignidad del estudiante.

Subcategoría 1.4: Sentimiento de soledad en la etapa de adaptación

Esta subcategoría aborda las percepciones de soledad, aislamiento y falta de conexión significativa con los demás en la etapa de adaptación de los jóvenes universitarios. Los resultados indican que en esta etapa algunos vinieron completamente solos y debieron aprender a vivir solos, por lo que la adaptación fue más difícil. Asimismo, existe un sentimiento de no encajar pues se sentían excluidos.

Por ejemplo, Juana cuenta: “Me mudé solita, me costó adaptarme con el tema de la universidad. Tuve que aprender a cocinar y hacer varias cosas porque estaba sola y me sentía triste”. Julia comenta: “Básicamente, estaba sola contra el mundo, ya que no tenía amigos ni familia que me apoye”.

Estos testimonios revelan las dificultades prácticas, entre las que existe la necesidad de aprender nuevas habilidades. Además, se reconoce una carga emocional relacionada con la transición a la universidad, durante la cual se enfrentan a la realidad de estar lejos de su red de apoyo habitual. Los estudiantes migrantes son afectados por la presión adicional de tener que adaptarse a un lugar, un vocabulario, unas creencias y unas costumbres distintas, por lo que se identifica una mayor ansiedad en ellos (Segovia Lagos, 2021). Al estar completamente solos en Lima, se genera una sensación de tristeza porque no tienen el apoyo de sus familiares ni de sus amigos en esta etapa. Según Gómez (2019), la migración da lugar a un panorama psicológico en el que la inseguridad y la timidez surgen por el miedo, la soledad y la nostalgia. Estos sentimientos, en muchos casos, afectan las relaciones interpersonales, así como el comportamiento.

Esta etapa de adaptación no solo está relacionada con la ausencia física de compañía, sino también con la búsqueda de conexión emocional y social. Los estudiantes experimentan dificultades al intentar encajar en su nuevo entorno, y la soledad se manifiesta como un obstáculo emocional que impacta negativamente en su bienestar (Moran *et al.*, 2018). La falta de apoyo social y la percepción de no ser comprendido o incluido generan tensiones emocionales significativas (Cotrado *et al.*, 2019).

Esto se observa en el caso de Claudia, que comenta lo siguiente: “Pero en ese momento donde yo me sentía como sola, porque no tenía a ningún amigo acá más que mi enamorado, sí me afectaba, ¿no? Porque obviamente quería de cierta manera como encajar [...]. Pero sentía que me lo impedía”. De igual manera, Julia cuenta: “En los primeros años, sí me sentí mal, sola e incomprendida”.

Esto muestra las dificultades emocionales que enfrentan los estudiantes de provincia al tratar de integrarse en su nuevo entorno universitario. En esta situación, resalta el sentimiento de soledad por la falta de un círculo de amigos, lo que afecta su capacidad para sentirse parte de la comunidad universitaria. A pesar de que los estudiantes sienten esta necesidad de pertenecer, la presencia de la soledad les genera un conflicto emocional por la una desconexión social que enfrentan. Por ejemplo, Camila menciona: “Creo sobre todo que la gente que venimos de provincia es que no sentirnos que encajamos, ¿no?”. Así, se revela la ausencia de un sentimiento de pertenencia por parte de la estudiante.

Asimismo, la discriminación no ayuda a que la persona pueda formar lazos sociales porque conlleva el rechazo de los demás estudiantes. Por ejemplo, Julia menciona: “Las críticas de mis compañeros hicieron que la situación sea más dura”. De igual manera, Sofía dice: “Se siente mal que no te incluyan o que no crean en ti”. La discriminación incrementa el estrés en la persona que debe adaptarse a una nueva cultura y demanda un mayor esfuerzo para la aculturación (Caqueo *et al.*, 2019). Además, contribuye a un debilitamiento de los vínculos sociales al fomentar el aislamiento social de la persona (González y Dorantes, 2022).



Categoría 2. Consecuencia de la discriminación

La segunda categoría hace referencia a las consecuencias que pueden ocurrir como resultado de la discriminación. Esta práctica conlleva graves repercusiones que van más allá de la exclusión social. Asimismo, las ramificaciones que se desencadenan como consecuencia directa de la discriminación son más complejas y profundas de lo que uno se puede esperar. La exclusión social es solo la punta del *iceberg* en términos de los efectos adversos que este fenómeno inflige sobre los individuos. La discriminación crea un ciclo de desigualdad que puede afectar negativamente la salud mental y emocional de las personas afectadas.

Subcategoría 2.1: Falta de motivación

La falta de motivación se describe como el desinterés, la apatía o la carencia de energía y entusiasmo para realizar tareas o lograr objetivos. Los testimonios muestran similitud en lo experimentado por los entrevistados, de manera que la discriminación fue un obstáculo significativo en su proceso de adaptación, con secuelas tanto en la vida académica como en la calidad de vida.

Para entenderlo mejor, hay que considerar algunos casos. Juana menciona: “Yo no quería participar. Tenía miedo al qué dirán, porque no quería hablar, no quería exponer, es más, tipo, me daba mucha vergüenza, exponer, me sentía desmotivada”. De manera similar, Julia cuenta: “Muchas veces faltaba a las clases para no tener que escuchar esos comentarios y eso bajó mucho mis calificaciones”. Además, señala: “Sí, en los primeros ciclos jalé varios cursos, ya que no podía concentrarme ni cumplir con los trabajos y exámenes”. Así como ella, Camila cuenta: “A veces el miedo de estar frente a tus compañeros, ¿no? El cómo te puedan ver. Hay personas que incluso faltan a clases con tal de no exponer y de no estar adelante”. Asimismo, explica: “Personalmente me ha pasado una que otra vez, pero no me ha perjudicado tanto académicamente”.

