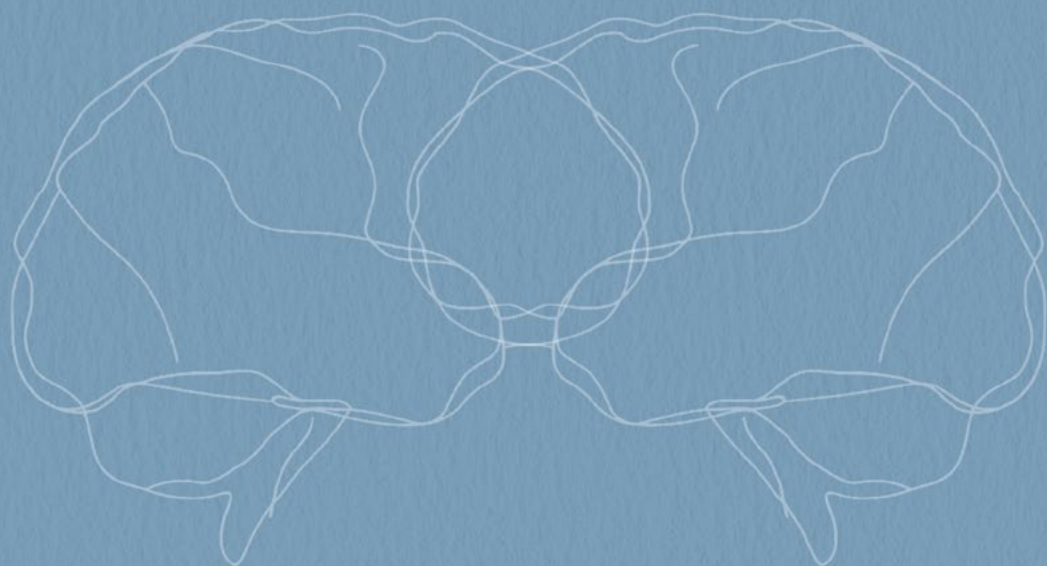




PSICOLOGÍA Y EDUCACIÓN

Estrategias de aprendizaje y salud mental
en contextos académicos



Religación
Press

Harol Marcial Castillo Del Valle
Jorge Luis Pozo Chele
Johanna Lilibeth Alcivar Ponce

Coordinadores



Psicología y educación

*Estrategias de aprendizaje y salud mental en
contextos académicos*

Harol Marcial Castillo Del Valle

Jorge Luis Pozo Chele

Johanna Lilibeth Alcivar Ponce

Quito, Ecuador
2025

Psychology and Education.
Learning Strategies and Mental Health in Academic
Contexts

Psicologia e educação.
Estratégias de aprendizagem e saúde mental em
contextos académicos

Religación Press

[Ideas desde el Sur Global]

Equipo Editorial / Editorial team

Ana B. Benalcázar

Editora Jefe / Editor in Chief

Felipe Carrión

Director de Comunicación / Scientific Communication Director

Melissa Díaz

Coordinadora Editorial / Editorial Coordinator

Sarahi Licango Rojas

Asistente Editorial / Editorial Assistant

Consejo Editorial / Editorial Board

Jean-Arsène Yao, Dilrabo Keldiyorovna Bakhronova, Fabiana Parra, Mateus Gam-
ba Torres, Siti Mistima Maat, Nikoleta Zampaki, Silvina Sosa

Religación Press, es parte del fondo editorial del Centro de Investigaciones CICSHAL-
RELIGACIÓN | Religación Press, is part of the editorial collection of the CICSHAL-
RELIGACIÓN Research Center |

Diseño, diagramación y portada | Design, layout and cover: Religación Press.

CP 170515, Quito, Ecuador. América del Sur.

Correo electrónico | E-mail: press@religacion.com

www.religacion.com

Disponible para su descarga gratuita en | Available for free download at | <https://press.religacion.com>

Este título se publica bajo una licencia de Atribución 4.0 Internacional (CC BY 4.0)

This title is published under an Attribution 4.0 International (CC BY 4.0) license.



Derechos de autor | Copyright: *Religación Press, Harol Marcial Castillo Del Valle, Jorge Luis Pozo Chele, Johanna Lilibeth Alcivar Ponce; Djalmar Gamaliel Rosales Rosales, Naydelin Irina Mora Canteral, Yamile Sarela Bone San Andrés, Janeth Leonela Roca fuerte González, George Steeven Merejildo Pincay, Estefania Michelle Rodríguez Borbor, Lady Julissa Roca Panimboza, Danna Fiorella Rodríguez Domínguez, Daniela Paola Córdova Suarez, Miryan Rocio Ushigua Calapucha, Jordelyn Rosa Tomalá Rodríguez, Ingrid Denisse Tigrero Láinez, Anahí Isabela Cepeda Chele, Kristel Natalia Quimi Soriano, Gabriela Roxana Malavé González, Oliver Samuel Merejildo Andrade, Ronny Xavier Balón Escalante, Solange Nereida González Cochea, Allan Josué Martinetty De la Rosa, Annabel Cristina Pilligua Borbor, Genesis Jamileth Reyes Clemente, Nataly Jazmín Angel Figueroa, Brithany Tahyli Balon Romero, Valeria Sophia Villavicencio García, Brigitte Anahis Zamora Hernández, Ronald Javier Orrala Balón, Ericka Dennisse Santillán Figueroa, Karelis Edith Galarza Solórzano, Giuliana Nayheli Soria Calderón, Génesis Ximena Zambrano Orrala, Evelyn Vanessa Cevallos Moreira, Dennise Leizer Icaza Flores, Veronica Benita Cevallo Ávila, Evelin Lisette Muñoz Rivera, Freddy David Orrala Domínguez, Bryan Adrián Avilés Pozo, Laura Ríos Giraldo, Alicia Fátima González Láinez, Scarley Monserrate Tomalá Santiana, Naidelyn Geraldine Beltrán Veliz, María Fernanda Tomalá Malavé, César Andrés Chanalath Solano, Melanie Anahí Suárez Orrala, Jenny Katherine Santos Guillen, Sandy Marlene Segovia Pilay, Angeline Gabriela Quinde del Pezo, Ketty Jazmin Yagual Suárez, Katty Amanda Gonzabay Cabrera, Kasandra Romina Romero Velez, Diana Carolina Carreño Celi, Mitchell Alexander Valles Castillo*

Primera Edición | First Edition: 2025

Editorial | Publisher: *Religación Press*

Materia Dewey | Dewey Subject: 370.15 - Psicología educativa

Clasificación Thema | Thema Subject Categories: JNC - Psicología de la educación | JM - Psicología | JND - Sistemas y estructuras educativos

BISAC: EDU009000

Público objetivo | Target audience: *Profesional / Académico / Professional / Academic*

Colección | Collection: *Psicología*

Soporte | Format: *PDF / Digital*

Publicación | Publication date: 2025-12-15

ISBN: 978-9942-594-05-1

Título: *Psicología y educación. Estrategias de aprendizaje y salud mental en contextos académicos*

[APA 7]

Castillo Del Valle, H. M., Pozo Chele, J. L., & Alcivar Ponce, J. L. (Coords.). (2025). *Psicología y educación. Estrategias de aprendizaje y salud mental en contextos académicos*. Religación Press. <https://doi.org/10.46652/ReligacionPress.373>

Revisión por pares

La presente obra fue sometida a un proceso de evaluación mediante el sistema de dictaminación por pares externos bajo la modalidad doble ciego. En virtud de este procedimiento, la investigación que se desarrolla en este libro ha sido avalada por expertos en la materia, quienes realizaron una valoración objetiva basada en criterios científicos, asegurando con ello la rigurosidad académica y la consistencia metodológica del estudio.

