Окончила Евлашевскую среднюю школу. В 1978 году Лидия Ерохина с отличием окончила Московский технологический институт по специальности «инженер-экономист». После окончания аспирантуры была направлена в Тольяттинский филиал института, где, начиная с 1982 года, поочередно работала ассистентом, преподавателем, заведующим кафедрой, проректором по учебной работе. В 1995 году стала ректором Поволжского государственного университета сервиса. Лидия Ивановна доктор экономических наук, профессор, заслуженный работник высшей школы РФ, член-корреспондент Российской академии естественных наук и академик Российской академии проблем качества.Она является автором более 150 научных и методических работ, в том числе 9 монографий, 14 учебников и учебных пособий с грифом МОиН. Подготовила 21 кандидата и 3 докторов наук. Лидия Ивановна Обладатель званий «Заслуженный работник высшей школы РФ», «Почётный работник высшей школы». В 2003 году награждена медалью ордена «За заслуги перед Отечеством» II степени. В 2002 году Российская академия бизнеса и предпринимательства назвала Лидию Ивановну Ерохину «женщиной-успехом». Она является обладателем международной премии «The United Europe» 2005 года — «за вклад в развитие европейской интеграции и личные профессиональные достижения».1 июня 2006 года за заслуги перед городом Тольятти и личный вклад в развитие системы образования и научного потенциала города Лидия Ерохина награждена Почётным знаком мэра города Тольятти «За заслуги перед городом Тольятти».В 2009 году Лидия Ивановна была удостоена почетного звания «Ректор года».