Estos testimonios revelan los efectos de la discriminación en el rendimiento académico de los entrevistados. Se muestra que el miedo a las críticas y la vergüenza por la exposición a comentarios discriminatorios o burlas generan una sensación de desmotivación que afecta directamente la participación en actividades académicas y, en última instancia, el progreso profesional. Verkuyten *et al.* (2019) señalan que la motivación está vinculada a los estados afectivos, lo que no excluye a la orientada a la participación académica. De esta manera, la discriminación dentro de un contexto académico puede obstaculizar la motivación adaptativa y el compromiso de las minorías.

Sofía cuenta cómo se vio afectada su motivación por la exclusión de parte de sus compañeros: “Pues la verdad sí un poco, al inicio estaba muy motivada en la universidad, pero ahora no tanto. [...] Siento que, a nivel de exámenes y estudios, no porque me sigo esforzando, pero en exposiciones y trabajos, donde te excluyen sí, inclusive, he llegado a hacer el trabajo sola”. Al igual que Julia cuando menciona: “Me hace sentir mal porque me hacen quedar como una tonta que no entiende las cosas. [...] Básicamente, estaba sola contra el mundo, ya que no tenía amigos ni familia que me apoye. [...] En los primeros años, me afectó mucho, llegando a pasar por un cuadro de depresión”.

En estos relatos, es posible ver de qué manera las experiencias discriminatorias disminuyen la motivación y el entusiasmo para participar en las dinámicas sociales dentro de las aulas y la autoeficacia necesaria para mantener el desempeño académico. Asimismo, Verkuyten *et. al.* (2019) mencionan que a pesar de que la educación puede ser una ruta para superar barreras sociales, la discriminación puede llevar a los estudiantes a adoptar mecanismos de protección que pueden afectar negativamente su participación académica. Entre los más destacados, se encuentra el desarrollo de una cultura de oposición, que consiste en evitar la participación en el aula y la desvinculación de los compañeros, y la atribución externa, que tiene como resultado la asociación con menores expectativas de desempeño y la pérdida de control de las responsabilidades.



Subcategoría 2.2: Miedo a socializar

Según Jochman *et al.* (2019), la discriminación ejerce un impacto significativo en la capacidad para socializar al generar un miedo palpable en los individuos afectados. Este temor no solo surge de las interacciones sociales directas, sino también de la carga mental que llevan los estudiantes de minorías al enfrentar encuentros frustrantes y alienantes, ya sea de forma personal o incluso según la observación de experiencias ajenas.

La carga emocional asociada con la discriminación contribuye a un miedo más intenso a socializar, lo que multiplica los desafíos que ya tienen los estudiantes en su proceso de adaptación a nuevas flexibilidades y roles sociales en constante expansión, un desafío para cualquier persona en un nuevo entorno.

Como comenta Camila al compartir sus experiencias, ella siempre se muestra cautelosa cuando se trata de confiar y exponerse a los demás: “Claro, de todas maneras, porque a veces cuando se habla de algún lugar, las personas se dicen, la gente ya es buena, carismática, hostil, ¿no? Y, a veces, cuando tú llegas, encuentras que no siempre es como todos creen”. Esta actitud se deriva de su experiencia de discriminación, que la ha llevado a otorgar un “beneficio de la duda” a sus compañeros. La falta de confianza en las interacciones sociales se convierte en una barrera que dificulta la creación de conexiones significativas con los demás. El temor que Camila experimentó al principio al socializar se vincula directamente con la discriminación sufrida. Esta sensación de miedo puede manifestarse como una “cohibición”, en sus propias palabras, que limita su capacidad para expresarse libremente y participar de manera plena en situaciones sociales.

En consecuencia, la discriminación no solo afecta el bienestar emocional de las personas, sino también contribuye a la creación de barreras sociales que dificultan la construcción de relaciones saludables. Es imperativo abordar esto ya que la discriminación, al ser percibida como una barrera constante en las interacciones sociales, impide que los individuos afectados se desenvuelvan plenamente en su entorno. En esta misma línea, la ansiedad o temor resultante puede causar limitaciones con respecto a las oportunidades de establecer conexiones significativas, así como de participar activamente en la comunidad académica y aprovechar al máximo las experiencias de aprendizaje.

Subcategoría 2.3: Baja autoestima

La relación intrínseca entre la baja autoestima y la discriminación se muestra como una compleja interacción entre las experiencias de exclusión y el impacto en la percepción personal. Según Becerra *et al.* (2020), existe una correlación entre el estrés psicológico ante la discriminación y la autoestima baja. La discriminación, al actuar como un agente invalidante, puede afectar de manera negativa la autoestima de los individuos afectados. De igual manera, las constantes experiencias de ser tratados de manera injusta o menospreciados debido a su identidad generan un círculo vicioso que daña la confianza en uno mismo.

Las personas que sufren discriminación a menudo internalizan los mensajes negativos percibidos, por lo que cuestionan su valía. Esta autoevaluación negativa, alimentada por la discriminación, sea de manera directa o indirecta, se traduce en una baja autoestima que puede perdurar a lo largo del tiempo. La discriminación, por lo tanto, no solo impacta en el bienestar emocional inmediato, sino también deja una marca profunda en la forma en que las personas se ven a sí mismas, al influir en su capacidad para alcanzar su máximo potencial y participar plenamente en la sociedad.

Como ejemplo se encuentran las experiencias y las palabras de Juana: “Afectó en mi confianza y un poco en mi autoestima, ya que debido a las burlas no me sentía muy capaz pues me criticaban y, como ya mencioné, eso hizo que me cohibía y no participe tanto por el qué dirán”. Estas afirmaciones reflejan cómo la crítica constante puede moldear negativamente la percepción que una persona tiene de sí misma. Juana comenta que la discriminación que sufrió generó una serie de consecuencias negativas en su vida. La falta de confianza y la baja autoestima causaron una reticencia a participar por el temor constante al juicio de los demás.