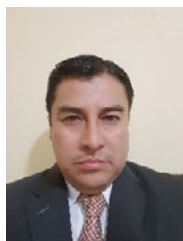
Peer Review

This work was subjected to an evaluation process by means of a double-blind peer review system. By virtue of this procedure, the research developed in this book has been endorsed by experts in the field, who made an objective evaluation based on scientific criteria, thus ensuring the academic rigor and methodological consistency of the study.

Coordinadores

Coordinators

Harol Marcial Castillo Del Valle

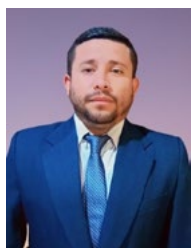


Licenciado en Psicología Educativa, magíster en Gerencia de Innovaciones Educativas y doctorando en Educación en la Universidad Católica Andrés Bello. Cuenta con 30 años de experiencia en el sistema educativo escolar, público y universitario ecuatoriano. Se ha desempeñado como docente, orientador, asesor pedagógico, coordinador de DECE y del Bachillerato Internacional, vicerrector y rector de reconocidas unidades educativas de la provincia de Santa Elena. Desde 2009 es docente de la Universidad Estatal Península de Santa Elena en pregrado y postgrado, ha sido profesor invitado de posgrado en la Universidad Evangélica Nicaragüense Martin Luther King Jr. Posee una sólida trayectoria en capacitación docente, gestión académica, currículo por competencias e investigación educativa, con diversas publicaciones sobre psicología, psicopedagogía, calidad educativa y modelos de enseñanza en entornos digitales.

Universidad Estatal Península De Santa Elena | Santa Elena | Ecuador

<https://orcid.org/0000-0003-3916-5454>
hcastillo@upse.edu.ec

Jorge Luis Pozo Chele

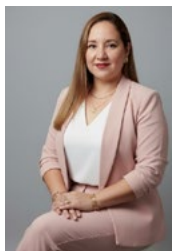


Psicólogo Social y actualmente cursa un Doctorado en Ciencias de la Educación. Posee una sólida formación académica, con tres maestrías: en Gestión Social y Desarrollo con mención en Desarrollo Local (UPSE, Ecuador), Psicología con mención en Neuropsicología del Aprendizaje (UNEMI, Ecuador), e Investigación Aplicada a la Psicología (UNIR, España). Su enfoque profesional articula el análisis psicosocial, el desarrollo comunitario y la investigación educativa. Es docente investigador en la Universidad Estatal Península de Santa Elena, donde lidera procesos de docencia, investigación y vinculación con la colectividad. Participa en proyectos centrados en salud mental, aprendizaje, políticas públicas y bienestar social, promoviendo una educación crítica, inclusiva y con sentido territorial, comprometida con transformar la realidad social y fortalecer el tejido comunitario desde la academia.

Universidad Estatal Península De Santa Elena | Santa Elena | Ecuador

<https://orcid.org/0000-0003-3231-8948>
jpozo@upse.edu.ec

Johanna Lilibeth Alcivar Ponce



Licenciada en Psicología y Máster en Neuropsicología y Educación. Cuenta con experiencia en Departamentos de Consejería Estudiantil (DECEs) y se desempeña como docente universitaria en la Universidad Estatal Península de Santa Elena (UPSE). Su trayectoria profesional integra la intervención psicoeducativa, el acompañamiento emocional, la orientación vocacional y el trabajo con poblaciones vulnerables. Ha participado en proyectos de vinculación, investigación aplicada y programas de fortalecimiento del bienestar estudiantil, con énfasis en neurocognición, salud mental comunitaria y procesos de aprendizaje. Asimismo, desarrolla investigación en líneas relacionadas con neuropsicología, comunicación, resiliencia, toma de decisiones y desarrollo de competencias, contribuyendo a la formación integral de estudiantes y al impacto social desde la academia.

Universidad Estatal Península De Santa Elena |
Santa Elena | Ecuador
<https://orcid.org/0009-0006-7313-1118>
jalcivar@upse.edu.ec

Resumen

El libro *Psicología y educación. Estrategias de aprendizaje y salud mental en contextos académicos* reúne investigaciones desarrolladas en la Universidad Estatal Península de Santa Elena y en contextos escolares de la provincia durante el periodo 2025-2. La obra analiza cómo las estrategias de aprendizaje, los hábitos de estudio, la resiliencia, la atención y la autorregulación influyen en el rendimiento académico y en la salud mental estudiantil. Asimismo, aborda problemáticas actuales como el estrés académico, el burnout, el TDAH, el Gaming Disorder y las secuelas emocionales del contexto postpandemia. Desde enfoques cuantitativos y cualitativos, los estudios evidencian que el acompañamiento psicoeducativo y las prácticas docentes inclusivas fortalecen el desempeño académico. También identifican factores de riesgo, como el agotamiento emocional y las alteraciones del sueño, que afectan el bienestar. El libro propone intervenciones institucionales integrales orientadas a promover aprendizaje significativo, equilibrio emocional y calidad educativa en contextos académicos diversos.

Palabras clave: aprendizaje, salud mental, rendimiento académico, autorregulación, educación.

Abstract

The book *Psychology and Education. Learning Strategies and Mental Health in Academic Contexts* compiles research conducted at the Universidad Estatal Península de Santa Elena and in school settings within the province during the 2025-2 academic period. The work analyzes how learning strategies, study habits, resilience, attention, and self-regulation influence academic performance and student mental health. It also addresses current issues such as academic stress, burnout, ADHD, Gaming Disorder, and the emotional consequences of the post-pandemic context. Using quantitative and qualitative approaches, the studies show that psychoeducational support and inclusive teaching practices strengthen academic performance. They also identify risk factors, such as emotional exhaustion and sleep disturbances, that affect well-being. The book proposes comprehensive institutional interventions aimed at promoting meaningful learning, emotional balance, and educational quality in diverse academic contexts.

Keywords: learning, mental health, academic performance, self-regulation, education.

