

Universidad Católica de Santa María
Facultad de Ciencias Sociales y Humanidades
Escuela Profesional de Psicología



**Discriminación percibida y bienestar psicológico en inmigrantes
venezolanos**

Tesis presentada por la Bachiller:

Ampuero Delgado, Camila Belen

ORCID: 0009-0008-3722-3191

para optar el Título Profesional de Licenciada en Psicología

Asesor (a):

Mg. Yana Calla, Victor Ritchar

ORCID: 0000-0001-6380-3693

Arequipa - Perú

2026

UCSM-ERP

UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA

PSICOLOGIA

TITULACIÓN CON TESIS

DICTAMEN APROBACIÓN DE BORRADOR

Arequipa, 13 de Enero del 2026

Dictamen: 014544-C-EPSIC-2026

Visto el borrador del expediente 014544, presentado por:

2020226312 - AMPUERO DELGADO CAMILA BELEN

Titulado:

DISCRIMINACIÓN PERCIBIDA Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN INMIGRANTES VENEZOLANOS

Nuestro dictamen es:

APROBADO

Título Profesional/Título de Segunda Especialidad/Grado Académico a optar:

LICENCIADO (A) EN PSICOLOGÍA

**29281582 - VILCHES VELASQUEZ FLOR ALEIDA
DICTAMINADOR**



**29680041 - LARA QUILLA JAIME ERNESTO
DICTAMINADOR**



**F0000012 - NUEZ TRUJILLO AARON
DICTAMINADOR**



DISCRIMINACIÓN PERCIBIDA Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN INMIGRANTES VENEZOLANOS

INFORME DE ORIGINALIDAD

10%

INDICE DE SIMILITUD

11%

FUENTES DE INTERNET

8%

PUBLICACIONES

9%

TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1

www.studocu.com

Fuente de Internet

3%

2

Submitted to Universidad Católica de Santa María

Trabajo del estudiante

1%

3

Submitted to Universidad Cesar Vallejo

Trabajo del estudiante

1%

4

Submitted to Pontificia Universidad Católica del Perú

Trabajo del estudiante

1%

5

repositorio.une.edu.pe

Fuente de Internet

1%

6

repositorio.ucv.edu.pe

Fuente de Internet

1%

7

ruj.uj.edu.pl

Fuente de Internet

1%

8

repositorio.umariana.edu.co

Fuente de Internet

1%

9

congresopsicologiacolombia.com

Fuente de Internet

1%

10

hdl.handle.net

Fuente de Internet

1%

Excluir citas

Apagado

Excluir coincidencias < 1%

Excluir bibliografía

Apagado

Dedicatoria

Le dedico este trabajo a mi mamá, por su apoyo incondicional y amor infinito. A mi papá, por todo el esfuerzo que realiza por mi y la fortaleza que me demuestra día a día. A mi familia en general por estar conmigo siempre. A mi abuela Ruth, porque, aunque ella ya no me recuerde en mi mente siempre vivirán sus enseñanzas y su cariño. Pero sobre todo me lo dedico a mí misma, el camino no ha sido fácil y probablemente nunca lo sea, pero sé que superaré todos los obstáculos.



Agradecimientos

Quiero agradecer a mi casa de estudios, la universidad Católica de Santa María por las enseñanzas brindadas estos años, a mi asesor de tesis y a la población que participó de este estudio.



RESUMEN

La presente investigación se centró en el análisis de la relación entre la discriminación percibida y el bienestar psicológico en la población de inmigrantes venezolanos residentes en la ciudad de Arequipa. Este estudio surgió de la necesidad de visibilizar la situación de la salud mental de este colectivo, cuya presencia en el país ha aumentado de manera significativa en la última década. El creciente número de venezolanos que se asientan y psicológica, haciendo indispensable profundizar en los factores que actúan sobre su calidad de vida y salud mental.

Se empleó una metodología cuantitativa con un enfoque no experimental y un diseño correlacional. La muestra estuvo conformada por 100 participantes, de ambos sexos, cuyos instrumentos psicométricos clave: La Escala de Discriminación Experimentada de David Sulmont para medir la percepción de la discriminación y la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff para evaluar el nivel de bienestar. La aplicación de estos instrumentos se realizó a través de encuestas, permitiendo la obtención de datos precisos para el análisis estadístico. Los resultados de la investigación revelaron una relación positiva y estadísticamente significativa entre la discriminación percibida y el bienestar psicológico. Esto significa que a medida que aumenta la percepción de haber sido discriminado, el bienestar psicológico de los inmigrantes venezolanos tiende a disminuir.

Palabras clave: Discriminación percibida, bienestar psicológico, inmigrantes venezolanos.

ABSTRACT

This research focused on the analysis of the relationship between perceived discrimination and psychological well-being among the Venezuelan immigrant population residing in the city of Arequipa, Peru. This study arose from the need to shed light on the precarious mental health situation of this group, whose presence in the country has increased significantly in the last decade. The growing number of Venezuelans settling in Peru has exposed a problem that has received little attention in social and psychological research, making it essential to delve deeper into the factors that affect their quality of life and mental health.

A quantitative methodology with a non-experimental approach and a correlational design was used. The sample consisted of 100 participants of both sexes, ranging in age from 20 to 39 years. Two key psychometric instruments were used for data collection: David Sulmont's Experienced Discrimination Scale to measure perceived discrimination, and Ryff's Psychological Well-Being Scale to assess well-being. These instruments were administered through surveys, allowing for the collection of accurate data for statistical analysis.

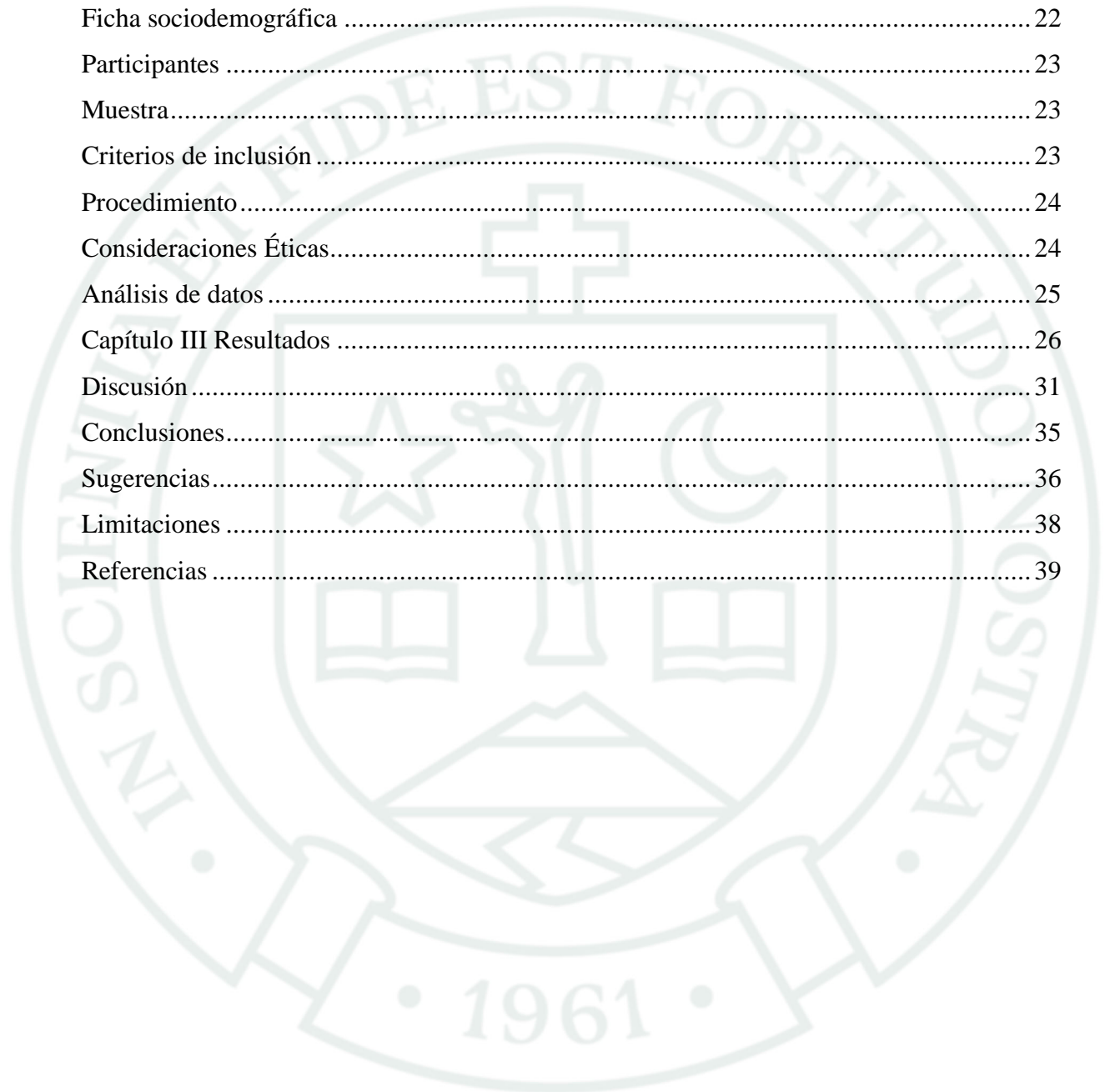
The research results revealed a positive and statistically significant relationship between perceived discrimination and psychological well-being. This means that as the perception of having been discriminated against increases, the psychological well-being of Venezuelan immigrants tends to decrease.

Key words: Perceived discrimination, psychological well-being, Venezuelan immigrants.

Índice

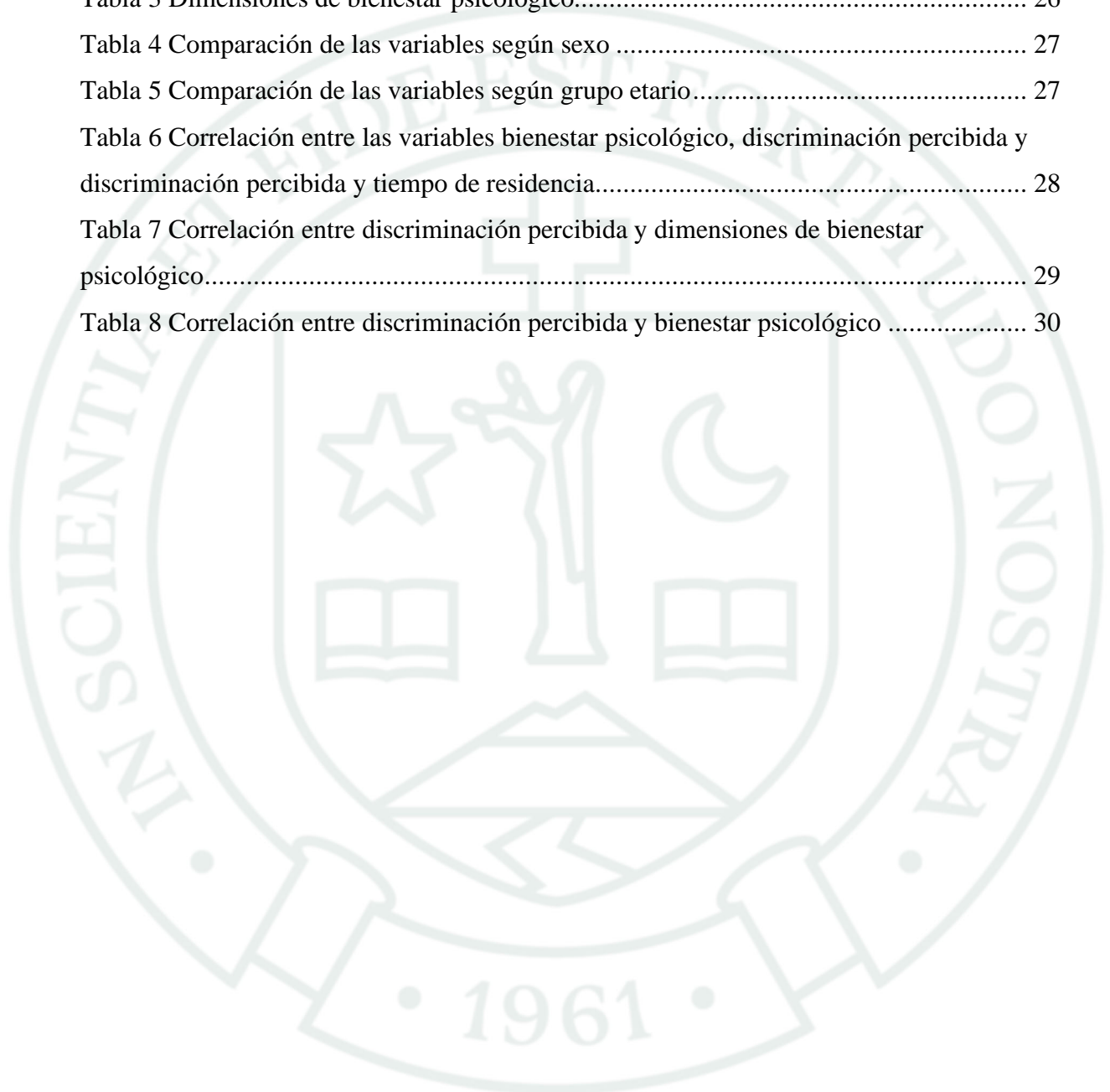
Dedicatoria	
Agradecimientos	
RESUMEN	
ABSTRACT	
Introducción.....	1
Capítulo I.....	3
Marco Teórico	3
Pregunta de Investigación	3
Definición operacional de las variables	3
Variable 1: Discriminación percibida	3
Variable 2: Bienestar psicológico	3
Objetivos	4
Antecedentes Teórico-Investigativos.....	4
Marco teórico.....	8
Discriminación percibida	8
Factores	9
Discriminación y adaptación	9
Discriminación percibida y salud mental.....	10
Bienestar psicológico	12
Definición.....	12
Dimensiones	13
Autoaceptación	13
Relaciones positivas con otros.....	14
Autonomía	14
Dominio del entorno	15
Propósito de vida	16
Crecimiento personal	16
Situación social de los migrantes venezolanos.....	17
Situación actual sociopolítica.....	17
Migración y salud mental.....	19
Hipótesis.....	19
Capítulo II.....	20