El testimonio de Sofía proporciona otro ejemplo revelador. Ella señala que su confianza se vio significativamente afectada por las personas discriminadoras de su entorno: “Acá con las personas discriminadoras y me bajó la confianza muchísimo. Los primeros ciclos la confianza me afectaron mucho”. Esta pérdida de confianza, experimentada especialmente en los primeros ciclos, destaca que las acciones discriminatorias tienen un impacto duradero en la autoestima de una persona. Esto es lo que Sofía resalta más de sus primeros ciclos en la universidad. Lejos de recordar sus experiencias positivas, los nuevos amigos que hizo o lo que aprendió, esto es lo que más le quedó marcado. La baja autoestima resultante de la discriminación puede generar inseguridades profundas que se manifiestan en la interacción social. En ambos casos, las experiencias negativas han dejado cicatrices emocionales que han impactado directamente en la forma en que Juana y Sofía se relacionan con los demás hasta el día de hoy.

Categoría 3. Redes de apoyo

La tercera categoría se refiere a las diversas redes de apoyo para enfrentar las experiencias de discriminación con las que cuentan los adultos jóvenes nacidos en provincia que migraron a la capital. Estas redes de apoyo son las conexiones sociales que vinculan a un individuo con su entorno o con las personas con quienes establece lazos solidarios y de comunicación para abordar necesidades emocionales, instrumentales, cognitivas o materiales. Estas redes son dinámicas y están compuestas por un mínimo de dos personas que comparten intereses y principios, comprometidas con la reciprocidad.

Subcategoría 3.1: Apoyo de los padres

El apoyo de los padres es parte de las redes de apoyo de los estudiantes migrantes. Se refiere a la conexión de confianza y comunicación, además del respaldo emocional, instrumental, cognitivo o material, que se establece entre los padres y los hijos.

Por ejemplo, Juana menciona: “Con respecto a mis papás sí, 100 % su apoyo, como siempre apoyo emocional”. Por su parte, Camila comenta: “Sí, con mis papás, con mis hermanos, incluso con mi propio círculo de amigos lo comento”.

Estos dos jóvenes reconocen que se sienten en la confianza de comunicar las malas experiencias en la capital con sus padres, en especial las relacionadas con la discriminación por su lugar de procedencia. Sin embargo, se aprecia una falta de elaboración en la idea del apoyo en ciertos aspectos. Juana expresa que recibe un respaldo emocional sólido de sus padres y destaca la importancia de la comunicación abierta y la confianza en su relación. Camila subraya la extensión de este apoyo no solo de sus padres, sino también de sus hermanos y amigos cercanos. A pesar de lo descrito, ninguno comenta la respuesta o la forma en la que los padres manifiestan su apoyo.

Ambos testimonios revelan la importancia en la vida de los estudiantes migrantes del apoyo parental, que brinda un sostén emocional y es una vía catártica para afrontar las situaciones en las que se sienten discriminados en un nuevo entorno. La red de apoyo familiar es esencial para la creación de un espacio de consuelo en los momentos de desesperanza o después de pasar por una experiencia traumática. La falta de experiencia por parte de los otros tres participantes en este ámbito puede responder a lo encontrado por Cleve (2016), que señala que los jóvenes migrantes pueden sentir una responsabilidad moral con sus padres: dado que ellos son su sustento económico, sienten la necesidad de hacer el sacrificio de no hablar de los aspectos negativos del proyecto migratorio con ellos.

Subcategoría 3.2: Apoyo de personas de provincia

El apoyo de personas de provincia se describe como el apoyo emocional y el sentimiento de sentirse acompañado y entendido por alguien que ha pasado por lo mismo. Los jóvenes revelan que hallaron un espacio para compartir sus experiencias con facilidad y sentirse comprendidos, donde sus integrantes,



al haber pasado por vivencias similares, expresan de manera inherente empatía y solidaridad. Es posible ver que el grupo de personas de la misma o de una provincia diferente los lleva a considerar que cuentan con personas con las que pueden empatizar sobre experiencias discriminatorias. Por ejemplo, Camila menciona: “Creo que en la universidad que estoy hay más gente de provincia que de la misma capital”, una idea que la hace sentir segura a pesar de que no tenga veracidad en relación con el número de estudiantes limeños y de provincia. De igual manera, está presente en el discurso de Pedro: “Porque como veníamos del mismo lugar, tenemos como una afinidad, ¿no? Los dos. O sea, podemos hablar de lo que está pasando en Trujillo, de la gente que está en Trujillo. Entonces, nos sentimos más cómodas”.

El hecho de compartir una experiencia de vida similar genera un sentimiento de empatía y solidaridad que puede ser muy valioso durante el proceso de adaptación y los momentos difíciles de este. Además, el hecho de tener compañeros de estudio de provincia es una forma de sentirse más acompañado y menos aislado en un entorno desconocido. Esto se relaciona con lo descrito por Aranda y Pando (2013), que señalan que tener una red de apoyo social de personas con características similares tiene un efecto amortiguador en el impacto emocional de las experiencias por las que uno pasa al adaptarse a una nueva situación.

Además, Juana menciona: “Estuve en un trabajo de grupo que también era de provincia, era de Huancayo creo, y como que ella me contó que en su situación sí fue como que peor, que ella sí como que la discriminaron por su color de piel. Entonces como que yo le dije sí, o sea, obviamente a mí me pasó ese incidente”. También, Sofía cuenta: “Mis amigos de provincia, muchos vinieron y pasan por cosas parecidas”. De manera similar, Julia comenta: “Lo hablo con mi grupo de amigos, quienes también han pasado por lo mismo o similar, y juntos discutimos sobre ello y nos damos apoyo”. Esto se asemeja a lo señalado por Camila: “A veces nos sentamos a hablar, ¿no? De si nos ha pasado algo, y casi todos siempre tienen alguna mala experiencia que les ha pasado a un compañero, un amigo, o a veces con algún docente”.