Resumo

O livro *Psicologia e educação. Estratégias de aprendizagem e saúde mental em contextos acadêmicos* reúne pesquisas desenvolvidas na Universidade Estadual Península de Santa Elena e em contextos escolares da província durante o período 2025-2. A obra analisa como as estratégias de aprendizagem, os hábitos de estudo, a resiliência, a atenção e a autorregulação influenciam o desempenho acadêmico e a saúde mental dos estudantes. Além disso, aborda problemáticas atuais como o estresse acadêmico, o burnout, o TDAH, o Gaming Disorder e as sequelas emocionais do contexto pós-pandemia. A partir de abordagens quantitativas e qualitativas, os estudos evidenciam que o acompanhamento psicoeducacional e as práticas docentes inclusivas fortalecem o desempenho acadêmico. Também identificam fatores de risco, como o esgotamento emocional e as alterações do sono, que afetam o bem-estar. O livro propõe intervenções institucionais integradas voltadas para promover aprendizagem significativa, equilíbrio emocional e qualidade educacional em contextos acadêmicos diversos.

Palavras-chave: aprendizagem, saúde mental, desempenho acadêmico, autorregulação, educação.

Contenido

Revisión por pares	6
Peer Review	6
Coordinadores	8
About the authors	8
Resumen	10
Abstract	10
Resumo	11

Capítulo 1	20
Técnicas de Estudio y su Relación en el Rendimiento Académico de los Estudiantes de Segundo Semestre de la Carrera de Psicología de la UPSE, Periodo 2025-2	

Djalmar Gamaliel Rosales Rosales, Naydelin Irina Mora Canteral, Yamile Sarela Bone San Andrés, Janeth Leonela Rocafuerte González

Capítulo 2	40
Estrategias de Enseñanza Aplicadas por los Docentes y su Relación con el Nivel de Atención de los Estudiantes en la Escuela de Educación Básica Manuela Cañizares durante el periodo lectivo 2025-2026	

George Steveen Merejildo Pincay, Estefania Michelle Rodríguez Borbor, Lady Julissa Roca Panimboza, Danna Fiorella Rodríguez Domínguez

Capítulo 3	60
Resiliencia y adaptación académica de los estudiantes de primer semestre de la carrera de psicología U.P.S.E. 2025-2	

Daniela Paola Córdova Suarez, Miryan Rocio Ushigua Calapucha, Jordelyn Rosa Tomalá Rodríguez, Ingrid Denisse Tigrero Laínez

Capítulo 4	81
Hábitos de estudio y su relación con el rendimiento académico en estudiantes de sexto semestre de la carrera de educación básica de la UPSE durante el periodo 2025-2	

Anahí Isabela Cepeda Chele, Kristel Natalia Quimi Soriano, Gabriela Roxana Malavé González, Oliver Samuel Merejildo Andrade

Capítulo 5	104
Hábitos de estudio y su relación con el rendimiento académico en los estudiantes de tercer semestre de la carrera de Psicología	

Ronny Xavier Balón Escalante, Solange Nereida González Cochea, Allan Josué Martinetty De la Rosa, Annabel Cristina Pilligua Borbor, Genesis Jamileth Reyes Clemente

Capítulo 6 125

Experiencias y percepciones de docentes y estudiantes sobre la asociación entre el Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH) y el rendimiento académico en la educación básica media

Nataly Jazmin Ángel Figueroa, Brithany Tahyli Balon Romero, Valeria Sophia Villavicencio García, Brigitte Anahis Zamora Hernández

Capítulo 7 144

Gaming Disorder y calidad de sueño en estudiantes de tercero de bachillerato de la Unidad Educativa Americano periodo académico 2025-2026

Ronald Javier Orrala Balón, Ericka Dennisse Santillán Figueroa, Karelis Edith Galarza Solórzano, Giuliana Nayheli Soria Calderón

Capítulo 8 166

Síndrome de Burnout y su relación con el rendimiento académico en estudiantes universitarios de la carrera de entrenamiento deportivo de la Universidad Estatal Península de Santa Elena 2025-2

Génesis Ximena Zambrano Orrala, Evelyn Vanessa Cevallos Moreira, Dennise Leizer Icaza Flores, Veronica Benita Cevallo Ávila, Evelin Lissette Muñoz Rivera

Capítulo 9 186

Relación entre el síndrome de Burnout y la salud mental en los estudiantes de la carrera de psicología de la Universidad Estatal Península de Santa Elena. Ciclo 2025-2

Freddy David Orrala Domínguez, Bryan Adrián Avilés Pozo, Laura Ríos Giraldo, Alicia Fátima González Láinez, Scarley Monserrate Tomalá Santiana

Capítulo 10 211

El estrés y el rendimiento académico en estudiantes de nivelación de la carrera de psicología de la Universidad Estatal Península de Santa Elena. Ciclo 2025-2

Naidelyn Geraldine Beltrán Veliz, María Fernanda Tomalá Malavé, César Andrés Chanalath Solano, Melanie Anahi Suárez Orrala

Capítulo 11 234

Percepciones y experiencias de docentes sobre las estrategias de manejo de estudiantes con trastorno por déficit de atención e hiperactividad (TDAH) en el aula

Jenny Katherine Santos Guillen, Sandy Marlene Segovia Pilay, Angeline Gabriela Quinde del Pezo, Ketty Jazmin Yagual Suárez

Capítulo 12 253

Experiencias de las familias del cantón Santa Elena frente al trastorno de estrés postraumático posterior a la pandemia de COVID-19

Katty Amanda Gonzabay Cabrera, Kasandra Romina Romero Velez, Diana Carolina Carreño Celi, Mitchell Alexander Valles Castillo