Método	20
Diseño de investigación	20
Instrumentos	20
Discriminación.....	20
Bienestar	21
Ficha sociodemográfica	22
Participantes	23
Muestra.....	23
Criterios de inclusión	23
Procedimiento.....	24
Consideraciones Éticas.....	24
Análisis de datos	25
Capítulo III Resultados	26
Discusión.....	31
Conclusiones.....	35
Sugerencias.....	36
Limitaciones	38
Referencias	39



Índice de tablas

Tabla 1 Datos sociodemográficos.....	23
Tabla 2 Discriminación percibida.....	26
Tabla 3 Dimensiones de bienestar psicológico.....	26
Tabla 4 Comparación de las variables según sexo	27
Tabla 5 Comparación de las variables según grupo etario.....	27
Tabla 6 Correlación entre las variables bienestar psicológico, discriminación percibida y discriminación percibida y tiempo de residencia.....	28
Tabla 7 Correlación entre discriminación percibida y dimensiones de bienestar psicológico.....	29
Tabla 8 Correlación entre discriminación percibida y bienestar psicológico	30



Índice de anexos

Anexo 1 Ficha sociodemográfica	47
Anexo 2 Consentimiento informado.....	48
Anexo 3 Escala de Discriminación.....	49
Anexo 4 Escala de Bienestar Psicológico	50



Introducción

En la última década, el Perú se ha convertido en uno de los países principales en la recepción de migrantes venezolanos en América Latina. El deterioro económico, social y político de Venezuela ha generado un proceso migratorio sin precedentes en la región, lo que ha desencadenado un impacto significativo en los países de acogida. Según cifras oficiales de la Superintendencia Nacional de Migraciones (2024), actualmente en el Perú residen más de 1257354 ciudadanos venezolanos, siendo este el segundo país en la región con mayor población migrante proveniente de Venezuela, luego de Colombia (ACNUR, 2020). Dentro del territorio peruano Arequipa se ha posicionado como un espacio receptor relevante, con un crecimiento sostenido de comunidades venezolanas en los últimos años (Instituto Nacional de Estadística e Informática [INEI], 2023). Este contexto migratorio plantea diversos retos vinculados a la integración social, la convivencia cultural y de manera especial al bienestar psicológico de las personas migrantes.

La migración, como proceso de cambio y adaptación, no solo implica el traslado físico de un país a otro, sino también una reconstrucción de su identidad y su vida social. Los migrantes deben adaptarse en el nuevo entorno y enfrentar dificultades legales, laborales y culturales. Este proceso, aunque puede brindar una oportunidad de mejora en la calidad de vida también se asocia a factores de riesgo para la salud mental. Entre ellos la discriminación percibida ha sido señalada como una de las variables principales en la adaptación psicológica de las poblaciones migrantes (Henríquez et al., 2023).

En Latinoamérica, diversas investigaciones han evidenciado la relación entre discriminación percibida y bienestar psicológico en población migrante. Por ejemplo, Aravena et al. (2019) encontraron que en Chile los migrantes que reportaban mayores niveles de discriminación percibida también presentaban más síntomas de ansiedad y depresión, así como una menor satisfacción con la vida. En el caso del contexto peruano los inmigrantes

venezolanos en Lima enfrentan actitudes discriminatorias que impactan en su ajuste psicológico y social (Flores, 2023). Sin embargo, a nivel regional, la investigación aún es limitada. En particular en la ciudad de Arequipa no existen suficientes estudios que analicen de manera empírica y cuantitativa cómo la discriminación percibida se asocia al bienestar psicológico de los inmigrantes venezolanos.

La presente investigación, además de generar un aporte teórico, tiene un claro propósito práctico y social. Por un lado, busca contribuir al campo académico de la psicología social y comunitaria en el Perú, aportando evidencia empírica que permita comprender de manera más precisa el fenómeno migratorio en la región sur del país. Por otro lado, pretende que los hallazgos sirvan como base para el diseño de programas de intervención psicológica y de integración social que promuevan el bienestar de la población migrante. Este enfoque resulta particularmente relevante en un contexto en el que la migración venezolana continuará siendo un fenómeno vigente en los próximos años.

En conclusión, la importancia de este estudio radica en que la migración venezolana en Arequipa constituye un fenómeno social de gran magnitud que plantea desafíos complejos para la integración social y el bienestar psicológico de los migrantes. La discriminación percibida emerge como un factor de riesgo central en este proceso, ya que no solo afecta la salud mental individual, sino que también incide en la cohesión social y en la construcción de comunidades inclusivas. De esta forma, la investigación busca aportar evidencia científica relevante y generar insumos para la acción social y política en beneficio de esta población vulnerable.

Capítulo I

Marco Teórico

Pregunta de Investigación

¿Existe relación entre la discriminación percibida y el bienestar psicológico en inmigrantes venezolanos?

Definición operacional de las variables

Variable 1: Discriminación percibida

De acuerdo a Banks et.al (2006), la discriminación percibida se refiere a la experiencia personal de sentir que uno ha sido tratado de manera diferente o injusta a causa de características individuales como el origen étnico, el género, la raza o la posición social, este tipo de discriminación se evidencia en la manera en que los sujetos interpretan actitudes o comportamientos negativos dirigidos hacia ellos por dichos atributos.

El instrumento a utilizar fue la Escala de discriminación experimentada cuyo autor es David Sulmont, consta de 8 ítems utiliza una escala Likert de 5 puntos donde 1 significa siempre y 5 significa nunca, el puntaje mínimo fue de 8 y significó un alto índice de discriminación percibida, por el contrario, el puntaje máximo fue de 40 y representó nunca haber experimentado discriminación. Este instrumento es unidimensional centrándose en la experiencia del migrante.

Variable 2: Bienestar psicológico

El bienestar psicológico se traduce en la constante búsqueda del desarrollo personal y de la realización del potencial propio lo que está directamente relacionado con el propósito de vida. (Ryff & Keyes, 1995)

Para la medición de la variable se utilizó la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff, el autor de esta prueba es Carol Ryff. Consta de una escala Likert, del 1 a 5, donde los evaluados indicaron que tan identificados se sienten respecto a varias dimensiones del

bienestar. El puntaje máximo fue 234 puntos, un puntaje de más de 176 puntos equivalió a un bienestar psicológico elevado, un puntaje de entre 141 a 175 puntos significó un nivel alto, entre 117 y 140 puntos moderado y un puntaje menor a 116 equivalió a un bienestar psicológico bajo. Esta prueba constó de 6 dimensiones que son la autoaceptación, relaciones positivas con otros, autonomía, dominio del entorno, propósito en la vida y crecimiento personal.

Objetivos

Objetivo general:

Determinar la relación entre discriminación percibida y bienestar psicológico en inmigrantes venezolanos.

Objetivos específicos:

- Analizar la frecuencia de discriminación percibida en inmigrantes venezolanos.
- Describir los niveles de bienestar psicológico en inmigrantes venezolanos.
- Comparar la discriminación percibida y el bienestar psicológico según el sexo en inmigrantes venezolanos.
- Diferenciar la discriminación percibida y el bienestar psicológico según el grupo etarios en inmigrantes venezolanos.
- Establecer la relación entre el tiempo de residencia y las variables discriminación percibida y bienestar psicológico en inmigrantes venezolanos.
- Relacionar la discriminación percibida con las dimensiones del bienestar psicológico.

Antecedentes Teórico-Investigativos

Según una encuesta dirigida a la población venezolana que residía en Perú en el 2018, la cual fue llevada a cabo por Instituto Nacional de Estadística e Informática [INEI], se

encontró que 35,6% de la población comentó haber tenido alguna experiencia de discriminación, cifras que ponen en riesgo la integridad de los inmigrantes. (INEI, 2018)

En el estudio de Caqueo-Urizar (2024), que tuvo como objetivo analizar el efecto indirecto de la autoeficacia en la relación entre discriminación percibida y la satisfacción con la vida tanto en niños como en adolescentes migrantes se utilizó la Escala de satisfacción con la vida para niños, la Escala de discriminación cotidiana y la Escala de autoeficacia general. Se concluyó que la autoeficacia actúa como un mediador clave, mitigando los efectos negativos de la discriminación sobre el bienestar.

En la investigación que fue desarrollada por Abril (2023), cuyo objetivo fue determinar la relación existente entre la xenofobia y el resentimiento en migrantes venezolanos en la ciudad de Arequipa se aplicó la Escala de Discriminación Experimentada de Sulmont y el Inventario de Actitudes hacia la Vida de León y Romero. El autor pudo descubrir que existe una relación significativa entre la xenofobia y el resentimiento, evidenciando que quienes experimentan mayor xenofobia presentan niveles más altos de resentimiento.

En el estudio de Basabe et al. (2009), cuyo objetivo fue analizar los factores de aculturación, bienestar subjetivo y calidad de vida en población migrante se emplearon como instrumentos el PVQ_40 reducido, la Escala de Familismo, indicadores de estrés sociocultural, escalas de afrontamiento, así como medidas de bienestar y calidad de vida de la Encuesta Mundial de Valores y el CVRS-SF-12. Se concluyó que el bienestar depende en gran parte de la interacción que se tenga entre el contexto sociopolítico, la relaciones entre las mayorías y minorías, los recursos personales y familiares.

En el análisis de Bender et al. (2022) en el cual el objetivo fue examinar la relación entre prácticas religiosas, discriminación percibida, identidad cultural y bienestar en refugiados afganos en los Países Bajos, se utilizaron como instrumento subescalas de

religiosidad islámica y test de discriminación percibida, identidad holandesa/afgana y bienestar. Se pudo concluir que la discriminación percibida media la relación entre la integración y la religiosidad influyendo directamente en el bienestar.

En un estudio realizado por Kateri et al. (2022), del cuál el objetivo fue analizar la relación entre discriminación percibida, autoconstrucción, actitudes de aculturación y bienestar psicológico en inmigrantes indios y albaneses en Grecia se emplearon escalas de discriminación percibida, aculturación y autoconstrucción interdependiente. Sus resultados encontraron que la discriminación aumenta la orientación hacia la separación, mientras que el fuerte sentido de interdependencia actúa como un agente protector contra síntomas depresivos y ansiosos.

En la investigación de Mesh et al. (2008), cuyo objetivo fue examinar la relación entre discriminación percibida, estados de ánimo depresivos, autoeficacia y preferencias de socialización en adolescentes inmigrantes, se usaron datos con escalas de estado de ánimo, socialización y autoeficacia. Los investigadores concluyeron que la discriminación incrementa los estados depresivos y reduce en cierta forma la autoestima.

En el caso del estudio de Arana (2019), cuyo objetivo fue profundizar en la relación de la ciudadanía percibida, estrategias de aculturación y bienestar subjetivo en inmigrantes venezolanos en Lima se aplicó la Escala de Aculturación, la Escala de Experiencia de Ciudadanía y la Escala de Satisfacción con la Vida. Se concluyó que la estrategia más utilizada fue la marginalización que está asociada a una mayor discriminación percibida y menor ciudadanía.

En el análisis realizado por Mera-Lemp et al. (2020), que tuvo como objetivo evaluar la relación entre aculturación, discriminación percibida y bienestar psicológico en inmigrantes latinos en Chile, se usó la escala de discriminación percibida, la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff y la Subescala de Mantención Cultural. Los autores

encontraron que, si exististe una relación inversa entre discriminación y bienestar, pero conservar su cultura actúa como un agente protector.

En el estudio de Urzúa et al. (2018), cuyo objetivo fue analizar el efecto mediador de la autoestima entre la discriminación percibida y el bienestar psicológico en inmigrantes de Sudamérica en Chile, para esto se aplicó la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff, la escala de Discriminación Percibida y la Escala de Autoestima de Rosenberg. Se pudo concluir que la autoestima cumple un papel fundamental en la mediación pues atenúa el impacto de la discriminación sobre el bienestar.

En la tesis de Flores (2023), que tuvo como meta determinar la relación entre bienestar psicológico, discriminación percibida y resiliencia en venezolanos que residían en Lima se utilizó la Escala de Resiliencia, Escala de Bienestar Psicológico de Ryff y la Escala de Discriminación Global Percibida. La autora llegó a la conclusión de que la resiliencia de relaciona positivamente con menores niveles de discriminación y mayores niveles de bienestar, pero no encontró una relación directa entre estos últimos.

En el estudio de Freier y Pérez (2021), cuyo objetivo fue explorar la manera en que los migrantes venezolanos experimentan y dan sentido a la discriminación criminalizadora en Perú se emplearon entrevistas en profundidad, grupos focales y una encuesta.

Finalmente, en la investigación de Gunawan et al. (2023), con el objetivo de analizar la crisis humanitaria, la migración y la discriminación que viven los migrantes venezolanos en Colombia se utilizó un método de revisión basado en literatura académica y leyes. En donde se pudo concluir que la discriminación hacia los venezolanos se basa principalmente con su limitada capacidad de acceder a rutas migratorias seguras y su precariedad económica.

Marco teórico

Discriminación percibida

Definición

Scheitle et al. (2023) definen la discriminación como un trato desigual basado en características personales como raza, género o religión, constituyendo una violación directa de los derechos humanos. La discriminación percibida se entiende como la experiencia subjetiva de sentirse excluido o desfavorecido por la pertenencia a un grupo. Según Amnistía Internacional, estas prácticas pueden manifestarse en políticas, instituciones o interacciones sociales, y no requieren evidencia legal para ser válidas, pues su impacto psicológico y social es real. Así, la discriminación percibida refleja cómo las personas internalizan mecanismos de exclusión, explícitos o sutiles, presentes en su entorno.

Para Rueda-López et al. (2024), la discriminación es una acción que distingue y excluye injustificadamente a personas o colectivos por prejuicios basados en origen étnico, género, edad o discapacidad. La discriminación percibida refiere al sentimiento individual de haber sido objeto de esta desigualdad, aun sin validación externa. No se limita a actos directos, sino que también emerge en interacciones y discursos cotidianos. Esta percepción constituye una interpretación de señales de exclusión que puede afectar la autoestima, la confianza institucional y el sentido de pertenencia social.