Estos relatos permiten apreciar que la dinámica de compartir vivencias negativas da lugar a la construcción de un espacio de apoyo mutuo entre los estudiantes migrantes. Al discutir abiertamente sus experiencias, estos jóvenes encuentran un sentido de solidaridad y comprensión entre ellos, lo que contribuye a fortalecer su conexión y amortiguar los efectos emocionales que tienen sus experiencias.

Subcategoría 3.3: Apoyo de grupo de amigos

El apoyo de amigos se describe como el respaldo de personas cercanas y confiables que brinda un entorno propicio para compartir sus vivencias y desafíos, y asegura un respaldo emocional y aceptación. Lo relatado en las entrevistas demuestra una vez más que contar con una red de apoyo de personas de confianza brinda amortiguación emocional a los casos de discriminación.

Por un lado, Sofía comenta: “Suelo hablar con mis personas de confianza, mis mejores amigas del colegio. Acá en Lima solo hay una, las demás estudian afuera y bueno las buenas amigas que he logrado hacer acá”. Así como ella, Julia menciona: “Ahora me molesto en el momento, pero al compartirlo con mis amigos me siento mejor. [...] Sentí que tenía una red de apoyo con quienes podía compartir lo que me pasaba y ellos conmigo. [...] Con mi grupo de amigos cercanos pude tener un apoyo y salir adelante”.

En estos relatos, se observa que el apoyo de un grupo de amigos cercanos ayuda a procesar emociones y sentirse acompañado en momentos difíciles. Además, el hecho de tener amigos con los que se hable abiertamente es una forma de sentirse más seguro y protegido en situaciones de discriminación o exclusión. Colak *et al.* (2019) señalan que las amistades pueden apoyar la adaptación de los estudiantes a la educación superior al brindar apoyo sociopsicológico y aumentar su sentido de pertenencia. Esto contribuye a que los estudiantes se sientan seguros en el entorno universitario.



Camila comenta sobre sus amigos en la ciudad en la que vive: “Bueno, los amigos que tengo acá de Lima, cuando en algún momento les he comentado, me dicen que lamentablemente pueden existir personas así”. Al preguntarle como la hacía sentir compartir las situaciones de discriminación, ella indica: “Me siento aliviada de poder expresar lo que estoy sintiendo hace rato, lo que estoy pensando. Me hace sentir más tranquila y sobre todo feliz el saber que las personas me están apoyando”. De la misma forma, Pedro cuenta: “Como ya tenía amigos, ya tenía quien apoyarme, ya tenía... O sea, ya sabía que nada estaba mal conmigo”.

Estos testimonios destacan el papel que desempeñan los amigos en la mitigación del impacto emocional de las experiencias de discriminación, así como en la construcción de una percepción positiva de sí mismos y de su entorno social. Como lo describe Colak *et al.* (2019), facilitan el ajuste al nuevo entorno a través de la creación de un espacio que los haga sentir incluidos. Asimismo, Greenland *et al.* (2019) reconocieron que el apoyo de los amigos resulta transformador en la reducción de la discriminación en el círculo social, además de actuar como un alivio emocional y en el fortalecimiento de la autoestima de los individuos frente a situaciones desafiantes.

Finalmente, Juana menciona: “Tres chicas de mi promoción, o sea de Trujillo, estaban acá, pero claramente cada una tenía sus actividades, entonces era como que, entonces eso afectó en que yo me sienta como que sola”. Esta declaración respalda la idea anterior, porque señala que la estudiante no contó con el apoyo emocional para sobrellevar las situaciones difíciles por la falta de tiempo de sus amigos. La sensación de soledad en este caso resalta la importancia no solo de tener amigos cercanos, sino también de mantener conexiones significativas y momentos para compartir las experiencias negativas y positivas.

Categoría 4. Afrontamiento

La cuarta categoría comprende las diferentes formas de los estudiantes nacidos en provincia para hacer frente a las experiencias de discriminación vividas en la universidad. En esa línea, el afrontamiento son los recursos y las habilidades que han desarrollado para sobreponerse a estas dificultades. Las entrevistas mostraron principalmente dos formas de afrontamiento: el empoderamiento y la indiferencia.

Subcategoría 4.1: Indiferencia

La indiferencia se describe en este estudio como una actitud de desdén, impasibilidad, indiferencia o inacción frente a experiencias de discriminación. Los resultados en las entrevistas realizadas muestran que los jóvenes enfrentan estas experiencias desde la indiferencia. Algunos no les dan importancia a las burlas o no reaccionan para no darles poder. Otros prefieren no enfrentar la situación, ignorarla y procesarla ellos mismos.

Claudia comenta: “Siento que si les haces caso a estas personas van a saber cuál es tu punto débil. Y si no les haces caso y dices... y no dejas que eso te afecte, entonces ya no van a tener con quién meterse porque saben que no van a conseguir una reacción de ti, digan lo que te digan”. Ella agrega: “Lo cual no quiero decir tampoco es que no te defiendas. Pero... siento que a veces lo más sabio que una persona puede hacer es quedarse callada. Y... para que no consigan nada de ti, una reacción, y ya... No consigan lo que quieren, que es fastidiarte”.

En este caso, observamos que la entrevistada elige lidiar con las experiencias de discriminación a través de la no-reacción, en particular, a través del desdén y menosprecio hacia estas burlas. Por medio de la indiferencia, la participante tiene el objetivo de quitarles la potestad a las personas que la discriminaron, y generar incomodidad y fastidio en ellas. Según Ellefsen *et al.* (2022), en un estudio cualitativo con personas negras en Noruega, existen varias formas de lidiar con el racismo, entre otras, ignorarlo, confrontarlo y compartir experiencias. También, se indica que ver a las personas racistas como equivocadas y sentir pena por ellos por ser racistas, hace



más fácil sobrellevar estas experiencias. Por tanto, la elección de estrategias para enfrentar la discriminación es individual y contextual.