Tablas

Capítulo 1	20
Tabla 1. Subrayo las ideas principales cuando estudio en un texto	27
Tabla 2. Relación entre la revisión de contenidos y el uso de técnicas de memorización	28
Tabla 3. Relación entre la persistencia al estudiar de temas difíciles y el sexo	30
Tabla 4. Relación entre la distribución equilibrada del tiempo de estudio y el sexo	31
Capítulo 2	40
Tabla 1. Ajusta tareas (cantidad, formato, tiempo) cuando un estudiante requiere apoyo atencional.	47
Tabla 2. Formación académica - En evaluaciones, ofrece apoyos razonables (ítems claros, tiempo extendido, lectura guiada/visual). Pruebas de chi-cuadrado.	48
Tabla 3. Nivel educativo que imparte el docente - Mantiene motivación e interés durante las actividades planificadas.	48
Tabla 4. Tabla Cruzada de la Formación Recibida en TDAH o Apoyo Atencional y la Coordinación con las Familias y/o DECE/Psicopedagogía para Alinear Apoyos Cuando Corresponde.	49
Tabla 5. Tabla Cruzada de los Años de Experiencia en Docencia Sobre el Reforzamiento de Esfuerzo y el Avance con Retroalimentación Específica y Oportuna.	51
Capítulo 3	60
Tabla 1. Tabla cruzada sexo Generalmente me siento bien conmigo mismo (a)	67
Tabla 2. Tabla cruzada de edad Tengo determinación	68
Tabla 3. Tabla cruzada Zona de residencia. Siento que pertenezco a la comunidad universitaria.	69
Tabla 4. Tabla cruzada Jornada de clases Tengo hábitos de estudio que me permiten rendir bien en los cursos.	71
Tabla 5. Tabla cruzada Estado civil Mantengo un buen equilibrio emocional en mi vida diaria.	72
Capítulo 4	81
Tabla 1. Participación en autoevaluaciones según el Sexo.	90
Tabla 2. Adaptación de técnicas de estudio según el lugar de residencia.	91
Tabla 3. Seguridad y confianza académica según la edad.	93
Tabla 4. Rendimiento académico consistente según el curso.	94
Capítulo 5	104
Tabla 1. Tabla sintética por variable	110
Tabla 2. Tabla de confiabilidad del instrumento	111
Capítulo 6	125
Tabla 1. Cuestionario de entrevista	129
Capítulo 7	144
Tabla 1. Comparación de niveles de preocupación por videojuegos entre hombres y mujeres (Ítem 1)	151
Tabla 2. Relación entre sexo y empleo de los videojuegos para evitar sentimientos negativos (Ítem 8)	153
Tabla 3. Asociación entre sexo y dificultad para dormir (Ítem 10)	154
Tabla 4. Asociación entre edad y horas de descanso (Ítem 14)	155
Tabla 5. Asociación entre sexo, el sueño y el cansancio diurno (Ítem 13)	157
Capítulo 8	166
Tabla 1. Análisis de Fiabilidad	175
Tabla 2. Relación cruzada entre agotamiento emocional por carga académica y disminución del rendimiento académico por estrés.	176
Capítulo 9	186
Tabla 1. ¿Tiene la sensación de que su energía se drena por completo al cumplir con sus responsabilidades?	193
Tabla 2. ¿Siente que sus responsabilidades diarias son una carga pesada?	194
Tabla 3. ¿Está cansado/a de tener que lidiar con las presiones de su trabajo o vida cotidiana?	195
Tabla 4. ¿Le cuesta levantarse por las mañanas debido al cansancio y estrés?	196
Tabla 5. ¿Considera que las personas a su alrededor son solo objetos para conseguir sus metas?	198
Tabla 6. ¿Se ha sentido constantemente agobiado/a o bajo presión?	199

Tabla 7. ¿Ha perdido confianza en sí mismo?	199
Tabla 8. ¿Ha sido capaz de afrontar adecuadamente sus problemas?	201
Tabla 9. ¿Con qué frecuencia te sientes aislado/a o solo/a?	202
Tabla 10. ¿Sientes que tus problemas emocionales han interferido en tu vida diaria (trabajo, estudios, relaciones personales)?	203
Capítulo 11	234
Tabla 1. Cuestionario de Entrevistas	238
Capítulo 12	253
Tabla 1. Cuestionario De Entrevista	259

Figuras

Capítulo 1	
Figura 1. Subrayo las ideas principales cuando estudio en un texto	27
Figura 2. Relación entre la revisión de contenidos y el uso de técnicas de memorización	29
Figura 3. Relación entre la persistencia al estudiar de temas difíciles y el sexo	30
Figura 4. Relación entre la distribución equilibrada del tiempo de estudio y el sexo	32
Capítulo 2	40
Figura 1. Formación Recibida en TDAH o Apoyo atencional y la Coordinación con las Familias y/o DECE/Psicopedagogía para Alinear Apoyos Cuando Corresponde.	50
Figura 2. Años de Experiencia en Docencia Sobre el Reforzamiento de Esfuerzo y el Avance con Retroalimentación Específica y Oportuna.	52
Capítulo 3	
Figura 1. Generalmente me siento bien conmigo mismo (a), según el sexo	67
Figura 2. Tengo determinación según edad	68
Figura 3. Siento que pertenezco a la comunidad universitaria según la residencia	70
Figura 4. Tengo hábitos de estudio que me permiten rendir bien en los cursos.	71
Capítulo 4	
Figura 1. Participación en autoevaluaciones según el Sexo.	90
Figura 2. Adaptación de técnicas de estudio según el lugar de residencia.	92
Figura 3. Seguridad y confianza académica según la edad.	93
Figura 4. Rendimiento académico consistente según el curso.	95
Fuente: elaborado en IBM SPSS Statistics – 25	95
Capítulo 5	
Figura 1. Tabla cruzada Sexo – Urbanización	112
Figura 2. Gráfico circular de sexo – Urbanización	112
Figura 3. Tabla cruzada Sexo – Edad	113
Figura 4. Gráfica de barras Sexo – Edad	113

Figura 5. Tabla cruzada Dedico un horario fijo todos los días para estudiar – Sexo	114
Figura 6. ¿Dedico un horario fijo todos los días para estudiar?	115
Figura 7. Tabla cruzada cumplo con las fechas de entrega de tareas sin retraso – Sexo	116
Figura 8. ¿Cumplo con las fechas de entrega de tareas sin retraso?	116
Figura 9. Tabla cruzada si dedico un horario fijo para estudiar y si tiene relación con entregar tareas sin retrasos	117 117
Figura 10. Relación entre dedico un horario fijo todos los días para estudiar y cumplo con las fechas de trabajo de tareas sin retraso.	117
Capítulo 6	
Figura 1. Red 1. Características Compatibles Con TDAH Y Su Impacto En El Aprendizaje	131
Figura 2. Red 2: Respuestas Del Entorno Y Estrategias Docentes	132
Figura 3. Red 3. Efectos Socioemocionales	134
Figura 4. Red 4: Propuesta de mejora	136
Capítulo 7	
Figura 1. Comparación de niveles de preocupación por videojuegos entre hombres y mujeres (Ítem 1)	152
Figura 2. Relación entre sexo y empleo de los videojuegos para evitar sentimientos negativos (Ítem 8)	153
Figura 3. Asociación entre sexo y dificultad para dormir (Ítem 10)	154
Figura 4. Asociación entre edad y horas de descanso (Ítem 14)	156
Figura 5. Asociación entre sexo, el sueño y el cansancio diurno (Ítem 13)	157
Capítulo 8	
Figura 1. Relación entre agotamiento emocional por carga académica y disminución del rendimiento académico por estrés.	175
Capítulo 9	
Figura 1. ¿Tiene la sensación de que su energía se drena por completo al cumplir con sus responsabilidades?	194
Figura 2. ¿Tiene la sensación de que su energía se drena por completo al cumplir con sus responsabilidades?	195
Figura 3. ¿Está cansado/a de tener que lidiar con las presiones de su trabajo o vida cotidiana?	196
Figura 4. ¿Le cuesta levantarse por las mañanas debido al cansancio y estrés?	197
Figura 5. ¿Considera que las personas a su alrededor son solo objetos para conseguir sus metas?	198
Figura 6. ¿Se ha sentido constantemente agobiado/a o bajo presión?	199
Figura 7. ¿Ha perdido confianza en sí mismo?	200
Figura 8. ¿Ha sido capaz de afrontar adecuadamente sus problemas?	201
Figura 9. ¿Con qué frecuencia te sientes aislado/a o solo/a?	202
Figura 10. ¿Sientes que tus problemas emocionales han interferido en tu vida diaria (trabajo, estudios, relaciones personales)?	203
Capítulo 10	
Figura 1. Me siento satisfecho con la persona que soy actualmente. Sexo	218
Figura 2. Me siento satisfecho con la persona que soy actualmente. Sexo	219