La Defensoría del Pueblo (2007) define la discriminación como una práctica injusta que restringe el acceso igualitario a derechos y oportunidades, especialmente en grupos vulnerables. La discriminación percibida corresponde a la vivencia subjetiva de sentirse rechazado o excluido por motivos identitarios, derivada tanto de actos directos como de ambientes y actitudes hostiles. Esta percepción puede generar consecuencias en la salud mental como ansiedad o estrés crónico y debilitar la cohesión social, constituyendo una forma de violencia simbólica y estructural que afecta la dignidad de las personas.

Factores

Discriminación y adaptación

Zhang et al. (2022) evidencian que los inmigrantes en Chile tienen menor probabilidad de ser liberados antes del juicio que los ciudadanos chilenos, incluso bajo condiciones legales similares. Esta desigualdad se atribuye a prejuicios institucionales y a la falta de información sobre antecedentes extranjeros, configurando una forma de discriminación judicial que dificulta la integración social. En este sentido, la discriminación institucional opera como violencia estructural que restringe derechos y profundiza la exclusión de los migrantes.

Desde un enfoque psicológico, Díaz-Amador (2025) conceptualiza la discriminación como un estresor social que afecta la salud mental y la adaptación de los migrantes. Desde el modelo transaccional del estrés, explica que la discriminación percibida genera tensiones emocionales que suelen enfrentarse mediante estrategias como la evitación cognitiva, la cual atenúa el impacto inmediato del rechazo, pero resulta insuficiente sin un entorno que apoye la integración. Así, la discriminación percibida deteriora la autoestima, el sentido de pertenencia y la estabilidad emocional, influyendo directamente en el bienestar y en la capacidad de adaptación psicosocial.

En el estudio de Basabe y Bobowik (2013) vinculan la discriminación con la teoría de la identidad social para explicar las dificultades de integración de los migrantes en España. Señalan que la legitimación de la desigualdad y las percepciones negativas hacia ciertos grupos especialmente africanos incrementan su exclusión, afectando su motivación y eficacia percibida para integrarse. La discriminación no solo se expresa en actos directos, sino también en representaciones sociales que subordinan a determinados colectivos. De este modo, discriminación y adaptación se entrelazan, convirtiéndose en procesos interdependientes que moldean las trayectorias migratorias en contextos estratificados.

Ubach y Santacana (2016) plantean que la discriminación opera como una barrera psicológica y social que deteriora la adaptación de los migrantes, generando ansiedad, estrés y aislamiento. Esta experiencia de exclusión cotidiana limita la capacidad de establecer relaciones saludables y acceder a recursos institucionales, especialmente cuando se carece de redes de apoyo o reconocimiento cultural. Los autores destacan que la discriminación y la adaptación funcionan como procesos en tensión: la primera obstaculiza la segunda tanto en el plano subjetivo como estructural, por lo que proponen intervenciones que fortalezcan el afrontamiento individual y transformen las condiciones sociales que perpetúan la exclusión.

Discriminación percibida y salud mental

Firat y Noels (2021) sostienen que la discriminación percibida constituye un importante factor de riesgo para la salud mental de jóvenes latinos universitarios, afectando tanto a quienes la experimentan directamente como a aquellos que la viven de forma vicaria en el ámbito familiar y comunitario. Sus hallazgos muestran una relación directa entre discriminación y síntomas de depresión y ansiedad, independientemente del estatus migratorio. En este sentido, las políticas restrictivas y el clima antiinmigrante generan una “pena multigeneracional”, deteriorando la estabilidad emocional y social de estas comunidades.

Por su parte, Gabarrell-Pascuet et al. (2023) evidencian que la discriminación percibida es un estresor que afecta gravemente el bienestar emocional de migrantes recién llegados a España. A través de entrevistas cualitativas identificaron emociones como tristeza, ira, miedo y humillación, acompañadas de cambios de comportamiento como evitación social, hipervigilancia y adaptación forzada a prácticas culturales mayoritarias. También observaron diversas estrategias de afrontamiento algunas adaptativas y otras nocivas junto con signos de deterioro en la salud mental, incluidos ansiedad, depresión e ideación suicida.

Así, la discriminación percibida aparece como una experiencia cotidiana que erosiona la integración y la calidad de vida.

En el contexto irlandés, Költő et al. (2023) analizan la discriminación percibida entre adolescentes de grupos minoritarios en Irlanda, encontrando que estos jóvenes enfrentan rechazo por múltiples motivos simultáneos como discapacidad, origen migrante, religión o género lo que genera un “halo negativo” de estigmatización acumulada. Esta percepción repetida de exclusión afecta la salud mental, el rendimiento académico y la adaptación social, manifestándose en estrés, ansiedad y experiencias frecuentes de acoso. Los autores enfatizan la necesidad de políticas educativas que reduzcan el estigma y fortalezcan entornos escolares inclusivos.

De acuerdo con Rodríguez et al. (2023) muestran que la discriminación percibida deteriora la salud mental de inmigrantes en Canadá al incrementar la angustia psicológica, un efecto mediado por las orientaciones de identidad bicultural. Identifican que las orientaciones alternante y conflictiva marcadas por tensiones entre culturas se asocian con mayor malestar, mientras que la orientación complementaria, basada en la armonía identitaria, protege frente a la angustia. Además, la discriminación fomenta identidades menos integradas, intensificando el sufrimiento emocional. Promover entornos interculturales inclusivos puede, por tanto, mitigar estos efectos.

Finalmente, St-Pierre et al. (2021) examinan la relación entre discriminación percibida y ansiedad en adolescentes, encontrando que quienes experimentan discriminación basada en el origen étnico presentan niveles más altos de ansiedad social, pensamientos intrusivos y preocupación por la evaluación negativa. Esta forma de estrés, especialmente cuando proviene de múltiples fuentes, afecta la autoestima y la regulación emocional durante una etapa de desarrollo crítica, pudiendo derivar en trastornos de salud mental si no se interviene oportunamente.

Bienestar psicológico

Definición

Muñoz et al. (2022) señalan que el bienestar psicológico es un componente fundamental de la salud mental, pero más amplio que esta, pues implica el desarrollo humano, la autorrealización y el funcionamiento positivo. Retoman la visión integral de la OMS e incorporan el modelo multidimensional de Ryff, que comprende seis dimensiones: autoaceptación, relaciones positivas, autonomía, dominio del entorno, propósito vital y crecimiento personal. Así, el bienestar psicológico se concibe como un proceso eudaimónico orientado al desarrollo de capacidades, la adaptación y el crecimiento a lo largo del ciclo vital, más allá del placer o la felicidad inmediata.

Rozas y Enciso (2025) explican que el bienestar psicológico ha pasado de un enfoque centrado en el malestar a una perspectiva de desarrollo humano, entendida como un constructo dinámico influido por factores personales, sociales y culturales. Retoman el modelo de Ryff como la propuesta más integradora, destacando sus seis dimensiones: autoaceptación, relaciones positivas, crecimiento personal, dominio del entorno, propósito vital y autonomía para comprender el bienestar como un equilibrio entre satisfacción personal, resiliencia y desarrollo integral. Señalan, además, que esta visión resulta aplicable a diversas realidades por su articulación entre factores individuales y experiencias contextuales.

Para Trudel-Fitzgerald et al. (2019) definen el bienestar psicológico como una evaluación positiva y dinámica de la vida, influida por factores internos y ambientales. Destacan dos marcos teóricos principales: el modelo multidimensional de Ryff centrado en la autoaceptación, el sentido de vida, el crecimiento personal, la autonomía, las relaciones positivas y el manejo del entorno y la psicología positiva de Seligman, que enfatiza las

fortalezas humanas y las emociones positivas. Desde esta perspectiva, el bienestar es un proceso continuo de adaptación y construcción de una vida significativa.

Dimensiones

Autoaceptación

Desde una perspectiva de Pilipenko (2021) conceptualiza la autoaceptación como un proceso activo y multidimensional que implica reconocer y valorar tanto las fortalezas como las debilidades del propio yo. Desde enfoques humanistas y existenciales, afirma que aceptar la totalidad de la experiencia personal favorece el crecimiento auténtico y la autoactualización, diferenciándose de la idealización del yo, que obstaculiza el desarrollo. Así, la autoaceptación constituye una base esencial para el desarrollo personal.

Pilipenko (2020) define la autoaceptación como un recurso clave para la resiliencia, sustentado en una reflexión consciente sobre emociones y características personales, incluso las incómodas. Esta autoaceptación activa posibilita una mejor autorregulación emocional y fortalece la autonomía, la autoeficacia y la coherencia interna, funcionando además como un factor protector frente a trastornos psicológicos al reducir la autocrítica destructiva y promover la autocompasión.

Peña et al. (2014) señalan que la autoaceptación es un componente afectivo del autoconcepto y cumple un rol crucial en la adaptación psicosocial de personas migrantes, especialmente ante el desarraigo y la discriminación. Un alto nivel de autoaceptación favorece relaciones sociales positivas, menor sintomatología depresiva y una mayor disposición al cambio, mientras que niveles bajos se asocian con inutilidad, aislamiento y dependencia emocional. Por ello, destacan la importancia de promover espacios que fortalezcan la validación del yo en contextos migratorios.

De acuerdo con Pilco y Pilco (2023) describen la autoaceptación como la capacidad de reconocerse como valioso y digno incluso en situaciones adversas, como la migración

forzada. En población venezolana en Perú, niveles altos de autoaceptación se vinculan con una autoestima sólida, menor ansiedad y depresión, y una percepción más favorable del bienestar general. Esta capacidad permite resignificar experiencias pasadas y proyectar el futuro con mayor optimismo, favoreciendo el ajuste emocional.

Shayuk et al. (2023) abordan la autoaceptación como una competencia humanista fundamental para la formación de psicólogos, definida como una actitud realista y compasiva hacia uno mismo que integra cualidades y limitaciones sin caer en la autocomplacencia. Esta competencia sostiene la autorregulación emocional, la reflexión ética y la autenticidad terapéutica, evitando que los profesionales proyecten conflictos personales en sus consultantes. Los autores sugieren fortalecer la autoaceptación desde la formación inicial para favorecer prácticas clínicas más empáticas y eficaces.

Relaciones positivas con otros

Según Ayika et al. (2018), las relaciones positivas son vínculos afectivos basados en el respeto mutuo, la comunicación efectiva y la validación emocional, que se desarrollan de manera dinámica ante cambios significativos como la migración o el desarraigo cultural. En este contexto, dichas relaciones permiten manejar tensiones mediante el diálogo, reconocer diferencias generacionales y culturales y fortalecer el sentido de pertenencia. Además, requieren resiliencia emocional y la capacidad de negociar nuevos significados culturales, constituyéndose en un recurso esencial para la adaptación social y psicológica durante los procesos de cambio.

Autonomía

Friedman (2023) define la autonomía como la capacidad de expresar una identidad auténtica mediante decisiones personales, más allá de normas sociales rígidas. Esta autonomía implica un esfuerzo activo por definir quién se es, especialmente cuando existen tensiones entre los deseos individuales y las estructuras sociales. En este sentido, constituye

un derecho psicológico vinculado al bienestar, pues favorece la integridad emocional, la autenticidad y la autorrealización frente a presiones externas.

Por otro lado, Antsaklis (2020) sostiene que la autonomía es un componente esencial del bienestar psicológico, ya que permite elegir, planificar y actuar de forma independiente, fortaleciendo la autorregulación emocional y el desarrollo cognitivo y social. Cuando los entornos favorecen la autonomía, las personas experimentan mayor motivación interna y conexión consigo mismas, de modo que el apoyo contextual se convierte en un factor clave para mantener el equilibrio emocional y el crecimiento personal.

Finalmente, Vázquez y Mena (2020) argumentan que la autonomía es central para el bienestar psicológico, especialmente en situaciones de movilidad y redefinición identitaria. Implica organizar la propia vida mediante decisiones conscientes aun en contextos adversos, lo que impulsa la autoestima, la eficacia personal y la resiliencia. Lejos de representar aislamiento, la autonomía supone una interacción activa y crítica con el entorno, actuando como un motor de empoderamiento y estabilidad emocional en procesos de adaptación complejos.

Dominio del entorno

Urzúa et al. (2021) plantean que la capacidad de controlar, manejar y adaptarse eficazmente al entorno es esencial para mantener el equilibrio psicológico, especialmente en contextos adversos como la discriminación étnica o racial. En poblaciones migrantes, esta discriminación reduce el sentido de control, pero una identidad étnica fortalecida puede actuar como un mediador positivo, permitiendo a las personas preservar su percepción de dominio y transformar las dificultades en oportunidades de desarrollo. Así, el dominio del entorno integra tanto habilidades prácticas como un componente identitario que potencia la resiliencia.

Arce et al. (2023) validan el dominio del entorno —según el modelo de Ryff— como la percepción de la capacidad para manejar eficazmente el contexto vital mediante el uso de recursos, la toma de decisiones funcionales y la adaptación del ambiente a metas personales. Esta habilidad resulta crucial en procesos de vulnerabilidad, como el envejecimiento, pues un mayor dominio del entorno se asocia con mejor calidad de vida y bienestar subjetivo. De este modo, el dominio del entorno se configura como una dimensión instrumental y emocional indispensable dentro del bienestar psicológico.

Propósito de vida

Anderson et al. (2022) explican que el propósito de vida es la percepción de que la existencia tiene dirección y significado, lo cual actúa como un factor protector frente a dificultades emocionales y cognitivas. Un propósito fuerte se asocia con menor afectación de la memoria ante síntomas depresivos y favorece la adaptación a pérdidas y cambios propios del envejecimiento. De este modo, fortalecer el propósito vital contribuye al bienestar psicológico y a una mayor capacidad para afrontar las adversidades de la vida.

Por su parte, García-Alandete (2014) define el propósito de vida como la capacidad de establecer y perseguir metas significativas que otorgan dirección a la existencia. Encontró que las aspiraciones intrínsecas como el crecimiento personal y las relaciones cercanas se relacionan positivamente con el bienestar psicológico, mientras que las aspiraciones extrínsecas no muestran ese efecto. Asimismo, identifica que factores como la discriminación o los problemas legales pueden dificultar el desarrollo de un propósito vital, resaltando la necesidad de promover entornos que faciliten la integración y permitan a las personas construir metas con sentido.