Por otro lado, Camila comenta: “Normalmente, yo soy una persona calmada cuando me pasan estas cosas, yo siempre evité hacer comentarios. Si la otra persona me está ofendiendo yo me quedo tranquila [...]. Personalmente cuando me pasan estas cosas, yo ese mismo rato lo proceso, lo dejo pasar, nunca dejo que me afecte mucho”. Asimismo, Julia dice: “Suelo evitarlos o retirarme en silencio”. También, Claudia afirma: “En ese momento yo no decía nada, porque yo no los conocía, y eran como tres que eran de acá, pues, entonces, que yo me iba a meter con tres que eran de acá, era un poco... o sea, tres contra uno tampoco, ¿no? Y justo yo no los conocía, ellos ya habían estado en la universidad antes que yo, pues, entonces.... sí, es un poco... sí, me sentía un poco como chiquita, ¿entiendes? Para yo decir algo”.

Notamos que las experiencias de discriminación generan distintas reacciones en diferentes personas: causan en estos participantes evitación y la necesidad de procesar las experiencias sin confrontación. Además, según el contexto o los recursos de la persona, esta puede interpretar su acto de indiferencia de dos maneras: por un lado, puede pensar que la indiferencia resta impacto a las burlas, y por otro, puede optar por el silencio para esquivar la situación. Según Jacob *et al.* (2023), los recursos de una persona para lidiar con la experiencia de discriminación también determinan su efecto emocional y la manera en que eligen afrontar esta situación. Por tanto, observamos que la capacidad de sobrellevar emocionalmente una experiencia de discriminación está vinculada a los recursos de cada individuo.

Subcategoría 4.2: Empoderamiento

El empoderamiento es un sentimiento de confianza en uno mismo y sus habilidades, además de una sensación de independencia y autovalía. Los resultados en las entrevistas muestran que los estudiantes a través de la confianza en sí mismos por experiencias positivas, logran darles menos importancia a estas experiencias de discriminación y lo que les hizo sentir.

Para empezar, se demuestra que estas experiencias de discriminación, a pesar de ser duras, han servido como fuente de crecimiento personal y han cambiado a los entrevistados. Por ejemplo, Claudia menciona: “Y siento que me ayudó como a ser más fuerte. O sea, a no importarme lo que tienen que decir las otras personas sobre mí o de dónde vengo o algo así. Y siento que ahora soy menos susceptible de lo que pueden decir”. También comenta: “Como ya tenía amigos, ya tenía quien apoyarme, ya tenía... O sea, ya sabía que nada estaba mal conmigo. O sea, que yo no tenía por qué sentirme mal por ser de provincia”. Además, Sofía dice: “Ahora, soy más abierta a hablar de lo que siento, además siento más confianza en mí misma”.

Identificamos que estos episodios de discriminación han generado adaptaciones en los participantes. En algunos casos, estas experiencias han endurecido su carácter y les ha dado más confianza en sí mismos, justamente por haber superado estas dificultades. Además, estas situaciones los han hecho menos susceptibles a comentarios negativos o prejuicios sobre ellos. Según Edgoose *et al.* (2019), se reconoce, en el caso de minorías étnicas en una facultad de medicina, que las experiencias de racismo y discriminación fortalecieron su carácter y los motivaron aún más a completar su carrera para contribuir positivamente a la sociedad. Estas experiencias negativas, en ciertos casos, fortalecen y benefician a los que las padecen.

Camila menciona: “Yo siempre debo sentirme orgullosa de donde he nacido, de donde vengo”. Además, Claudia señala: “Entonces, ahí, ya siento que mi autoestima fue creciendo también y estoy orgullosa de donde vengo. Y, de hecho, a veces cuando me decían, ya que Lima es como la primera ciudad del Perú y todo así, yo decía, bueno, Arequipa es la segunda”.

Reconocemos que otra forma de sobrellevar y superar estas experiencias negativas es a través del orgullo sobre su lugar de nacimiento, sus raíces y su identidad cultural. Además, vemos también que



este orgullo de lo que ellos consideran como propio ha contribuido positivamente con el incremento de su autoestima. También, notamos que esta identidad cultural forma parte del sentimiento de empoderamiento que han desarrollado. Según Jacob *et al.* (2023), en el caso de las personas que han experimentado discriminación, es crucial que desarrollen un sentido de empoderamiento y una visión positiva de sí mismos y de sus raíces, dado que ambos elementos contribuyen al bienestar psicológico del individuo. A través del empoderamiento y una percepción positiva sobre lo que uno considera suyo, las personas que han sido discriminadas logran sobreponerse a estos obstáculos.

En relación con las experiencias de los jóvenes universitarios, se reconoce que sí existe una discriminación que afecta a los estudiantes, por lo que se le recomienda a la universidad lo siguiente: brindar apoyo académico y psicosocial a los alumnos, especialmente en el inicio de su etapa universitaria; establecer servicios de apoyo diseñados para los estudiantes migrantes, en los que se incluya programas de asesoramiento académico y orientación personalizada; y, promover la creación de espacios físicos y virtuales que fomenten la interacción y la integración entre estudiantes. Además, se sugiere establecer círculos, eventos culturales, ferias de intercambio cultural y otras actividades que celebren la diversidad; y fomentar la atención psicológica universitaria para alentar a los estudiantes a buscar apoyo en caso de que enfrenten dificultades que afecten su desempeño académico.

Conclusiones

Esta investigación tuvo como objetivo responder la siguiente pregunta: de qué forma afectan las experiencias de discriminación a jóvenes universitarios provenientes de provincia y cuáles son las estrategias que estos usan para sobreponerse. Con este fin, se hicieron entrevistas semiestructuradas que proporcionaron datos sobre las experiencias de discriminación, sus efectos en los universitarios y sus estrategias de afrontamiento.