Figura 3. En general, me inclino a pensar que soy un fracasado/a. Sexo	220
Figura 4. En general, me inclino a pensar que soy un fracasado/a. Sexo	220
Figura 5. Creo que tengo las capacidades necesarias para alcanzar mis metas personales o académicas. Sexo	222
Figura 6. Creo que tengo las capacidades necesarias para alcanzar mis metas personales o académicas. Sexo	222
Figura 7. Siento que las opiniones de los demás influyen mucho en la forma en que me percibo. Sexo	224
Figura 8. Siento que las opiniones de los demás influyen mucho en la forma en que me percibo. Sexo	224
Figura 9. Estoy conforme con mi apariencia física.	226
Capítulo 11	
Figura 1. Red Semántica: prácticas pedagógicas inclusivas y adaptaciones de aula.	240
Figura 2. Red Semántica: coordinación Escuela–Familia–Dece.	241
Figura 3. Red Semántica: formación docente (inicial, continua y aplicada)	243
Figura 4. Red Semántica: barreras y afrontamiento socioemocional.	244
Figura 5. Red Semántica: apoyos y recursos necesarios.	245
Capítulo 12	
Figura 1. Red semántica 1: dinámica pre-pandemia	262
Figura 2. Red semántica 2: impactos de la pandemia en la familia	263
Figura 3. Red semántica 3: cambios emocionales post-pandemia	264
Figura 4. Red semántica 4: afrontamiento y prácticas de cuidado familiar	265
Figura 5. Red semántica 5: aprendizajes y transformaciones familiares	266

Epílogo

Este libro concluye, pero no así el camino que nos invita a recorrer. Cada página escrita refleja la convicción de que el conocimiento y la acción transforman realidades, y que la educación, entendida como compromiso humano y social, es semilla de esperanza en tiempos de cambio. Que estas palabras finales sirvan como recordatorio de que todo esfuerzo académico cobra sentido cuando se enlaza con la vida, con la comunidad y con la posibilidad de construir un futuro más justo y solidario.

Capítulo 1

Técnicas de Estudio y su Relación en el Rendimiento Académico de los Estudiantes de Segundo Semestre de la Carrera de Psicología de la UPSE, Periodo 2025-2

Djalmar Gamaliel Rosales Rosales, Naydelin Irina Mora Canteral, Yamile Sarela Bone San Andrés, Janeth Leonela Rocafuerte González

Resumen

La investigación tuvo como objetivo describir las técnicas de estudio utilizadas por los estudiantes de segundo semestre de la carrera de Psicología de la UPSE y determinar su relación con el rendimiento académico durante el periodo 2025-2. Se empleó un enfoque cuantitativo con diseño no experimental, transversal y descriptivo-correlacional exploratorio. La muestra estuvo compuesta por 31 estudiantes seleccionados mediante muestreo no probabilístico por conveniencia. Se aplicó el Test de Técnicas de Estudio y Rendimiento Académico, compuesto por 16 ítems en escala de Likert; el instrumento obtuvo una alta confiabilidad interna ($\alpha = .904$). Los resultados exhiben un predominio de técnicas como el subrayado, la revisión sistemática de contenidos y el uso de recursos de memorización estructurada. Asimismo, se identificaron diferencias por sexo en la persistencia para estudiar contenidos complejos y en la distribución del tiempo académico. En conjunto, los hallazgos indican que la integración de estrategias cognitivas y metacognitivas favorece la autorregulación y promueve un mejor desempeño académico. Se sugiere fortalecer la formación institucional en técnicas de estudio efectivas para optimizar los procesos de aprendizaje en la educación superior.

Palabras clave:
técnicas de estudio;
autorregulación del aprendizaje;
rendimiento académico;
estudiantes universitarios;
psicología.

Rosales Rosales, D. G., Mora Canteral, N. I., Bone San Andrés, Y. S., & Rocafuerte González, J. L. (2025). Conduciendo el Valor Empresarial: gobierno corporativo en Tecnologías de la Información y Comunicaciones. En H. M. Castillo Del Valle, J. L. Pozo Chele, & J. L. Alcivar Ponce, (Coords). *Psicología y Educación. Estrategias de aprendizaje y salud mental en contextos académicos*. (pp. 20-38). Religación Press. <http://doi.org/10.46652/religacionpress.373.c771>



Introducción

En la actualidad, la educación universitaria tiene un reto significativo, el cual es formar a profesionales con habilidades y competencias que les permitan desenvolverse en los ámbitos académicos y laborales, que cada vez se vuelven más exigentes. En este contexto, el rendimiento académico sirve como un indicador clave para evaluar el éxito de las instituciones educativas y la calidad del aprendizaje alcanzado por los estudiantes. No obstante, tal rendimiento no depende exclusivamente de la inteligencia o la motivación, sino también de las técnicas y estrategias que los alumnos emplean para organizar, procesar y retener la información (Zanga, 2011, p. 8).

Las técnicas de estudio también son conocidas por ser un tipo de procedimientos sistemáticos que ayudan a mejorar la comprensión, el análisis y la memorización de los contenidos adquiridos, desempeñando un papel fundamental en la enseñanza. Estrategias como los resúmenes, la realización de mapas conceptuales, el subrayado, la práctica o la autoevaluación ayudan a la capacidad del estudiante y fortalece su manera de comprender y aprender de una forma significativa (Llerena et al., 2022, p. 36). En este sentido, analizar la relación entre las técnicas de estudio y el rendimiento académico nos ayuda a entender cómo los hábitos de aprendizaje adoptados por los estudiantes marcan la diferencia en los resultados obtenidos en la educación universitaria.

El concepto de técnicas de estudio ha evolucionado, pasando de ser entendido como un conjunto de hábitos que permiten la memorización a considerarse estrategias metacognitivas que ayudan a promover y regular la manera de aprender. El uso de estas técnicas es fundamental para consolidar los conocimientos, ayudan a establecer relaciones más sólidas cuando se adquiere información nueva complementándola con los conocimientos previos, favoreciendo así un aprendizaje más significativo en lugar de una mera repetición (Llerena et al., 2022, p. 30).