Crecimiento personal

Cebolla et al. (2025) entienden el crecimiento personal como un proceso continuo de desarrollo de habilidades, actitudes y competencias que permite al individuo adaptarse,

prosperar y avanzar hacia la autorrealización. Este crecimiento incluye tanto aprendizajes formales como experiencias informales que fortalecen la autoestima, la resiliencia y el autoconocimiento. Al facilitar la identificación de metas significativas y la capacidad para enfrentar desafíos, el crecimiento personal se convierte en un elemento central del bienestar psicológico y de la satisfacción vital.

Toyama (2022) señala que el crecimiento personal es fundamental para el bienestar psicológico en la vejez, al implicar la adaptación a cambios físicos, emocionales y sociales propios del envejecimiento. Las personas mayores que participan en actividades significativas, mantienen vínculos sociales y continúan aprendiendo experimentan mayor propósito, resiliencia y autoestima. Por ello, promover entornos que favorezcan el crecimiento personal contribuye tanto al bienestar individual como al enriquecimiento social al aprovechar la experiencia de las personas mayores.

Por otro lado, Rivas y Mosqueda (2020) destacan el crecimiento personal como un eje central de la formación educativa, orientado al desarrollo de competencias emocionales, sociales y cognitivas que facilitan afrontar desafíos académicos y personales. Fomentar la autonomía, la responsabilidad y la autorreflexión fortalece la motivación, la autoestima y el sentido de pertenencia. Por ello, integrar programas de desarrollo personal en el currículo contribuye significativamente al bienestar psicológico de los estudiantes.

Situación social de los migrantes venezolanos

Situación actual sociopolítica

Cárdenas et al. (2020) señalan que la emergencia humanitaria en Venezuela ha impulsado una migración masiva que dificulta la inserción social de los migrantes en Perú, quienes enfrentan desconocimiento de normas, falta de políticas públicas sostenidas y estigmatización. La limitada información disponible restringe su acceso a derechos básicos,

mientras el entorno de acogida muestra actitudes ambivalentes. Aun así, los autores destacan la resiliencia y motivación de los migrantes por integrarse y contribuir a la sociedad peruana.

Por su parte, Cañizález y Jiménez (2023) explican que los migrantes venezolanos en Perú enfrentan una ciudadanía limitada debido a barreras estructurales que dificultan el acceso a servicios públicos, la representación política y la vinculación con instituciones estatales. La presencia de estereotipos negativos en los medios refuerza un sentimiento de exclusión y “no pertenencia”, pese a su significativa presencia en el país.

Okumura et al. (2021) analizan la migración venezolana desde un enfoque psicosocial y destacan que el apoyo social percibido especialmente de familiares y pares migrantes facilita la regulación emocional y el uso de estrategias como la reevaluación cognitiva, lo que favorece la adaptación y el bienestar. En un contexto de precariedad legal y laboral, los migrantes desarrollan mecanismos internos de resiliencia, con diferencias de género que sugieren la necesidad de políticas sensibles al contexto.

Grundy-López et al. (2024) muestran que los migrantes venezolanos son frecuentemente estigmatizados en Perú, al ser asociados con inseguridad y competencia laboral, lo que obstaculiza su integración y refuerza la exclusión. No obstante, también emergen discursos que valoran sus aportes económicos y culturales. Estas tensiones evidencian la necesidad de políticas inclusivas e iniciativas interculturales que aborden los impactos psicosociales de la estigmatización.

Finalmente, Duche-Pérez et al. (2023) evidencian que las políticas migratorias influyen directamente en la situación sociopolítica de los venezolanos en Perú. La posesión del Carné de Permiso Temporal de Permanencia (CPP) facilita el acceso a empleo formal, salud y programas sociales, mientras su ausencia incrementa la precariedad y la exclusión. Las restricciones migratorias desde 2019 han dificultado la regularización, empujando a muchos migrantes a la informalidad y a riesgos de explotación.

Migración y salud mental

Salaberria y Sánchez (2017) definen el estrés migratorio como el conjunto de tensiones psicológicas derivadas del proceso de adaptación a un entorno social, cultural y económico distinto, especialmente intenso en migrantes en situación irregular. Este estrés se agrava por la precariedad laboral, la falta de apoyo social y las experiencias de discriminación, lo que incrementa la ansiedad, la depresión y la disminución de la autoestima. En el caso de los migrantes venezolanos, estas condiciones se traducen en un deterioro significativo del bienestar psicológico y en reacciones defensivas frente a entornos percibidos como hostiles. Por ello, los autores subrayan la importancia de brindar atención psicológica preventiva y culturalmente sensible para favorecer una adaptación más saludable.

Gleeson et al. (2020) analizan la salud mental de los migrantes venezolanos y destacan que el desplazamiento forzado ha generado crisis emocionales profundas, reflejadas en un aumento de la demanda de atención psicológica. El trayecto migratorio está marcado por experiencias traumáticas —como hambre, violencia, inseguridad y separación familiar— que derivan en síntomas persistentes de ansiedad, insomnio, hipervigilancia y estrés postraumático. Debido a la acumulación de estas vivencias, los autores enfatizan la necesidad de intervenciones psicosociales que consideren la historia de vida y el contexto sociopolítico de los migrantes para promover su recuperación emocional e inclusión digna.

Hipótesis

Existe una relación significativa y negativa entre la discriminación percibida y el bienestar psicológico en inmigrantes venezolanos de la ciudad de Arequipa. A mayor discriminación percibida existe un menor bienestar psicológico.

Capítulo II

Método

Diseño de investigación

El presente estudio utilizó una metodología cuantitativa caracterizada por evaluar, interpretar y generalizar fenómenos utilizando datos numéricos. Asimismo, esta investigación es descriptiva y correlacional, buscando identificar propiedades de la población estudiada y relacionando dos variables que se derivan de estas. Por último, tiene un enfoque de corte transversal ya que la recolección de la información se da en un tiempo específico. (Hernández et al., 2014)

Instrumentos

Se aplicó la técnica de encuesta para el recojo de la información para cada una de las variables incluyendo datos sociodemográficos que nos permitió tener una amplitud de datos de la muestra.

Discriminación

La Escala de Discriminación Experimentada fue realizada por David Sulmont en el año 2005 siendo utilizado en la Encuesta Nacional sobre Discriminación Social, un estudio llevado a cabo por DEMUS entre los meses de agosto y septiembre. Su propósito fue recoger la percepción de la ciudadanía peruana respecto a la discriminación y la desigualdad presentes en la sociedad, la encuesta se aplicó a una muestra representativa de la población peruana, conformada por 1,600 personas de entre 18 y 70 años de edad, entrevistadas en 14 departamentos del territorio nacional, abarcando tanto zonas urbanas como rurales. Este consta de 8 ítems que miden la frecuencia con la que se viven situaciones discriminatorias en diferentes áreas en las que los individuos pueden haber experimentado esto, como el ámbito laboral, educativo o social. Se utiliza una escala Likert que permite a los participantes indicar la continuidad con la que han vivido de discriminación, oscilando entre "nunca" a

"siempre" donde los puntajes van del 5 al 1 respectivamente, la mínima puntuación alcanzable es 8 y representa las personas que han experimentado siempre estas situaciones, por el contrario un puntaje de 40 significa nunca haber experimentado ninguna de las situaciones discriminatorias planteadas lo que quiere decir que la escala se mide de manera inversa pues un puntaje entre 8 y 18 puntos indica una frecuencia alta de discriminación percibida, un puntaje de entre 19 a 29 una frecuencia moderada y un puntaje de entre 30 y 40 puntos una frecuencia baja. El coeficiente Alpha de Cronbach reportado para esta escala es de 0.81, lo que indica un buen nivel de consistencia interna. (Sulmont, 2005)

Este instrumento fue elegido ya que ha sido utilizado previamente en encuestas nacionales como la encuesta nacional sobre exclusión y discriminación social en el 2005 y un proyecto de investigación de la Universidad Católica de Santa María en el 2023 donde los encuestados fueron personas de nacionalidad venezolana.

Bienestar

La Escala de Bienestar Psicológico de Ryff es un instrumento que mide el bienestar psicológico desde un enfoque multidimensional. Fue desarrollada por Carol Ryff en 1989 y se basa en el concepto de eudaimonía, es decir, el florecimiento personal y el desarrollo pleno del potencial humano. Se ha utilizado en diversos contextos dentro del país como por ejemplo un estudio de la Pontificia Universidad Católica de Santa María en el 2011 en la cual exploró la relación entre Bienestar Psicológico y los componentes del Modelo de Inversión en una muestra de 116 estudiantes universitarios entre 20 y 27 años de edad de Lima Metropolitana. Esta escala se centra en seis dimensiones clave del bienestar: autoaceptación que consta de los ítems 1; 7; 13; 19; 25 y 31, relaciones positivas con otros que cuenta con los ítems 2; 8; 14; 20; 26 y 32, autonomía con los ítems 3; 4; 9; 10; 15; 21; 27 y 33, dominio del entorno con los ítems 5; 11; 16; 22; 28 y 39, propósito en la vida con

los ítems 6; 12; 17; 18; 23; 29 y crecimiento personal con los ítems 24; 30; 34; 35; 36; 37 y 38.

La escala original cuenta con 84 ítems, pero existen versiones más breves, en el caso de este estudio se utilizará la escala de 39 ítems. Cada ítem se puntúa en una escala Likert, del 1 a 5, donde los participantes indican su grado de acuerdo con afirmaciones relacionadas con las diferentes dimensiones del bienestar. El máximo puntaje alcanzable es 234 puntos, un puntaje de más de 176 puntos equivale a un bienestar psicológico elevado, un puntaje de entre 141 a 175 puntos significa un nivel alto, entre 117 y 140 puntos moderado y finalmente un puntaje menor a 116 equivale a un bienestar psicológico bajo. Asimismo, es posible analizar cada dimensión y sus resultados para comprender el estado emocional de la persona.

Además, se ha encontrado que la estructura factorial de seis dimensiones es replicable en distintas culturas y contextos, lo que habla de su robustez y validez factorial. Estudios han comprobado la validez concurrente de la escala, mostrando que las puntuaciones más altas en bienestar psicológico están relacionadas con mejores indicadores de salud mental, como menores niveles de depresión y estrés. También se ha demostrado que un alto bienestar psicológico predice mejores resultados en salud física (Babnik et al., 2021).

En cuanto a la confiabilidad de este instrumento tiene un coeficiente de 0.96 lo cual demuestra que este se encuentra por encima del rango aceptado.

Este instrumento fue elegido como el más idóneo para este estudio debido a que ofrece una conceptualización profunda y científicamente respaldada, su estructura multidimensional respalda un análisis más exhaustivo del constructo.

Ficha sociodemográfica

La ficha sociodemográfica incluyó información clave sobre los participantes inmigrantes venezolanos, solicitando datos personales como la edad, sexo, nivel de instrucción y el tiempo de residencia en Perú. Esta información permitió contextualizar las

experiencias de discriminación percibida y el bienestar psicológico, y fue utilizada para analizar posibles relaciones entre estas variables y los factores sociodemográficos.

Participantes

La población de este estudio estuvo compuesta por inmigrantes venezolanos residentes en la provincia de Arequipa de entre 20 y 39 años de acuerdo al último censo de la Superintendencia Nacional de Migraciones (2023). Se les dividió en dos grupos etarios, el grupo de jóvenes que fueron los participantes con edades de entre 20 y 29 años y el grupo de adultos que tenían entre 30 y 39 años de edad.

Muestra

La investigación se realizó por medio del método de muestreo no probabilístico por bola de nieve debido a que este enfoque es idóneo para estudios con población dispersa como es el caso de los inmigrantes venezolanos. La muestra fue constituida por 100 personas que cumplan con los criterios de inclusión.

Criterios de inclusión

Se incluyeron varones y mujeres inmigrantes procedentes de Venezuela que tengan entre 20 y 39 años y residan en el Perú al menos 1 año.

Características de la muestra

Tabla 1
Datos sociodemográficos

		f	%
Edad	Jóvenes	55	55.0
	Adultos	45	45.0
Sexo	Masculino	47	47
	Femenino	53	53
Tiempo de residencia en Perú	2 años	1	1
	3 años	10	10
	4 años	20	20
	5 años	24	24
	6 años	12	12
	7 años	25	25
	8 años	6	6
	9 años	2	2

Nota: Muestra conformada por 100 participantes

Los datos sociodemográficos muestran que la mayoría de los participantes son jóvenes (55 %), mientras que los adultos representan el 45 %, evidenciando una ligera predominancia de personas en etapas iniciales de la adultez, características de una población migrante activa. En cuanto al sexo, existe una distribución equilibrada con 53 % de mujeres y 47 % de hombres, lo que asegura representatividad por género. Respecto al tiempo de residencia en el Perú, la mayoría de los inmigrantes venezolanos ha permanecido entre cinco y siete años (24 % y 25 % respectivamente), reflejando un proceso de asentamiento estable e integración social progresiva. En cambio, quienes residen entre dos y tres años constituyen solo el 11 %, lo que indica una población con una trayectoria migratoria consolidada, adecuada para analizar la relación entre discriminación y bienestar psicológico en un contexto de residencia prolongada.

Procedimiento

Inicialmente se contactó a un grupo de ciudadanos venezolanos conocidos por la investigadora y se les planteó su participación en el estudio, luego se les brindó el documento de consentimiento informado y una vez obtenido el consentimiento se procedió a entregarles ambos instrumentos para su posterior llenado. Finalmente, se les pidió que proporcionaran referencias voluntarias de otros posibles participantes de sus redes, ya sean sociales o familiares, que cumplieran con el criterio de edad establecido.

De igual manera, se garantizó la confidencialidad de los datos siguiendo con las normas éticas establecidas.

Consideraciones Éticas

En cuanto a las consideraciones para resguardar la ética del estudio se tomaron en cuenta las que fueron indicadas por el Comité de Ética de la Universidad Católica de Santa María la cual especifica que todo proyecto de investigación debe tener como objetivo principal generar y ampliar los conocimientos científicos y tecnológicos asegurando el

cumplimiento de los valores éticos por medio de la protección a los participantes. Asimismo, se priorizó seguir con las normas estipuladas por la American Psychological Association. (2016) buscando resguardar la propiedad intelectual de los análisis y libros de los autores citados mediante el uso de las referencias.

Finalmente, se evidenció el tratamiento adecuado de los datos de los participantes por medio de un consentimiento informado y la confidencialidad de la información proporcionada siguiendo con los lineamientos éticos para la investigación con humanos.