- Sobre el primer objetivo de la investigación, se exploraron las dificultades emocionales, interpersonales y académicas que surgieron a partir de un episodio de discriminación en el contexto de la experiencia universitaria en jóvenes procedentes de provincia. Se halló que los jóvenes tuvieron dificultades para adaptarse a su llegada a Lima, por la falta de una red de amigos y un sentimiento de no encajar. Además, se reconoció que las burlas por el acento, ser de un colegio de provincia y haber nacido fuera de la capital afectaron emocionalmente a los jóvenes y les causaron sentimientos de inseguridad, no pertenencia y baja autoestima. También, se encontró que estas experiencias generaron falta de motivación académica y miedo a socializar.
- En cuanto al segundo objetivo, se identificaron las estrategias de afrontamiento que emplean los estudiantes de provincia frente a las diversas situaciones de discriminación que suelen ocurrir en una universidad privada de Lima. Entre las estrategias, se encuentra el desarrollo de redes de apoyo, que aportan al fortalecimiento de la autoestima a través de la validación emocional. También, se identificó el empoderamiento como un proceso que les da la posibilidad de afrontar las situaciones de discriminación con mayor resiliencia, de forma que se sienten más capaces de superar las dificultades emocionales. Asimismo, la indiferencia se presenta como una estrategia efectiva para mantener la sensación de control, sin embargo, también puede implicar efectos negativos en el bienestar mental al generar sentimientos de soledad.

Referencias

- American Psychological Association. (2017). *Ethical principles of psychologists and code of conduct*. <https://www.apa.org/ethics/code/ethics-code-2017.pdf>
- Aranda, C. y Pando, M. (2013). Conceptualización del apoyo social y las redes de apoyo social. *Revista IIPSI*, 16(1), 233-245.



- Barrera, O., Gajardo, A., Bautista, C. y Jiménez, R. (2020). Racismo y prejuicio: Una revisión de la literatura en revistas latinoamericanas desde una perspectiva analítico-conductual. *Revista Innovación Digital y Desarrollo Sostenible*, 1(2), 83-93. <https://revistas.iudigital.edu.co/index.php/ids/article/view/32/30>
- Becerra, M., Arias, D., Cha, L. y Becerra, B. (2020). Self-esteem among college students: the intersectionality of psychological distress, discrimination and gender. *Journal of Public Mental Health*, 20(1), 15-23. <https://doi.org/10.1108/JPMH-05-2020-0033>.
- Berger, M. y Sarnyai, Z. (2015). "More than skin deep": stress neurobiology and mental health consequences of racial discrimination. *Stress*, 18(1), 1-10. <https://doi.org/10.3109/10253890.2014.989204>
- Carrión, J. y Azamar, M. (2020). Representaciones sociales sobre la discriminación racial hacia los estudiantes indígenas universitarios. *Revista Científica*, 37(223), 19-35. <https://www.proquest.com/docview/2549728017/fulltextPDF/45300946D9694566PQ1>
- Caqueo, A., Flores, J., Irrarázaval, M., Loo, N., Páez, J. y Sepúlveda, G. (2019). Discriminación percibida en escolares migrantes en el Norte de Chile. *Terapia Psicológica*, 37(2), 97-103. <https://doi.org/10.4067/S0718-48082019000200097>
- Castillo, D., Santa, E. y Vega, A. (2018). Estudiantes migrantes en escuelas públicas chilenas. *Calidad en la Educación*, (49), 18-49. <https://doi.org/10.31619/caledu.n49.575>
- Chávez, E. y Molina, P. (2018). La discriminación como una forma dinámica de desigualdad. El caso de preadolescentes y adolescentes en el ámbito metropolitano de Buenos Aires. *Estudios Sociológicos*, 36(108), 479-506. <https://doi.org/10.24201/es.2018v36n108.1575>
- Clair, M. (2018). Stigma. En J. M. Ryan (Ed.), *Core concepts in sociology* (pp. 318-321). Wiley-Blackwell.
- Cleve, A. (2016). El lugar de las familias en las migraciones internas de estudiantes hacia La Plata, Argentina: apoyo económico, acuerdos y construcción de redes. *Odisea. Revista de Estudios Migratorios*, 3, 53-77. <https://publicaciones.sociales.uba.ar/index.php/odisea/article/view/1945/1645>
- Colak, Z., Van Praag, L. y Nicaise, I. (2019). A qualitative study of how exclusion processes shape friendship development among Turkish-Belgian university students. *International Journal of Intercultural Relations*, 73, 1-10. <https://doi.org/10.1016/j.ijintrel.2019.08.002>
- Cotrado, B., Huayanca, P. y Haydee, N. (2019). Migración rural-urbana de jóvenes y adolescentes en riesgo de exclusión social y educativa. *Revista Innova Educación*, 1(1), 75-87. <https://revistainnovaeducacion.com/index.php/rie/article/view/18>
- Duk, C. y Murillo, J. (2019). Segregación escolar y meritocracia. *Revista Latinoamericana de Educación Inclusiva*, 13(1), 11-13. <https://doi.org/10.4067/S0718-73782019000100011>
- Edgoose, J. Y. C., Steinkamp, L., Vang, K., Hampton, A. y Dosch, N. (2019). A qualitative study of undergraduate racial and ethnic minority experiences and perspectives on striving to enter careers in the health professions. *Wisconsin Medical Journal*, 118(2), 60-64. <https://wmjonline.org/wp-content/uploads/2019/118/2/60.pdf>
- Ellefsen, R., Banafsheh, A. y Sveinung S. (2022). Resisting racism in everyday life: From ignoring to confrontation and protest. *Ethnic and Racial Studies*, 45(16), 435-457. <https://doi.org/10.1080/01419870.2022.2094716>