El rendimiento académico es definido como el desempeño del estudiante en el cumplimiento de metas y objetivos educativos previamente planteados, los cuales suelen ser evaluados mediante calificaciones, exámenes y trabajos académicos. Sin embargo, diversos investigadores concuerdan en que este indicador no solo refleja las capacidades cognitivas, sino también factores motivacionales, contextuales y emocionales que inciden en el desempeño académico (Garbanzo Vargas, 2007, p. 47).

La relación entre técnicas de estudio y rendimiento académico ha sido planteada desde diferentes perspectivas. Se evidencia que los estudiantes que aplican estas estrategias optimizan su aprendizaje y desarrollan mejores habilidades de análisis y procesamiento profundo de la información. Desde el ámbito pedagógico, se subraya la importancia de enseñar a los alumnos el uso adecuado de este tipo de técnicas con el fin de mejorar el desempeño académico. Así, las técnicas de estudio son fundamentales para la relación entre las teorías del aprendizaje y la práctica educativa (Delgado Fernández & Ruiz Peralta, 2021, p. 16).

Desde el ámbito universitario se reconoce que, para fortalecer el rendimiento académico, es fundamental utilizar técnicas de estudio efectivas logrando desarrollo de competencias como la autorregulación, la autonomía y el pensamiento crítico. En este marco, resulta pertinente analizar cómo estas prácticas influyen en contextos específicos, teniendo en consideración las diferencias culturales, institucionales y socioeconómicas (Vargas & Bastidas, 2022, p. 238).

Diversos estudios internacionales han demostrado que la aplicación de técnicas de estudio activas contribuye de manera notable al incremento del rendimiento académico. La OECD, en su informe *Claves para una enseñanza de alta calidad*, destaca la necesidad de implementar estrategias pedagógicas basadas en evidencias con el propósito de potenciar el aprendizaje (OECD Publishing, 2025). Asimismo, la Universidad ORT-Uruguay resalta la importancia de incorporar actividades complementarias a las clases,

como la autoevaluación, con el fin de favorecer una comprensión más profunda y un aprendizaje más eficaz en los estudiantes. Entre las técnicas sugeridas se encuentran la práctica de recuperación, la práctica espaciada y la evocación elaborada. (Universidad ORT Uruguay, 2022).

En Estados Unidos, por ejemplo, Dunlosky señaló que técnicas como la práctica de recuperación y el repaso espaciado son considerados más efectivos en comparación con estrategias pasivas, tales como la relectura o el subrayado mecánico. Estos hallazgos han impulsado la creación de programas de formación en técnicas de estudio dentro de universidades y colegios, los cuales han evidenciado mejoras en el rendimiento académico y en la motivación estudiantil (Jiménez, 2018).

En América Latina, el panorama refleja avances y desafíos. Diversos estudios han mostrado que los estudiantes que aplican técnicas de estudio activas mejoran en sus calificaciones y logran una mayor comprensión de los contenidos. Sin embargo, también se reporta un uso constante de métodos ineficaces, lo cual limita el potencial de aprendizaje (Martínez-Abad & Hernández-Ramos, 2024, p. 216).

Particularmente en el contexto andino, se observa un interés creciente por investigar las estrategias de estudio en la educación superior. En Perú, estudios recientes indican que existe una relación positiva entre la planificación del tiempo de estudio y el rendimiento académico; sin embargo, continúa la insuficiencia de programas institucionales que orienten a los estudiantes en el uso de estas herramientas (Najarro Vargas, 2020, p. 355).

En Ecuador, los estudios desarrollados en universidades locales han identificado que la mayor parte de los estudiantes recurre a técnicas de estudio de manera intuitiva, sin haber recibido previamente una formación formal sobre su uso. Si bien predominan técnicas como el subrayado y la elaboración de resúmenes, el empleo

de las prácticas metacognitivas avanzadas, como la autoevaluación o la organización gráfica del conocimiento, sigue siendo limitado. Esta situación ha impulsado a varias instituciones a implementar talleres de orientación académica; no obstante, son escasos los estudios que analizan de manera sistemática la relación entre estas técnicas y el rendimiento académico (Lillo, 2022, p. 7).

A pesar de la existencia de múltiples teorías y evidencias a nivel internacional, en Ecuador persiste una brecha investigativa con respecto a cómo las técnicas de estudio influyen en el rendimiento académico universitario. La ausencia de una capacitación específica en el uso de estrategias efectivas limita la posibilidad de que los estudiantes desarrollen un aprendizaje sólido y duradero. En este contexto, surge la siguiente pregunta de investigación: ¿cuál es la relación entre las técnicas de estudio y el rendimiento académico de los estudiantes de segundo semestre de la carrera de Psicología de la UPSE (periodo 2025-2)?

Por lo expuesto, se justifica la realización de este estudio buscando aportar evidencia local, para comprender mejor los factores que influyen en el rendimiento académico y aquellos que favorecen al aprendizaje en la educación superior. En este marco, la presente investigación busca determinar la relación existente entre las técnicas de estudio y el rendimiento académico de los estudiantes de segundo semestre de Psicología de la UPSE durante el periodo 2025-2.

Metodología

El estudio se fundamentó en un enfoque cuantitativo que mide las variables mediante datos numéricos, utilizando el procesamiento estadístico descriptivo para ofrecer una visión objetiva del problema. En este contexto, se aplicó a los estudiantes de segundo de la carrera de Psicología de la UPSE. Se aplicó el Test de Técnicas de Estudio y Rendimiento Académico con el objetivo de identificar la relación existente entre las técnicas de estudio y el rendimiento académico

de los estudiantes de segundo semestre de Psicología de la UPSE durante el periodo 2025-2. (Arias Gonzáles et al., 2022, p. 90). A partir del procesamiento de los resultados previos, se generará evidencia empírica aportando información útil sobre la problemática estudiada.

El paradigma positivista guía esta investigación, orientada a explicar el fenómeno a través de fundamentos epistemológicos y teorías, permitiendo alcanzar verdades sobre los problemas tratados del objeto de estudio (Herrera Castrillo, 2024, p. 29). De esta manera, el uso de este paradigma permite que el desarrollo de esta investigación se realice con validez que permita analizar con objetividad, brindando resultados basados en lo observable.

Con la finalidad de alcanzar el objetivo planteado, se ha optado por un diseño no experimental de tipo transversal, que permite analizar la relación de dos variables en un único momento del tiempo. Este diseño resulta pertinente, ya que no implica una manipulación de variables, sino que está enfocado en observar la relación entre las técnicas de estudio y el rendimiento académico en un grupo determinado (Manterola et al., 2023. p 149).