Análisis de datos

Los datos se tabularon en una base de datos de Excel para posteriormente realizar el análisis estadístico con el programa de IBM SPSS V26 donde se mostraron datos descriptivos mediante frecuencia y porcentaje de las variables, así mismo se realizó un análisis inferencial, mostrando prueba de normalidad para determinar la normalidad de la muestra y la prueba de correlación a utilizar.

Capítulo III

Resultados

Tabla 2

Discriminación percibida

	f	%
Alta	27	27.0
Moderada	41	41.0
Baja	32	32.0
Total	100	100.0

Nota: Muestra conformada por 100 participantes

Los resultados evidencian que la mayoría de los participantes reporta niveles moderados (41 %), seguidos de aquellos que señalan haber vivido discriminación en un nivel bajo (32 %), mientras que un 27 % refiere haberla experimentado de manera alta. Esta distribución refleja que, si bien la percepción de discriminación es una experiencia común en la muestra, en la mayoría de los casos no alcanza niveles extremos, aunque más de una cuarta parte sí la vive con alta intensidad. Dichos hallazgos son relevantes, pues la literatura sostiene que la discriminación constituye un factor de riesgo para la salud mental y el bienestar psicológico, por lo que la presencia de niveles moderados y altos en un número considerable de inmigrantes venezolanos puede incidir de manera significativa en sus procesos de adaptación social y emocional en el contexto de acogida.

Tabla 3

Bienestar psicológico

	F	%
Bienestar Psicológico		
Bajo	18	18.0
Moderado	18	18.0
Alto	53	53.0
Elevado	11	11.0

Nota: Muestra conformada por 100 participantes

Los resultados muestran que, en la evaluación general del bienestar psicológico, el 53 % de los participantes reportaron un nivel alto, mientras que 18 % se ubicaron en niveles bajos o moderados, lo que indica que, en general, la mayoría de los migrantes venezolanos

en la muestra perciben un bienestar psicológico positivo, aunque algunos experimentan niveles más bajos de bienestar debido a factores relacionados con su proceso migratorio.

Tabla 4
Comparación de las variables según sexo

	Masculino		Femenino		U	P
	M	DE	M	DE		
Discriminación percibida	24	7.26	24	7.72	1007	.098
Bienestar psicológico	152	24.81	151	24	1231	.920

Nota: M: Media; DE: Desviación estándar; U: prueba U de Mann-Whitney; P: valor de significancia; Muestra conformada por 100 participantes.

El análisis comparativo según el sexo, realizado mediante la prueba U de Mann-Whitney, evidencia que no existen diferencias estadísticamente significativas entre hombres y mujeres en los niveles de discriminación percibida ni en el bienestar psicológico, dado que los valores de significancia obtenidos son superiores al umbral de .05 ($p = .098$ y $p = .920$, respectivamente). En ambos grupos, las medias obtenidas son prácticamente equivalentes, lo que indica una percepción similar frente a las experiencias de discriminación y a la valoración de su bienestar. Estos resultados sugieren que el sexo no constituye un factor diferenciador relevante en la relación entre discriminación percibida y bienestar psicológico dentro de la muestra estudiada. De acuerdo con Ato y Vallejo (2015), la ausencia de diferencias significativas en estudios comparativos implica que la variable de clasificación (en este caso, el sexo) no ejerce un efecto sistemático sobre la variable dependiente, por lo que las variaciones observadas pueden atribuirse al azar y no a un patrón consistente. En consecuencia, se concluye que tanto hombres como mujeres inmigrantes venezolanos afrontan experiencias de discriminación y niveles de bienestar psicológico de manera comparable en el contexto analizado.

Tabla 5
Comparación de las variables según grupo etario

	Jóvenes		Adultos		U	P
	M	DE	M	DE		
Discriminación percibida	23	7.53	29	7.59	1053	.198
Bienestar psicológico	152	22.46	151	26.55	1162	.601

Nota: M: Media; DE: Desviación estándar; U: prueba U de Mann-Whitney; P: valor de significancia; Muestra conformada por 100 participantes.

El análisis comparativo según el grupo etario, realizado mediante la prueba U de Mann-Whitney, muestra que no existen diferencias estadísticamente significativas entre los participantes jóvenes y adultos ni en la discriminación percibida ($p = .198$) ni en el bienestar psicológico ($p = .601$). Si bien los adultos presentan una media ligeramente mayor en discriminación y una desviación estándar más amplia en bienestar psicológico, dichas variaciones no alcanzan significancia estadística, lo que indica que ambos grupos perciben niveles similares en estas variables. Estos resultados sugieren que la edad no constituye un factor determinante en la percepción de discriminación ni en la evaluación del bienestar psicológico dentro de la muestra de inmigrantes venezolanos. De acuerdo con Ato y Vallejo (2015), cuando no se evidencian diferencias significativas entre grupos en estudios comparativos no experimentales, se infiere que la variable categórica (en este caso, el grupo etario) no ejerce un efecto sistemático sobre las variables analizadas, y las discrepancias observadas se deben al azar o a factores individuales no controlados. En consecuencia, se concluye que tanto los jóvenes como los adultos afrontan experiencias de discriminación y niveles de bienestar psicológico de manera comparable en el contexto migratorio peruano.

Tabla 6

Correlación entre las variables bienestar psicológico, discriminación percibida y tiempo de residencia

	M	DE	1	2	3	4
1. Bienestar psicológico	146.87	24.266	—			
2. Discriminación percibida	24.76	7.587	.449**	—		
3. Tiempo de residencia en Perú	5.45	1.579	.262**	.324**	.009	

Nota: M: Media; DE: Desviación estándar; Muestra conformada por 100 participantes.

Se observa una correlación positiva moderada entre el tiempo de residencia en el Perú y la discriminación percibida ($r_s = .324$), indicando que, a mayor permanencia en el país, aumentan las experiencias de discriminación. También se registra una correlación positiva débil entre el tiempo de residencia y el bienestar psicológico ($r_s = .262$), lo que sugiere que la adaptación prolongada podría contribuir a fortalecer la percepción de bienestar. De acuerdo con Ato y Vallejo (2015), la interpretación de las correlaciones debe centrarse no

solo en la magnitud y dirección de las asociaciones, sino también en el contexto de los factores psicosociales implicados, lo que en este caso evidencia una compleja interacción entre el proceso de adaptación migratoria y la percepción subjetiva de bienestar.

Tabla 7

Correlación entre discriminación percibida y dimensiones de bienestar psicológico

	M	DE	1	2	3	4	5	6	7
1.Discriminación percibida	24.76	7.587	—						
2.Autoaceptación	23.75	4.396	.507**	—					
3.Dominio del entorno	22.76	4.699	.408**	.568**	—				
4.Relaciones positivas	22.28	5.18	.342**	.645**	.406**	—			
5.Crecimiento personal	26.51	5.353	.157	.591**	.469**	.449**	—		
6.Autonomía	28.19	5.775	.228*	.387**	.676**	.558**	.566**	—	
7.Proposito en la vida	23.38	5.357	.481**	.625**	.664**	.410**	.581**	.457**	—

Nota: M: Media; DE: Desviación estándar; Muestra conformada por 100 participantes.

El análisis de correlación de Spearman entre la discriminación percibida y las dimensiones del bienestar psicológico muestra asociaciones positivas y estadísticamente significativas en la mayoría de los casos, con distintas magnitudes de relación. En particular, la discriminación se correlaciona de manera moderada y positiva con la autoaceptación ($r_s = .507$), el propósito en la vida ($r_s = .481$), el dominio del entorno ($\rho = .408$) y las relaciones positivas ($r_s = .342$); mientras que las correlaciones con la autonomía ($r_s = .228$) son bajas pero significativas, y con el crecimiento personal ($r_s = .157$) no resultan estadísticamente relevantes. Estos resultados indican que, en la muestra de inmigrantes venezolanos, quienes reportan mayores niveles de discriminación también manifiestan niveles más altos en diversas dimensiones del bienestar psicológico, lo que sugiere que la experiencia de discriminación podría estar funcionando como un factor que estimula procesos de fortalecimiento personal, autoafirmación y búsqueda de sentido vital. Este hallazgo resulta poco común en comparación con la literatura previa, que generalmente reporta asociaciones negativas entre discriminación y bienestar (Aravena et al., 2019; Salas et al., 2024), pero puede interpretarse desde la perspectiva de la resiliencia y el afrontamiento adaptativo, donde las experiencias adversas son transformadas en oportunidades de crecimiento psicológico y

social. De acuerdo con Ato y Vallejo (2015), las correlaciones significativas deben analizarse considerando los factores contextuales y personales que median la relación entre las variables, ya que en contextos migratorios la adaptación y el apoyo social pueden modificar el impacto psicológico de la discriminación, generando respuestas más complejas y adaptativas en la estructura del bienestar.

Tabla 8
Correlación entre discriminación percibida y bienestar psicológico

	M	DE	1	2
1. Bienestar psicológico	146.87	24.266	—	
2. Discriminación experimentada	24.76	7.587	.449**	—

Nota: M: Media; DE: Desviación estándar; Muestra conformada por 100 participantes.

El análisis de correlación de Spearman entre las variables principales revela una relación positiva y significativa entre la discriminación experimentada y el bienestar psicológico ($r_s = .449$), lo que sugiere que, en esta muestra, un mayor nivel de discriminación percibida que se define como la vivencia individual de ser objeto de un trato desigual o injusto debido a rasgos identitarios se asocia con un mayor bienestar psicológico, el cuál se centra en el desarrollo integral de la persona hallando un propósito de vida que le permita alcanzar su máximo potencial. Este hallazgo atípico que podría explicarse por la presencia de factores resilientes o estrategias de afrontamiento adaptativo desarrolladas por los inmigrantes venezolanos.

Discusión

El objetivo general del presente estudio fue determinar la relación entre la discriminación percibida y el bienestar psicológico en inmigrantes venezolanos. Los resultados evidenciaron la existencia de una relación positiva y estadísticamente significativa entre ambas variables, lo que indica que las experiencias de discriminación se encuentran asociadas de manera relevante con la configuración del bienestar psicológico en esta población. Este hallazgo sugiere que, dentro del proceso migratorio, la discriminación no solo actúa como un factor adverso, sino que también puede coexistir con procesos de adaptación y reorganización de recursos psicológicos que influyen en la manera en que los migrantes construyen su bienestar en el contexto de acogida.

No obstante, estos resultados difieren parcialmente de lo reportado en diversas investigaciones previas. Por ejemplo, el estudio realizado en Chile por Zubieta et al. (2019) evidenció que la discriminación percibida se relaciona con un deterioro del bienestar psicológico en migrantes latinoamericanos, señalando que las experiencias de exclusión social tienden a afectar negativamente la satisfacción con la vida y la adaptación psicológica. De manera similar, Flores (2023), en una investigación desarrollada con migrantes venezolanos en Lima Metropolitana, encontró una relación negativa entre discriminación percibida y bienestar psicológico, concluyendo que las experiencias discriminatorias incrementan la vulnerabilidad emocional y afectan el equilibrio psicológico de los migrantes. En esta misma línea, Mendoza (2020) reportó en Colombia que los migrantes venezolanos experimentan mayores niveles de discriminación a medida que se prolonga su permanencia en el país receptor, lo cual repercute negativamente en su bienestar general.

En contraste con estos antecedentes, los resultados del presente estudio evidencian una asociación positiva entre ambas variables, lo que podría interpretarse desde la presencia de procesos de resiliencia y afrontamiento psicológico en los migrantes venezolanos. En contextos de adversidad social, como la discriminación, algunos individuos desarrollan estrategias adaptativas que fortalecen aspectos de su identidad, autoaceptación o sentido de propósito, lo que puede contribuir a mantener o incluso reforzar ciertas dimensiones del bienestar psicológico. En este sentido, la discriminación percibida podría estar actuando como un estímulo que moviliza recursos personales y sociales orientados a la adaptación, permitiendo a los migrantes reconstruir su bienestar en medio de condiciones sociales complejas.

En cuanto al primer objetivo específico, que analizó la frecuencia de la discriminación percibida en los inmigrantes venezolanos, los resultados mostraron que una proporción considerable de la muestra experimenta discriminación en distintos ámbitos, como en el acceso al trabajo y en la interacción social. Esto es consistente con lo encontrado por Sánchez (2022) en Arequipa, quien documentó altos niveles de xenofobia y rechazo hacia los venezolanos, especialmente en contextos laborales y vecinales. Además, el estudio de Zepeda et al. (2016) en Chile también reveló altos niveles de discriminación percibida en migrantes latinoamericanos, sugiriendo que los venezolanos en el Perú no están exentos de esta problemática.

Respecto al segundo objetivo específico, que describió los niveles de bienestar psicológico en los inmigrantes venezolanos, los resultados indicaron que una mayoría de los migrantes reportaron un bienestar psicológico moderado a alto, con un porcentaje menor experimentando niveles bajos de bienestar. Este hallazgo coincide con estudios como el de Pérez (2020) en Lima, donde se observó que los migrantes venezolanos presentan una resiliencia notable, pero que sus niveles de bienestar psicológico pueden fluctuar debido a

factores externos como la discriminación. Además, la relación entre aculturación y bienestar psicológico en inmigrantes venezolanos en Lima, descrita por González et al. (2022), refuerza la idea de que los migrantes logran un bienestar psicológico moderado a pesar de las dificultades, apoyándose en factores protectores como la red de apoyo social.

En relación con el tercer objetivo específico, que comparó la discriminación y el bienestar psicológico según el sexo, los resultados sugieren que no hay diferencias significativas entre hombres y mujeres en cuanto a la percepción de discriminación y el bienestar psicológico. Este hallazgo está en línea con estudios previos, como el de Ron et al. (2021) en Quito, donde no se encontró una variabilidad significativa entre géneros respecto a la discriminación percibida y el bienestar emocional. Sin embargo, algunos estudios han señalado que las mujeres migrantes pueden enfrentar formas más intensas de discriminación en ciertos contextos debido a su género, como se evidenció en el trabajo de Martínez y López (2020) en Colombia, aunque esta tendencia no se replicó en la muestra de este estudio.