- Espinosa, A., János, E. y Mac Kay, M. (2021). Participación política indígena en el Perú: Una historia de racismo, exclusión y violencia. *Pie de Página*, 6(6), 23-31. <https://revistas.ulima.edu.pe/index.php/piedepagina/article/view/5611>
- Fein, S. y Spencer, S. J. (1997). Prejudice as self-image maintenance: Affirming the self through derogating others. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73(1), 31-44. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.73.1.31>
- Fernández, L. (2018). *Análisis de datos cualitativos: Análisis de contenido vs. análisis narrativo*. Universitat de Barcelona. <https://www.ub.edu/idp/web/es/node/1737>
- Galarza, F., Kogan, L. y Yamada, G. (2012). Detectando discriminación sexual y racial en el mercado laboral de Lima. En F. Galarza (Ed.), *Discriminación en el Perú: Exploraciones en el estado, la empresa y el mercado laboral* (pp. 103-136). Universidad del Pacífico. <https://repositorio.up.edu.pe/bitstream/handle/11354/1206/GalarzaFrancisco2012.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Garcés, J., Labra, P. y Vega, L. (2020). La retroalimentación: una estrategia reflexiva sobre el proceso de aprendizaje en carreras renovadas de educación superior. *Cuadernos de Investigación Educativa*, 11(1), 37-59. <https://doi.org/10.18861/cied.2020.11.1.2942>
- García, S. (2018). Interculturalidad e indigenismo: retos de las políticas educativas ante la diversidad cultural en México y en Perú. *Modulema*, 2, 49-70. <https://revistaseug.ugr.es/index.php/modulema/article/view/7350>
- Gómez, S. M. (2019). Experiencias migratorias de estudiantes universitarios. Estudio cualitativo en la Universidad Nacional de Córdoba. *Praxis Educativa*, 23(1), 1-13. <https://cerac.unlpam.edu.ar/index.php/praxis/article/download/2584/pdf>
- González, M. (2018). Relaciones sociales de discriminación en espacios de aprendizaje en la carrera de Psicología a distancia en la Universidad Nacional Autónoma de México. *Revista de Investigación Educativa*, 26, 21-43. <https://cpue.uv.mx/index.php/cpue/article/view/2541/4435>
- González, M. y Dorantes, E. (2022). Desigualdad en las trayectorias educativas de jóvenes migrantes: Disquisiciones preliminares. *Actualidades Investigativas en Educación*, 22(2), 437-464. <https://doi.org/10.15517/aie.v22i2.48718>
- Henssler, J., Brandt, L., Müller, M., Liu, S., Montag, C., Sterzer, P. y Heinz, A. (2020). "Migration and schizophrenia: Meta-analysis and explanatory framework": Correction. *European Archives of Psychiatry and Clinical Neuroscience*, 270(6), 787. <https://doi.org/10.1007/s00406-020-01136-9>
- Hernández de la Torre, E. y Fernández, A. (2020). Opiniones de jóvenes universitarios/as hacia colectivos en situación de discriminación. *Revista Prisma Social*, 30, 277- 294. <https://revistaprismasocial.es/article/view/3567>
- Hernández, R. y Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. McGraw-Hill Interamericana.
- Hoffman, K. M., Trawalter, S., Axt, J. R. y Oliver, M. N. (2016). Racial bias in pain assessment and treatment recommendations, and false beliefs about biological differences between blacks and whites. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 113(16), 4296-4301. <https://doi.org/10.1073/pnas.1516047113>
- Huayhua, M. y Mannheim, B. (2022). Registros orales del quechua y discriminación en el sur de los andes. *Lengua y Sociedad*, 21(2), 55-68. <https://doi.org/10.15381/lengsoc.v21i2.23625>



- Jacob, G., Faber, S., Faber, N., Bartlett, A., Ouimet, A. y Williams, M. (2023). A systematic review of black people coping with racism: Approaches, analysis, and empowerment. *Perspectives on Psychological Science*, 18(2), 392-415. <https://doi.org/10.1177/17456916221100509>
- Jochman, J. C., Cheadle, J. E., Goosby, B. J., Tomaso, C., Kozikowski, C. y Nelson, T. (2019). Mental health outcomes of discrimination among college students on a predominately white campus: A prospective study. *Socius*, 5, 1-16. <https://doi.org/10.1177/2378023119842728>
- Kephart, L. (2022). How racial residential segregation structures access and exposure to greenness and green space: A Review. *Environmental Justice*, 15(4), 204-213. <https://doi.org/10.1089/env.2021.0039>
- Knox, D., Lowe, W. y Mummolo, J. (2020). Administrative records mask racially biased policing. *American Political Science Review*, 114(3), 619-637. <https://doi.org/10.1017/S0003055420000039>
- Lovatón, D. (2020). Evaluación de la igualdad y no discriminación de pueblos indígenas en la jurisprudencia del Tribunal Constitucional Peruano. *Estudios Constitucionales*, 18(2), 185-220. <https://doi.org/10.4067/S0718-52002020000200185>
- Menendian, A. y Samir, G. (2021). *The roots of structural racism project: Twenty-first century racial residential segregation in the United States*. Othering y Belonging Institute. <https://belonging.berkeley.edu/roots-structural-racism>.
- Mera, D. y Guerrero, I. (2018). *Discriminación en el contexto universitario: Análisis de factores de discriminación en estudiantes de trabajo social de la institución universitaria Antonio José Camacho* [Trabajo de grado para optar por el título de Trabajadoras Sociales, Universidad Antonio José Camacho]. Repositorio Institucional de la Universidad Antonio José Camacho. <https://repositorio.uniajc.edu.co/handle/uniajc/784>
- Mera, M. J., Ramírez, R., Bilbao, M.A. y Nazar, G. (2019). La discriminación percibida, la empleabilidad y el bienestar psicológico en los inmigrantes latinoamericanos en Chile. *Revista de Psicología del Trabajo y de las Organizaciones*, 35(3), 227-236. <https://doi.org/10.5093/jwop2019a24>
- Ministerio de Cultura. (2018). *Encuesta nacional: Percepciones sobre diversidad cultural y discriminación étnico-racial*. <https://www.ipsos.com/sites/default/files/ct/news/documents/2018-03/percepciones-sobre-diversidad-cultural-y-discriminacion-etico-racial.pdf>
- Ministerio de Cultura. (2023). *Alerta contra el racismo*. <https://alertacontraelracismo.pe/inicio>
- Ministerio de Justicia y Derechos Humanos. (2020). *Informe analítico II Encuesta Nacional de Derechos Humanos 2020*. <https://observatorioderechoshumanos.minjus.gob.pe/wp-content/uploads/2020/07/1.-Informe-anal%C3%ADtico-de-la-II-Encuesta-Nacional-de-Derechos-Humanos.pdf#page45>
- Mondaca, C., Zapata, P. y Muñoz, W. (2020). Historia, nacionalismo y discriminación en las escuelas de la frontera norte de Chile. *Diálogo Andino*, (63), 261-270. <https://doi.org/10.4067/S0719-26812020000300261>
- Morán, C., Urchanga, J., Manga, D. y Finez M. J. (2018). La soledad percibida y su asociación con tipos de personalidad en adolescentes españoles. *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, 27(1), 44-52. <https://doi.org/10.24205/03276716.2018.1046>
- Morrison, N., Zaman, T., Webster, G., Sorinola, O. y Blackburn, C. (2023). 'Where are you really from?': a qualitative study of racial microaggressions and the impact on medical students in the UK. *BMJ Open*, 13(5), Artículo e069009. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2022-069009>