El tipo de investigación definido para este trabajo es de tipo descriptivo, con un alcance correlacional de carácter exploratorio, centrado en identificar patrones de asociaciones entre las variables, permitiendo caracterizar las técnicas de estudio y el rendimiento académico, como también busca analizar una relación entre ambas variables. “Los estudios correlacionales miden el grado de asociación entre esas dos o más variables (cuantifican relaciones). Es decir, miden cada variable presuntamente relacionada y, después, miden y analizan la correlación” (Hernández Sampieri et al., 2006, p. 105). De esta manera se garantiza un óptimo análisis de las condiciones individuales de las variables y la manera en que pueden estar interactuando.

El presente trabajo se sustenta en el método deductivo, el cual permite partir de conceptos generales y teorías sobre las técnicas de

estudio y el rendimiento académico, para luego aplicarlos al contexto específico con el fin de analizar su realidad y extraer conclusiones coherentes con los fundamentos teóricos establecidos (Bernal Torres, 2016, p. 71).

La unidad de análisis del presente trabajo investigativo está conformada por los estudiantes de segundo semestre de Psicología de la UPSE. “El universo o población está constituido por la totalidad de los elementos o casos que serán objeto de investigación” (Ander-Egg, Ezequiel, 1995, p. 179). La población escogida para realizar el estudio garantiza la pertinencia de los hallazgos y orienta el proceso investigativo, logrando asegurar que los resultados y conclusiones se basen específicamente en dicho grupo.

Según Otzen y Manterola (2017), el muestreo por conveniencia “permite seleccionar aquellos casos accesibles que acepten ser incluidos. Esto, fundamentado en la conveniente accesibilidad y proximidad de los sujetos para el investigador” (p. 228). La muestra de este estudio es obtenida a través de un muestreo no probabilístico por conveniencia, lo que facilitó la participación a estudiantes disponibles y dispuestos a colaborar. Esta estrategia resultó de gran utilidad debido al acceso limitado a los participantes, permitiendo la recolección de datos relevantes y representativa del grupo analizado, y proporcionando información útil para la comprensión de las variables estudiadas.

El instrumento seleccionado para esta investigación fue la encuesta, definida como una “técnica que emplea un conjunto de procedimientos estandarizados para recopilar y analizar datos de una muestra representativa de una población” (Duarte Sánchez & Guerrero Barreto, 2024, p. 97). Se empleó el Test de Técnicas de Estudio y Rendimiento Académico, el cual evalúa las técnicas de estudio utilizadas por los estudiantes universitarios y está conformado por 16 ítems con una escala tipo Likert de cinco puntos, siguiendo la estructura de “Totalmente en desacuerdo” a “Totalmente de acuerdo”. Fue aplicada a 31 participantes, y los datos obtenidos

fueron procesados en el programa IBM SPSS Statistics. El análisis de confiabilidad interna mediante el Alfa de Cronbach arrojó un valor de 0,904, lo que indica una alta consistencia interna y confirma que el instrumento es válido y confiable para la presente investigación.

Resultados

Tabla 1. Subrayo las ideas principales cuando estudio en un texto

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	4	12,9	12,9
	De acuerdo	16	51,6	51,6
	Totalmente de acuerdo	11	35,5	35,5
	Total	31	100,0	100,0

Fuente: elaboración propia con base de datos cuantitativos del estudio “Técnicas de Estudio y su Relación con el Rendimiento Académico de los Estudiantes de Segundo Semestre de la Carrera de Psicología de la UPSE”, procesados con SPSS (2025).

Figura 1. Subrayo las ideas principales cuando estudio en un texto



Fuente: elaboración propia a partir de los datos de la encuesta, procesados con SPSS (2025).

En la Figura 1 y la Tabla 1 se evidencia que el subrayado de ideas principales constituye una de las técnicas más empleadas por los estudiantes al momento de analizar un texto. Los resultados muestran que la mayoría de las respuestas se concentran en las opciones “de acuerdo” (51,6%) y “totalmente de acuerdo” (35,5%), lo que indica que más del 80% de los encuestados utiliza esta técnica con frecuencia. Esto evidencia una marcada preferencia por estrategias de estudio tradicionales que les permiten organizar e identificar de manera más eficiente la información relevante durante el proceso de aprendizaje.

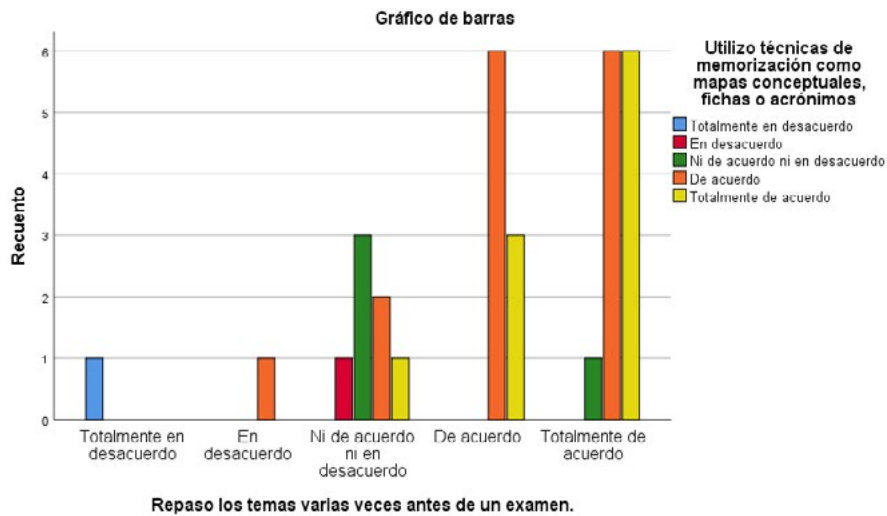
Tabla 2. Relación entre la revisión de contenidos y el uso de técnicas de memorización

Repaso los temas varias veces antes de un examen	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo	Total
Utilizo técnicas de memorización como mapas conceptuales, fichas o acrónimos						
Totalmente en desacuerdo	1	0	0	0	0	1
En desacuerdo	0	0	0	1	0	1
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	0	1	3	2	1	7

Repaso los temas varias veces antes de un examen	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo	Total
De acuerdo	0	0	0	6	3	9
Totalmente de acuerdo	0	0	1	6	6	13
Total	1	1	4	15	10	31

Fuente: elaboración propia con base de datos cuantitativos del estudio “Técnicas de Estudio y su Relación con el Rendimiento Académico de los Estudiantes de Segundo Semestre de la Carrera de Psicología de la UPSE”, procesados con SPSS (2025).

Figura 2. Relación entre la revisión de contenidos y el uso de técnicas de memorización



Fuente: elaboración propia a partir de la encuesta, procesados con SPSS (2025).