El cuarto objetivo específico de diferenciar la discriminación y el bienestar psicológico según el grupo etario reveló que los jóvenes experimentan más discriminación percibida que los adultos, lo cual podría estar relacionado con la vulnerabilidad asociada a su proceso de adaptación en un contexto de alta competencia laboral y social. Este hallazgo es coherente con investigaciones previas como las de Zepeda et al. (2016) en Chile, donde los migrantes jóvenes experimentan mayores barreras sociales debido a su falta de redes y su mayor visibilidad en el entorno local.

En cuanto al quinto objetivo específico, que buscó establecer la relación entre tiempo de residencia y la discriminación percibida, los resultados confirmaron que los migrantes con más tiempo de residencia en el Perú tienden a experimentar más discriminación. Este patrón es consistente con lo que se ha documentado en estudios como el de Ríos (2019) en Ecuador, donde se mostró que los migrantes con más tiempo en el país experimentan un

aumento en la percepción de discriminación, posiblemente debido a la mayor exposición a situaciones adversas. Esto sugiere que el tiempo de residencia puede ser un factor importante para comprender la intensificación de las experiencias discriminatorias, como también lo indican los estudios realizados por Vázquez et al. (2020).

Finalmente, en relación al sexto objetivo específico, que investigó la relación entre discriminación percibida y las dimensiones del bienestar psicológico, los resultados sugieren que la discriminación afecta principalmente las dimensiones de autoaceptación y dominio del entorno, lo que es consistente con los hallazgos de Flores (2023) en Lima, quienes observaron que la discriminación percibida puede reducir la sensación de control y afectividad en los migrantes, impactando su sentido de propósito y crecimiento personal. Además, la relación entre aculturación y bienestar en migrantes venezolanos también subraya la importancia de estos factores como elementos mediadores de la relación entre discriminación y bienestar psicológico (González et al., 2022).

Acorde al análisis realizado, los resultados obtenidos en este estudio son consistentes con la literatura existente, que destaca la interacción entre la discriminación percibida y el bienestar psicológico en poblaciones migrantes, particularmente en los inmigrantes venezolanos. Las investigaciones previas han señalado que la discriminación no solo afecta la salud mental de los migrantes, sino que también puede limitar su capacidad para adaptarse y prosperar en su entorno de acogida. Este estudio refuerza la importancia de abordar las experiencias de discriminación para promover el bienestar y la integración efectiva de los migrantes en las sociedades receptoras.

Conclusiones

Primera: Se concluye que existe una correlación positiva y significativa entre la discriminación percibida y el bienestar psicológico en inmigrantes venezolanos. A medida que aumenta la percepción de discriminación, se observa una tendencia al incremento del bienestar psicológico, lo cual rechaza la hipótesis planteada.

Segunda: No existe una tendencia marcada de discriminación percibida puesto que se ubica en un nivel medio.

Tercera: En cuanto a los niveles de bienestar psicológico, la mayoría de los participantes presentó niveles moderados a altos, lo que sugiere que, a pesar de las adversidades relacionadas con la migración y la discriminación, muchos inmigrantes venezolanos mantienen un nivel de bienestar relativamente alto.

Cuarta: No hubo diferencias significativas entre hombres y mujeres en relación con la discriminación percibida y el bienestar psicológico.

Quinta: No hubo diferencias significativas en el nivel de discriminación entre los grupos etarios de jóvenes y adultos.

Sexta: El tiempo de residencia en el Perú está positivamente relacionado con la discriminación percibida. A medida que los migrantes llevan más tiempo en el país, tienden a experimentar más discriminación. De igual forma existe una relación positiva entre la variable tiempo de residencia y el bienestar psicológico, un hallazgo importante que puede ser producto de la capacidad de los inmigrantes para adaptarse y sobreponerse aun en situaciones desfavorables.

Séptima: La discriminación percibida afecta principalmente a la dimensión de autoaceptación, propósito en la vida y dominio del entorno.

Sugerencias

Primera: Dado que se encontró una relación positiva entre discriminación percibida y bienestar psicológico, se sugiere realizar investigaciones futuras que exploren el papel de factores mediadores como la resiliencia, el afrontamiento activo y el apoyo social, con el fin de comprender cómo estas variables pueden transformar experiencias negativas en recursos para el fortalecimiento personal y colectivo de los migrantes. Asimismo, es recomendable implementar programas psicosociales que potencien dichas capacidades en la población venezolana residente en el Perú.

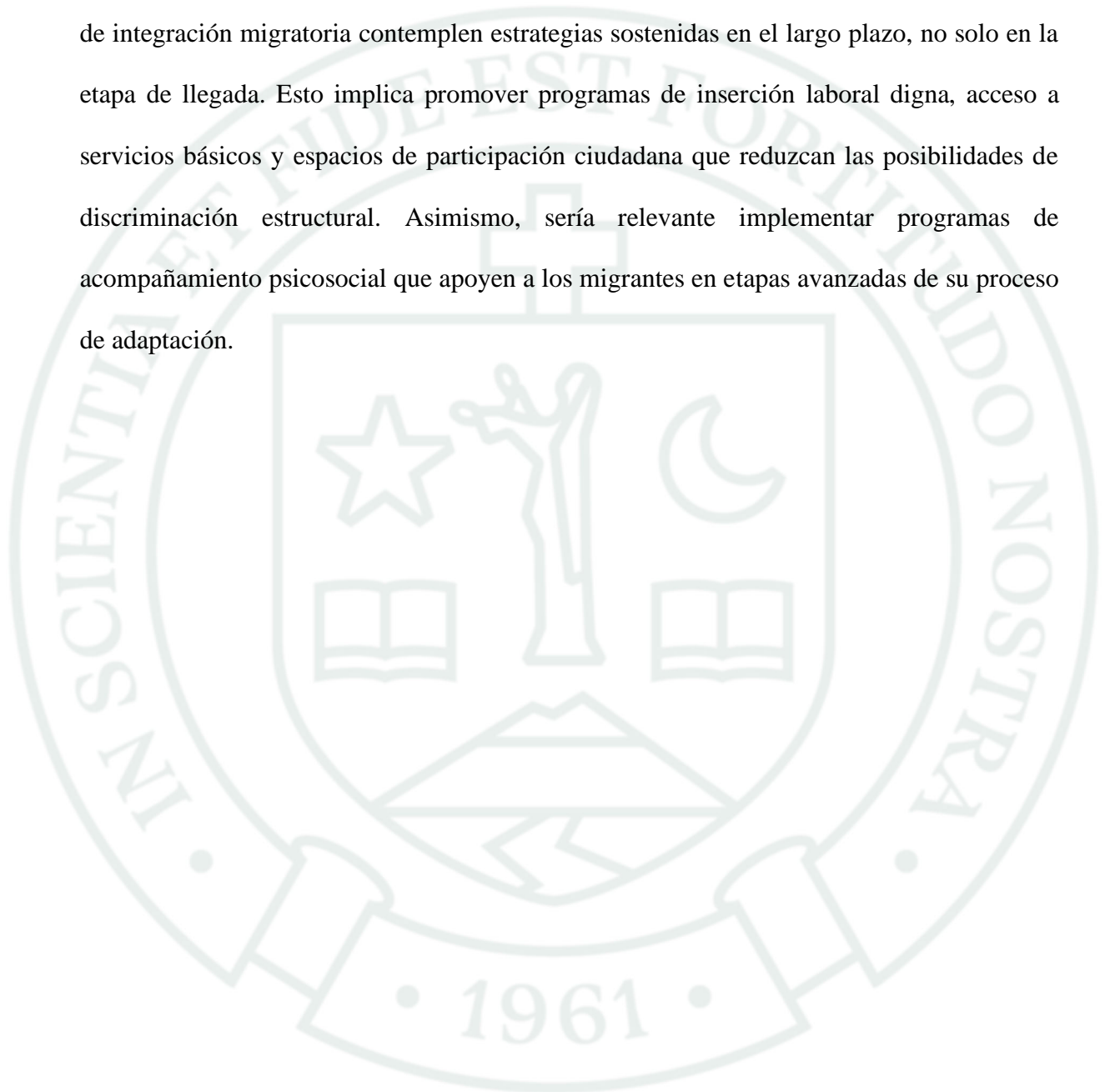
Segunda: Ante la prevalencia de niveles moderados de discriminación, se sugiere a la Gerencia Regional de Salud de Arequipa desarrollar campañas de sensibilización comunitaria y programas de educación intercultural orientados a reducir actitudes xenófobas y prácticas discriminatorias en los espacios laborales, educativos y comunitarios. Además, sería pertinente fortalecer mecanismos de denuncia y protección para garantizar los derechos de los migrantes en situaciones de exclusión.

Tercera: Dado que la mayoría de los participantes reportó niveles altos de bienestar, se recomienda potenciar y mantener dichos recursos a través de talleres de resiliencia, apoyo psicológico grupal y espacios de integración cultural en los diferentes Centros de Salud Mental Comunitarios de la ciudad de Arequipa. Estas intervenciones deberían centrarse en consolidar redes de apoyo social y comunitario que actúen como factores protectores frente a las dificultades del proceso migratorio.

Cuarta: Al no encontrarse diferencias significativas entre hombres y mujeres en los niveles de bienestar, se sugiere que las intervenciones psicosociales y las políticas públicas se diseñen con un enfoque inclusivo y transversal, priorizando las condiciones de vulnerabilidad compartidas por los migrantes, sin necesidad de segmentarlas estrictamente por género. Sin embargo, se recomienda que futuros estudios profundicen en posibles

desigualdades de género en subgrupos específicos, como mujeres en situación de maternidad o varones en condiciones laborales precarias.

Quinta: Dado que la discriminación tiende a incrementarse con el tiempo de residencia, se recomienda a la Superintendencia Nacional de Migraciones que las políticas de integración migratoria contemplen estrategias sostenidas en el largo plazo, no solo en la etapa de llegada. Esto implica promover programas de inserción laboral digna, acceso a servicios básicos y espacios de participación ciudadana que reduzcan las posibilidades de discriminación estructural. Asimismo, sería relevante implementar programas de acompañamiento psicosocial que apoyen a los migrantes en etapas avanzadas de su proceso de adaptación.



Limitaciones

Las limitaciones presentes en el estudio corresponden primero, al uso exclusivo de autoinformes como técnica de recolección de datos. Este tipo de instrumentos puede estar sujeto a sesgos de deseabilidad social o a interpretaciones subjetivas de los ítems. Sería recomendable complementar estos métodos con entrevistas en profundidad o técnicas cualitativas que brinden una comprensión más integral del fenómeno.

Asimismo, debe señalarse que la investigación se centró únicamente en dos variables principales, discriminación percibida y bienestar psicológico. Si bien estas son de gran relevancia, otras variables contextuales y personales como nivel socioeconómico, situación laboral, redes de apoyo o resiliencia podrían influir de manera significativa en la relación observada, y su ausencia en el análisis constituye una limitación en la comprensión total del problema.

Por otro lado el limitado acceso a la población de estudio fue una barrera en la investigación pues muchas de las personas referidas no aceptaban ser parte de las encuestas por diferentes circunstancias como temor o desconfianza.

Referencias

- Abrill, D. E. (2023). Xenofobia experimentada en los vecinos de nacionalidad venezolana de la residencial Bella Vista del distrito de Miraflores de Arequipa y resentimiento como consecuencia [Tesis de licenciatura en psicología, Universidad Católica de Santa María]. Repositorio Institucional Universidad Católica de Santa María.
- Aculturación, bienestar subjetivo y calidad de vida. Ikuspegi-Itxaropena, S.A. (Eds.).
- American Psychological Association. (2016). Ethical principles of psychologists and code of conduct.
- Anderson, K. A., Fields, N. L., Cassidy, J., & Peters-Beumer, L. (2022). Purpose in life: A reconceptualization for very late life. *Journal of Happiness Studies*, 23(5), 2337–2348.
- Antsaklis, P. (2020). Autonomy and metrics of autonomy. *Annual Reviews in Control*, 49, 15–26.
- Arana, M., (2019). La relación entre aculturación, ciudadanía y bienestar percibido en inmigrantes venezolanos en Lima, Perú [Tesis, Pontificia Universidad Católica del Perú]. <http://hdl.handle.net/20.500.12404/15376>
- Aravena, V., González, F., & Mora, R. (2019). La discriminación percibida, la empleabilidad y el bienestar psicológico en los inmigrantes latinoamericanos en Chile. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 19(3), 193–202. https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S1576-59622019000300009&script=sci_arttext
- Arce González, M. A., Pérez-Borroto Oliva, D. B., Mayea González, S. D. L. C., Otero Ramos, I. M., Guerra Morales, V. M., & Molerio Pérez, O. (2023). Validación de la Escala de Bienestar Psicológico de Carol Ryff, en adultos mayores cubanos. *Medicentro Electrónica*, 27(2).
- Ayika, D., Dune, T., Firdaus, R., & Mapedzahama, V. (2018). A qualitative exploration of post-migration family dynamics and intergenerational relationships. *SAGE Open*, 8(4). <https://doi.org/10.1177/2158244018811752>
- Babnik, K., Benko, E., von Humboldt, S. (2021). Ryff's Psychological Well-Being Scale.
- Banks, K. H., Kohn-Wood, L. P., & Spencer, M. (2006). An examination of the African American experience of everyday discrimination and psychological well-being. *Community Mental Health Journal*, 42(6), 555–570.