- Naciones Unidas. (2020, 14 de julio). Nuevas estadísticas mundiales sobre derechos humanos destacan en el Informe de los Objetivos de Desarrollo Sostenible. <https://www.ohchr.org/es/stories/2020/07/new-global-data-human-rights-showcased-sustainable-development-goals-report>
- Ordóñez, G. (2018). Discriminación, pobreza y vulnerabilidad: Los entresijos de la desigualdad social en México. *Región y Sociedad*, 30(71). <https://doi.org/10.22198/rys.2018.71.a377>
- Ortiz, L., Ayala, C. y Pérez, D. (2018). Posición socioeconómica, discriminación y color de piel en México. *Perfiles Latinoamericanos*, 26(51), 215–239. <https://doi.org/10.18504/pl2651-009-2018>
- Oviedo, A. (2022). Ecuador: racismo y discriminación étnica en el vaivén de la política pública. *Revista Latinoamericana de Políticas y Acción Pública*, 9(2), 111–133. <https://revistas.flacsoandes.edu.ec/mundosplurales/article/view/5483/4277>
- Paradies, Y., Ben, J., Denson, N., Elias, A., Priest N., Pieterse, A., Gupta, A., Kelaher, M. y Gee, G. (2015) Racism as a determinant of health: A systematic review and meta-analysis. *PLOS ONE*, 10(9), Artículo e0138511. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0138511>
- Prevert, A., Navarro, O. y Bogalska-Martin, E. (2012). La discriminación social desde una perspectiva psicociológica. *Revista de Psicología Universidad de Antioquia*, 4(1), 7-20. <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rpsua/v4n1/v4n1a2.pdf>
- Programa De Las Naciones Unidas para El Desarrollo. (2020). *Una perspectiva subjetiva del desarrollo: Resultados del Latinobarómetro 2020*. <https://www.undp.org/es/colombia/una-perspectiva-subjetiva-del-desarrollo-resultados-del-latinobar%C3%B3metro-2020>
- Reátegui, L., Grompone, A. y Rentería, M. (2022). *¿De qué colegio eres? La reproducción de la clase alta en el Perú*. Instituto de Estudios Peruanos.
- Schouler-Ocak, M., Bhugra, D., Kastrup, M. C., Dom, G., Heinz, A., Küey, L. y Gorwood, P. (2021). Racism and mental health and the role of mental health professionals. *European Psychiatry*, 64(1), Artículo e42. <https://doi.org/10.1192/j.eurpsy.2021.2216>
- Segovia, F. y Flanagan, A. (2019). Desafíos de ser un estudiante indígena de primera generación en la universidad chilena de hoy. *Revista Mexicana de Investigación Educativa*, 24(82), 745-764. http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&id=S1405-66662019000300745&lng=es&esytlng=es.
- Segovia Lagos, P. y Rendón, B. (2020). Estudiantes extranjeros/as en la representación de los docentes en una escuela de Santiago: Elementos para una escuela intercultural. *Revista Latinoamericana Polis*, (56), 155-171. <https://doi.org/10.32735/S0718-6568/2020-N56-1528>
- Segovia Lagos, P. (2021). Proceso de adaptación de estudiantes inmigrantes: hallazgos en escuelas vulnerables de Santiago de Chile. *Revista de Ciencias Sociales*, 16(2), 507-522. <https://doi.org/10.14198/OBETS2021.16.2.17>
- Urzúa, A., Cabrera, C., Calderón, C. y Caqueo-Úrizar, A. (2019). The mediating role of self-esteem on the relationship between perceived discrimination and mental health in South American immigrants in Chile. *Psychiatry Research*, 271, 187-194. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2018.11.028>.
- Urzúa, A., Ferrer, R., Olivarez, E., Rojas, J. y Ramírez, R. (2019). El efecto de la discriminación racial y étnica sobre la autoestima individual y colectiva según el fenotipo auto-reportado en migrantes colombianos en Chile. *Terapia Psicológica*, 37(3), 225-240. <https://doi.org/10.4067/S0718-48082019000300225>



- Vázquez, A., Hernández, C. y Guillen, P. (2022). La discriminación en la universidad: una revisión sistemática de la literatura. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 6(6), 8195-8216. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v6i6.3992
- Verkuyten, M., Wiley, S., Deaux, K. y Fleischmann, F. (2019). To be both (and more): Immigration and identity multiplicity. *Journal of Social Issues*, 75, 390-413. <https://doi.org/10.1111/josi.12324>
- Wade, P. (2022). El concepto de raza y la lucha contra el racismo. *Estudios Sociológicos*, 40, 29-55. <https://estudiossociologicos.colmex.mx/index.php/es/article/view/2071/2063>