- Basabe, N., & Bobowik, M. (2013). Estatus grupal, discriminación y adaptación en inmigrantes latinoamericanos y africanos en España. *Psicoperspectivas*, 12(1), 5–29.
- Basabe, N., Páez, D., Aierdi, X., & Jiménez-Aristizabal, A. (2009). Salud e inmigración:
- Bender, M., van Osch, Y., He, J., Güngör, D. and Eldja, A. (2022), The role of perceived discrimination in linking religious practices and well-being: A study among Muslim Afghan refugees in the Netherlands. *Int J Psychol*, 57: 445-455. <https://doi.org/10.1002/ijop.12854>
- Cañizález, A., & Jiménez, I. (2023). Migrantes venezolanos en Perú: ¿Ciudadanía limitada? *Contratexto*, (40), 55–73. <https://doi.org/10.26439/contratexto2023.n40.6445>
- Caqueo-Urizar, A., Henríquez, D., & Urzúa, A. (2024). El efecto de la discriminación sobre la autoeficacia y la satisfacción con la vida de los niños y adolescentes migrantes. *Límite (Arica)*, 19, 0-0.
- Cárdenas, P., Moreno, O., & Hinojosa, A. (2020). Migrantes venezolanos en Arequipa: Motivación y proyecto migratorio. *Illustra*, 11(1), 67–80.
- Cebolla Boado, H., & Suárez-Vergne, Á. (2025). Bienestar psicológico y resiliencia de los inmigrantes en crisis sociales emergentes. *Revista Española de Investigaciones Sociológicas*, (190), 89–110. <https://doi.org/10.5477/cis/reis.190.89-110>
- Defensoría del Pueblo. (2007). *Directiva Defensorial N.º 002-2007-DP: Actuación de la Defensoría del Pueblo en los casos de conflictos sociales*. Defensoría del Pueblo. https://www.defensoria.gob.pe/wp-content/uploads/2018/05/dd_002_07.pdf
- Díaz-Amador, Y., Manuel-Reyes, V., & Soto-Rodríguez, M. (2025). Discriminación percibida, nivel de afrontamiento, adaptación y bienestar psicológico del inmigrante. Salinas, Ecuador. *Enfermería Global*, 24(75).
- Duche-Pérez, A. B., Ruiz-Fernández, Y. R., & Peralta-Valencia, V. D. M. (2023). Venezuelan immigration and social stigmatization in Peru: Individual and social perception of the Peruvian population. *Techno Review: International Technology, Science and Society Review/Revista Internacional de Tecnología, Ciencia y Sociedad*, 15(1), 21–38.
- Durand, J. (2020). La migración venezolana en América Latina: Entre la vulnerabilidad y la resistencia. *Revista Latinoamericana de Población*, 14(27), 7-35. <https://doi.org/10.31406/relap2020.v14.i1.n27.1>
- Firat, M., & Noels, K. A. (2021). Perceived discrimination and psychological distress among immigrants to Canada: The mediating role of bicultural identity orientations. *Group*

Processes & Intergroup Relations, 25(4), 941–963.

<https://doi.org/10.1177/1368430221990082>

Flores, A. (2023). *Resiliencia, discriminación percibida y bienestar psicológico en venezolanos residentes en Lima Metropolitana* [Tesis de licenciatura, Universidad César Vallejo]. Repositorio UCV. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/149550>

Freier, L., & Pérez, L. (2021). Nationality-Based Criminalisation of South-South Migration: the Experience of Venezuelan Forced Migrants in Peru. *European Journal on Criminal Policy and Research*, 27, 113 - 133. <https://doi.org/10.1007/s10610-020-09475-y>.

Friedman, D. (2023). Autonomy. *Victorian Literature and Culture*, 51(3), 359–362. <https://doi.org/10.1017/S1060150323000050>

Gabarrell-Pascuet, A., Lloret-Pineda, A., Franch-Roca, M., Mellor-Marsa, B., AlosBelenguer, M. d. C., et al. (2023). Impact of perceived discrimination and coping strategies on well-being and mental health in newly-arrived migrants in Spain.

García-Alandete, J. (2014). Psicología positiva, bienestar y calidad de vida. *En-claves del pensamiento*, 8(16), 13–29.

Giménez-Gualdo, A., & Barrera, M. (2021). Bienestar psicológico y resiliencia de los inmigrantes en crisis sociales emergentes. *Revista Española de Investigaciones Sociológicas*, 173(1), 75–92. <https://reis.cis.es/index.php/reis/article/view/2358>

Gleeson, C., Frost, R., Sherwood, L., Shevlin, M., Hyland, P., Halpin, R., ... Silove, D. (2020). Post-migration factors and mental health outcomes in asylum-seeking and refugee populations: A systematic review. *European Journal of Psychotraumatology*, 11(1). <https://doi.org/10.1080/20008198.2020.1793567>

Grundy-López, R. E., Duche-Pérez, A. B., Hillpa-Zuñiga, M. E., Escobar-Juárez, A. M., Paredes-Velazco, R., & Aguilar-Gonzales, H. E. (2024). Stigmatization and perceptions of Venezuelan migrants in Peru in the context of Venezuela's political and economic crisis. *Journal of Infrastructure, Policy and Development*, 8(1), Article 9857. <https://systems.enpress-publisher.com/index.php/jipd/article/view/9857>

Gunawan, Y., Amrullah, A., & Fauzi, M. (2023). Discrimination On The Immigrants: Migration Venezuelan To The Colombia. *YURISDIKSI : Jurnal Wacana Hukum dan Sains*. <https://doi.org/10.55173/yurisdiksi.v18i4.88>.

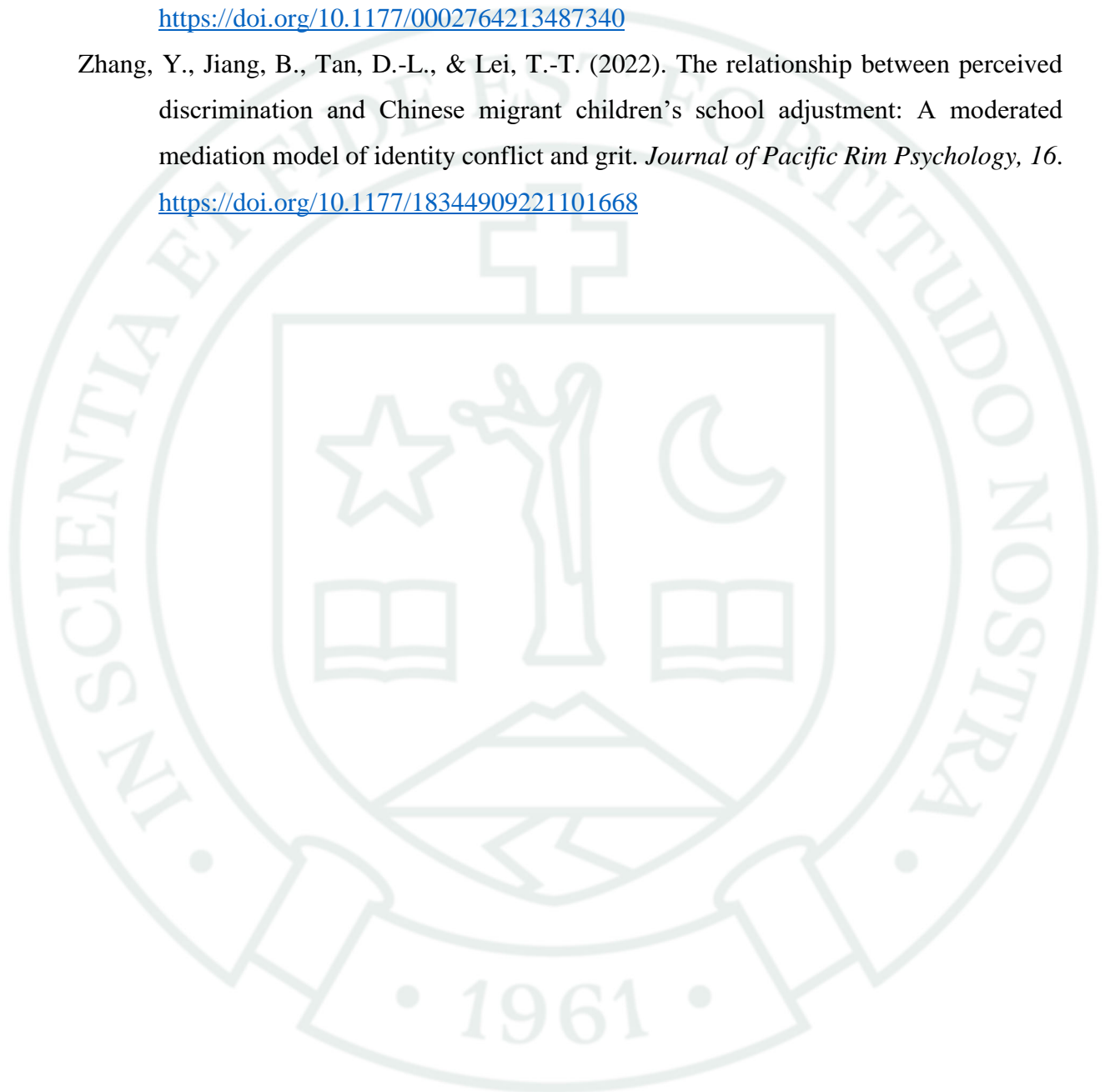
- Gutiérrez, P. (2020). *Xenofobia experimentada en vecinos venezolanos en Arequipa y resentimiento como consecuencia* [Tesis de licenciatura, Universidad Católica de Santa María]. Repositorio UCSM. <https://repositorio.ucsm.edu.pe/handle/20.500.12953/1312>
- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, P. (2014). *Metodología de la investigación* (6.a ed.). McGraw-Hill. <https://doi.org/10.1080/02134748.2019.1668765>
- In: Gu, D., Dupre, M.E. (eds) *Encyclopedia of Gerontology and Population Aging*.
- Henríquez, D., Urzúa, A., & Caqueo-Urizar, A. (2023). El efecto de la discriminación en la salud mental en población chilena. *Terapia Psicológica*, 41(3).
- Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI). (2023). *Encuesta nacional de hogares sobre migración y desplazamiento forzado*. Lima, Perú: INEI.
- Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719-727. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719>
- Kateri, E., Papastylianou, D., & Karademas, E. (2021). Perceived Discrimination and Psychological Well-Being Among Immigrants Living in Greece: Separation as Mediator and Interdependence as Moderator. *Europe's Journal of Psychology*, 18, 70 - 83. <https://doi.org/10.5964/ejop.1531>.
- Költő, A., Gavin, A., Vaughan, E., Molcho, M., Kelly, C., & Nic Gabhainn, S. (2023). Perceived discrimination among adolescents in Ireland. *Health Education & Behavior*, 50(2), 193–198.
- Mera-Lemp, M. J., Bilbao, M., & Martínez-Zelaya, G. (2020). Discriminación, aculturación y bienestar psicológico en inmigrantes latinoamericanos en Chile.
- Mesch, G., Turjeman, H., & Fishman, G. (2008). Perceived Discrimination and the Well-being of Immigrant Adolescents. *Journal of Youth and Adolescence*, 37, 592-604. <https://doi.org/10.1007/S10964-007-9210-6>.
- Muñoz Arroyave, C. O., Cardona Arango, D., Restrepo-Ochoa, D. A., & Calvo, A. C. (2022). Salud mental positiva: entre el bienestar y el desarrollo de capacidades. *CES Psicología*, 15(2), 151–168.
- Nacional de Migraciones. <https://www.gob.pe/es/i/4581630>
- Okumura, A., Espinoza, M. D. C., Boudesseul, J., & Heimark, K. (2022). Venezuelan forced migration to Peru during sociopolitical crisis: An analysis of perceived social support and emotion regulation strategies. *Journal of International Migration and Integration*, 1–34.

- Peña Pinzón, J. A., Gómez-Berrocal, C., & Fernández Parra, A. (2014). Autoconcepto y ajuste psicológico en una muestra de inmigrantes latinoamericanos. *Integración Académica en Psicología*, 2(3), 31–39. <https://integracion-academica.org/attachments/article/73/Autoconcepto%20y%20ajuste%20psicol%C3%B3gico%20inmigrantes.pdf>
- Pilco Guadalupe, G. A., & Pilco Guadalupe, D. F. (2023). Bienestar psicológico y autoestima de migrantes venezolanos residentes en Riobamba – Ecuador: Psychological well-being and self-esteem of Venezuelan migrants living in Riobamba – Ecuador. *LATAM Revista Latinoamericana De Ciencias Sociales Y Humanidades*, 4(2), 289–302. <https://doi.org/10.56712/latam.v4i2.611>
- Pilipenko, T. S. (2020). Self-acceptance as a personal resource of resiliency. *Sotsialnye i gumanitarnye nauki na Dalnem Vostoke*, 17(4), 40–44.
- Pilipenko, T. S. (2021). Self-Acceptance: From personal characteristics to the Characteristics of a Subject. *Evidence-based education studies*, (2), 54–59. PLOS ONE, 18(12), e0294295. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0294295>
- Psychological Bulletin, 140(4), 921–948. <https://doi.org/10.1037/a0035754>
- Ramírez, M., & Silva, L. (2020). Discriminación, aculturación y bienestar psicológico en inmigrantes latinoamericanos en Chile. *Estudios de Psicología*, 41(1), 75–94. https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0719-05812020000100065
- Revista de Psicología, 29(1), 1–19. <http://dx.doi.org/10.5354/0719-0581.2020.55711>
- Rivas Avila, Y. J., & Mosqueda Padrón, L. (2020). Crecimiento personal: Acercamiento dialéctico materialista e histórico cultural para su comprensión teórica, conceptual, metodológica y práctica. *Revista Cognosis*, 5(4), 125–146. <https://doi.org/10.33936/cognosis.v5i4.2110>
- Rodríguez, J., & Torres, D. (2025). Discriminación percibida, nivel de afrontamiento, adaptación y bienestar psicológico del inmigrante en Salinas, Ecuador. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 25(1), 1–15. https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1695-61412025000100009
- Rodriguez, V. E., Enriquez, L. E., Ro, A., & Ayón, C. (2023). Immigration-Related Discrimination and Mental Health among Latino Undocumented Students and U.S. Citizen Students with Undocumented Parents: A Mixed-Methods Investigation.

- Journal of Health and Social Behavior*, 64(4), 593–609.
<https://doi.org/10.1177/00221465231168912>
- Rojas, C. (2019). *La relación entre aculturación, ciudadanía y bienestar percibido en inmigrantes venezolanos en Lima, Perú* [Tesis de maestría, Pontificia Universidad Católica del Perú]. Repositorio PUCP.
<https://tesis.pucp.edu.pe/handle/20.500.12404/15072>
- Rozas Calderón, V., & Enciso Sotomayor, E. (2025). Bienestar psicológico: una revisión teórica. *Revista Vive*, 8(22), 250–265. <https://doi.org/10.33996/revistavive.v8i22.374>
- Rueda-López, R., Aja-Valle, J., García-García, L., & Vázquez-García, M. J. (2024). La influencia del liderazgo inclusivo sobre el bienestar laboral de las personas trabajadoras. *Revista Galega de Economía*. <https://doi.org/10.15304/rge.33.1.9412>
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited.
- Salaberria Irizar, K., & Sánchez Haro, A. D. V. (2017). Estrés migratorio y salud mental. *Behavioral Psychology/Psicología Conductual*, 25(2).
- Salas, F., Valenzuela, J., & Contreras, M. (2024). El efecto de la discriminación sobre la autoeficacia y la satisfacción con la vida de niños y adolescentes migrantes. *Revista Chilena de Psicología*, 15(1), 1–19.
https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-50652024000100203
- Scheitle, C. P., Bolger, D., Daniels, D., & Ecklund, E. H. (2023). The connection between perceived workplace discrimination and viewing work as a spiritual calling. *Journal for the Scientific Study of Religion*. <https://doi.org/10.1111/jssr.12842>
- Schmitt, M. T., Branscombe, N. R., Postmes, T., & Garcia, A. (2014). The consequences of perceived discrimination for psychological well-being: A meta-analytic review.
- Seijas, J. C., & Bolívar, A. (2019). Discriminación, estrés y bienestar psicológico en migrantes venezolanos. *Revista de Psicología Social*, 34(4), 621-634.
- Shayuk, O., Pidhurska, M., & Shayuk, Y. (2023). Unconditional personal self-acceptance as a humanistic trait of a psychologist. *Psychology & Society*, (2), 221–232.
Springer, Cham. https://doi.org/10.1007/978-3-030-22009-9_89
- St-Pierre, S., Tardif-Grenier, K., & Villatte, A. (2021). Which Anxiety Symptoms are Associated with Perceived Ethnic Discrimination in Adolescents With an Immigrant Background? *Canadian Journal of School Psychology*, 37(2), 175–188.
<https://doi.org/10.1177/08295735211039944>

- Sulmont Haak, D. (2005). Encuesta nacional sobre exclusión y discriminación social. Informe final de análisis de resultados. National survey of social exclusion and discrimination: Final report of analysis of results]. Report, Estudio para la Defensa de los Derechos de la Mujer, Lima. http://departamento.pucp.edu.pe/cienciassociales/files/2012/06/Encuesta_discriminacionDavidSulmont.pdf.
- Superintendencia Nacional de Migraciones. (2023). Características sociodemográficas de la migración venezolana en el Perú, enero 2016 – junio 2023. Superintendencia
- Toyama, M. (2022). Longitudinal associations between personal growth and cognitive functioning in adulthood. *Innovation in Aging*, 6(Supplement_1), 548–549. <https://doi.org/10.1093/geroni/igac059.2078>
- Trudel-Fitzgerald, C., Millstein, R. A., von Hippel, C., von Hippel, C., Howe, C. J., Tomasso, L. P., Wagner, G. R., & VanderWeele, T. J. (2019). Psychological well-being as part of the public health debate? Insight into dimensions, interventions, and policy. *BMC Public Health*. <https://doi.org/10.1186/S12889-019-8029-X>
- Ubach, L. I., & Santacana, F. I. (2016). Discriminación percibida, afrontamiento y salud mental en migrantes peruanos en Santiago de Chile. *Psicoperspectivas*, 15(1), 157–168.
- Urzúa, A., Baeza-Rivera, M., & Caqueo-Urizar, A. (2016). Discriminación percibida, afrontamiento y salud mental en migrantes peruanos en Santiago de Chile. *Revista Chilena de Salud Pública*, 20(1), 32–41. https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-69242016000100014
- Urzúa, A., Caqueo-Urizar, A., Henríquez, D., Domic, M., Acevedo, D., Ralph, S., ... & Tang, D. (2021). Ethnic identity as a mediator of the relationship between discrimination and psychological well-being in south—south migrant populations. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(5), 2359.
- Urzúa, A., Ferrer, R., Godoy, N., Leppes, F., Trujillo, C., Osorio, C., & Caqueo-Urizar, A. (2018). The mediating effect of self-esteem on the relationship between perceived discrimination and psychological well-being in immigrants. *PLoS ONE*, 13. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0198413>.
- Vázquez, J. L., & Mena, N. M. (2020). La activación de la inmigración: capacidades y agencia de los migrantes. *Migraciones. Publicación del Instituto Universitario de Estudios sobre Migraciones*, (48), 1–20.

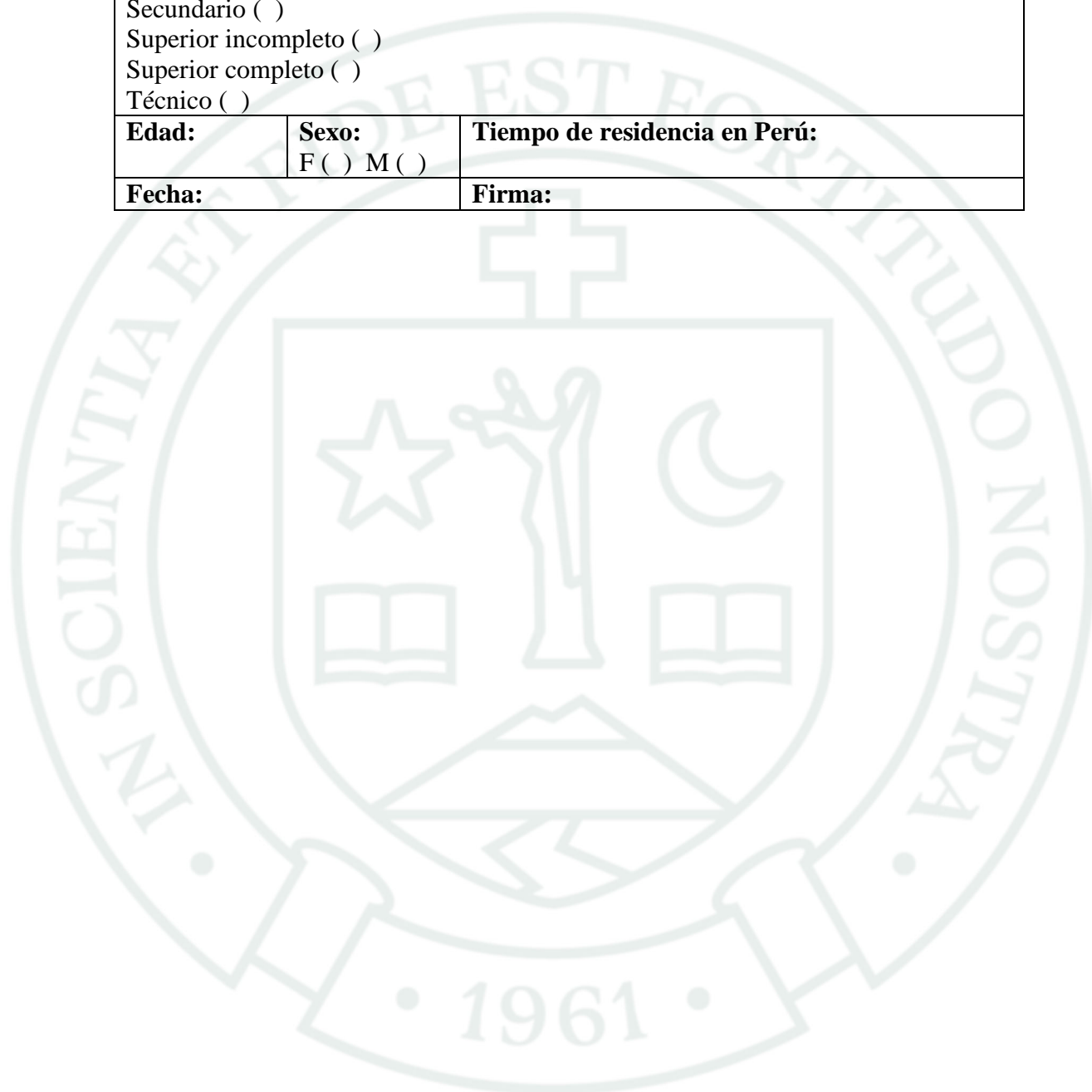
- Vergara, M., & Rosas, F. (2020). Impacto de la discriminación en el bienestar psicológico de los migrantes venezolanos en Perú. *Estudios de Psicología*, 41(2), 147-163. <https://doi.org/10.1080/02109395.2020.1724667>
- Williams, D. R., & Mohammed, S. A. (2019). Racism and health I: Pathways and scientific evidence. *American Behavioral Scientist*, 57(8), 1152-1173. <https://doi.org/10.1177/0002764213487340>
- Zhang, Y., Jiang, B., Tan, D.-L., & Lei, T.-T. (2022). The relationship between perceived discrimination and Chinese migrant children's school adjustment: A moderated mediation model of identity conflict and grit. *Journal of Pacific Rim Psychology*, 16. <https://doi.org/10.1177/18344909221101668>



ANEXOS

Anexo 1 Ficha sociodemográfica

Grado de instrucción: Primario () Secundario () Superior incompleto () Superior completo () Técnico ()		
Edad:	Sexo: F () M ()	Tiempo de residencia en Perú:
Fecha:	Firma:	



Anexo 2
Consentimiento informado

Consentimiento informado

Estimado/a participante:

Le invitamos a participar en esta investigación, cuyo objetivo es explorar la relación entre la discriminación percibida y el bienestar psicológico en inmigrantes venezolanos. Antes de decidir participar, le pedimos que lea atentamente la siguiente información, la cual describe en detalle los aspectos clave del estudio y sus derechos como participante: Si decide participar, se le solicitará que complete un cuestionario anónimo sobre sus experiencias y su bienestar psicológico. Esta actividad tomará aproximadamente entre 15 y 20 minutos. Su participación es voluntaria y los datos proporcionados serán tratados con absoluta confidencialidad. Si en algún momento desea detenerse, puede hacerlo sin ninguna consecuencia. Al participar, estará contribuyendo al conocimiento y entendimiento de factores importantes que afectan el bienestar de la comunidad inmigrante.

Declaro que he leído y comprendido la información proporcionada, y estoy de acuerdo en participar en este estudio bajo los términos expuestos.

Anexo 3
Escala de Discriminación

Escala de Discriminación Experimentada

En su vida diaria, ¿Qué tan a menudo le pasa alguna de las siguientes situaciones?	Siempre	Casi siempre	Algunas veces	Casi nunca	Nunca	NS/NR
Usted es tratado con menos respeto que otras personas						
Usted recibe un servicio inferior al de otras personas en tiendas o restaurantes						
La gente se comporta como si pensara que usted no es inteligente						
La gente se comporta como si tuviera miedo de usted						
La gente se comporta como si usted fuera deshonesto						
La gente se comporta como si ellos fueran mejores que usted						
Usted es insultado o le ponen apodosos respectivos						
Usted amenazado o acosado						

Anexo 4

Escala de Bienestar Psicológico

Escala de Bienestar Psicológico

Este instrumento es estrictamente confidencial. A continuación, se le presentarán 39 afirmaciones. Le pedimos que conteste con sinceridad cada uno de los ítems marcando con una (X) la opción que mejor describe lo que pensó o sintió durante el último mes. (No hay respuesta correcta o incorrecta, todas sirven).

Nº	Ítems	Totalmente en Desacuerdo	En Desacuerdo	Algunas veces de acuerdo	Frecuentemente de acuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
1	Cuando analizo la historia de mi vida, me siento satisfecho de cómo han resultado las cosas.						
2	A menudo me siento solo porque tengo pocos amigos íntimos con quienes comparto mis preocupaciones.						
3	Expreso fácilmente mis opiniones, incluso cuando son opuestas a las opiniones de la mayoría de las personas.						
4	Me preocupa cómo otras personas evalúan las elecciones que he hecho en mi vida						
5	Me resulta difícil dirigir mi vida hacia un camino que me satisfaga.						
6	Disfruto haciendo planes para el futuro y trabajar para hacerlos realidad.						
7	En general, me siento seguro y positivo conmigo mismo.						
8	No cuento con muchas personas que quieran escucharme cuando necesito hablar.						
9	Tiendo a preocuparme por lo que los demás piensan de mí.						
10	Me juzgo por lo que pienso que es importante, no por lo que otros piensan que es importante.						
11	Soy parte de una familia y he construido un modo (estilo) de vida a mi gusto.						
12	Soy una persona activa cuando realizo los proyectos que me propongo.						
13	Si tuviera la oportunidad, cambiaría muchas cosas de mí mismo.						
14	Siento que mis amistades me aportan muchas cosas.						
15	Tiendo a dejarme influenciar por personas con opiniones firmes.						
16	En general, siento que soy responsable de la situación en la que vivo.						
17	Me siento bien cuando pienso lo que he hecho en el pasado y lo que espero hacer en el futuro.						
18	Mis objetivos en la vida han sido más una fuente de satisfacción que de frustración para mí.						
19	Me gusta la mayor parte de los aspectos de mi personalidad.						

N°	Items	Totalmente en Desacuerdo	En Desacuerdo	Algunas veces de acuerdo	Frecuentemente de acuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
20	Me parece que la mayor parte de las personas tienen más amigos que yo.						
21	Tengo confianza en mis opiniones incluso si son contrarias al consenso general.						
22	Las demandas de la vida diaria a menudo me deprimen.						
23	Tengo clara la dirección y objetivo de mi vida.						
24	Conforme pasa el tiempo siento que sigo aprendiendo más sobre mí mismo.						
25	En muchos aspectos, me siento decepcionado de mis logros en la vida.						
26	He experimentado muchas relaciones cercanas y de confianza.						
27	Me resulta difícil expresar mis opiniones en temas controvertidos.						
28	Soy bastante eficiente, manejando mis responsabilidades diarias.						
29	No tengo claro qué es lo que intento conseguir en la vida.						
30	Hace mucho tiempo; que dejé de hacer cambios importantes en mi vida.						
31	Me siento orgulloso de quién soy y de la vida que llevo.						
32	Sé que puedo confiar en mis amigos, y ellos saben que pueden confiar en mí.						
33	Siento que con el tiempo me he desarrollado mucho como persona.						
34	No quiero intentar nuevas formas de hacer las cosas; mi vida está bien como está.						
35	Las experiencias nuevas me desafían a replantear lo que pienso sobre mí mismo y el mundo.						
36	Pensándolo bien, con los años no he mejorado mucho como persona.						
37	A menudo cambio mis decisiones si mis amigos o mi familia están en desacuerdo.						
38	Para mí, la vida ha sido un proceso continuo de aprendizaje, desarrollo y crecimiento.						
39	Si no fuera feliz en mi vida, tomaría medidas efectivas para cambiarla.						