La Figura 2 y Tabla 2 analizan la relación entre el repaso frecuente de los temas antes de un examen y el uso de técnicas de memorización. Los datos revelan que los estudiantes que repasan previamente tienden a emplear estrategias de memorización, ya que sus respuestas se concentran mayoritariamente en las categorías de acuerdo y totalmente de acuerdo. Esta tendencia indica que la repetición de contenidos se acompaña de técnicas estructuradas que

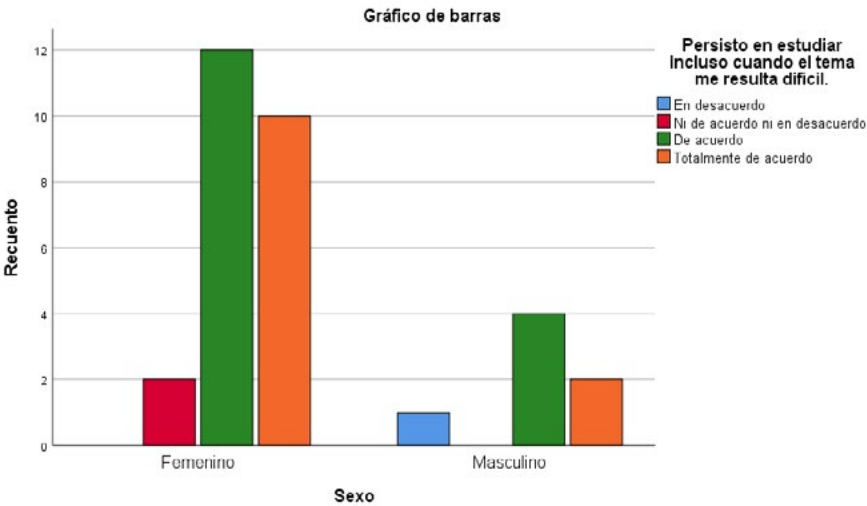
facilitan la retención, lo que sugiere que los estudiantes integran ambos procesos con el objetivo de mejorar su desempeño académico.

Tabla 3. Relación entre la persistencia al estudiar de temas difíciles y el sexo

		En desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo	Total
Sexo	Femenino	0	2	12	10	24
	Masculino	1	0	4	2	7
Total		1	2	16	12	31

Fuente: elaboración propia con base de datos cualitativos del estudio “Técnicas de Estudio y su Relación con el Rendimiento Académico de los Estudiantes de Segundo Semestre de la Carrera de Psicología de la UPSE”, procesados con SPSS (2025).

Figura 3. Relación entre la persistencia al estudiar de temas difíciles y el sexo



Fuente: elaboración propia a partir de la encuesta, procesados con SPSS (2025).

En la Figura 3 y la Tabla 3 se evidencia la relación entre el sexo y la persistencia para estudiar temas difíciles. Los resultados muestran que las mujeres presentan un nivel más alto de persistencia, ya que

sus respuestas se concentran principalmente en las opciones “de acuerdo” (50%) y “totalmente de acuerdo” (41,7%). En el caso de los hombres, la distribución es más dispersa, con predominio en “de acuerdo” (57,1%), pero con un porcentaje menor en “totalmente de acuerdo” (28,6%). Estos resultados sugieren que, en la muestra analizada, las mujeres tienden a perseverar con mayor constancia ante contenidos complejos, mientras que los hombres muestran una variabilidad más amplia en sus niveles de persistencia.

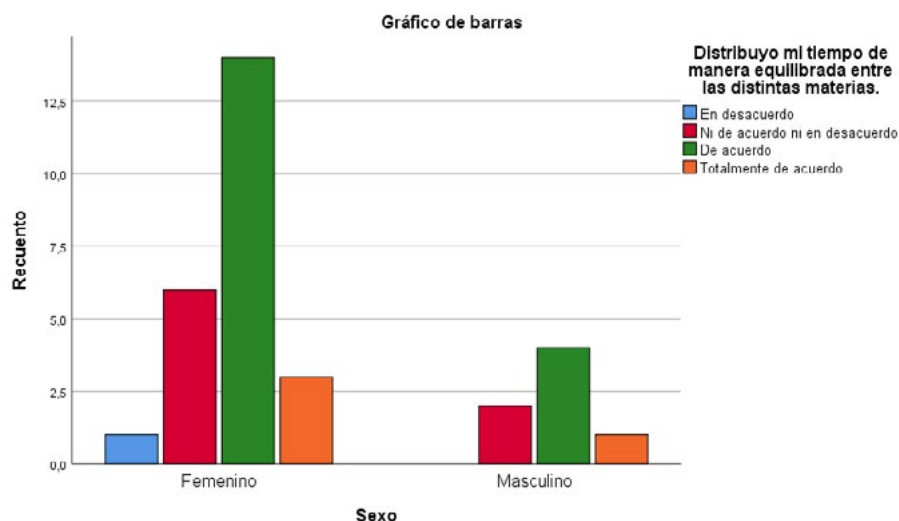
Tabla 4. Relación entre la distribución equilibrada del tiempo de estudio y el sexo

		En desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo	Total
Sexo	Femenino	1	6	14	3	24
	Masculino	0	2	4	1	7
Total		1	8	18	14	31

Fuente: elaboración propia con base de datos cualitativos del estudio “Técnicas de Estudio y su Relación con el Rendimiento Académico de los Estudiantes de Segundo Semestre de la Carrera de Psicología de la UPSE”, procesados con SPSS (2025).

La Figura 4 y la Tabla 4 analizan la distribución equilibrada del tiempo de estudio por materias según el sexo. En el caso de las mujeres, se observa una tendencia hacia una organización más ordenada y estructurada, destacando las categorías “de acuerdo” (58,3%) y “totalmente de acuerdo” (12,5%). Por su parte, los hombres presentan una distribución más heterogénea de respuestas, con un 57,1% en “de acuerdo” y un porcentaje ligeramente superior en “totalmente de acuerdo” (14,3%). Estos resultados señalan que las mujeres muestran una mayor consistencia al equilibrar su tiempo entre las distintas materias, mientras que los hombres reflejan patrones de organización menos uniformes.

Figura 4. Relación entre la distribución equilibrada del tiempo de estudio y el sexo



Fuente: elaboración propia a partir de la encuesta, procesados con SPSS (2025).

Discusión

Los resultados permiten entender con mayor precisión las técnicas de estudio utilizadas por los estudiantes y su relación con diversos componentes del proceso de aprendizaje. El predominio del subrayado, demostrado en más del 80% de los participantes, concuerda con estudios previos que indican que esta estrategia es considerablemente utilizada por su fácil aplicación; no obstante, su uso aislado puede impedir procesamientos más profundos si no se suplementa con análisis o elaboración conceptual. (Barreto-Trujillo & Álvarez-Bermúdez, 2020).

La composición entre repaso sistemático y técnicas de memorización estructurada avala la idea de que la organización del material fortalece la autoeficacia académica y la comprensión, tal como indican González-Cantero et al. (2020). Esto ratifica que la planificación y la autorregulación son elementos principales en el aprendizaje significativo.

Las distinciones por sexo analizadas en la persistencia y en la distribución del tiempo manifiestan patrones ya documentados en investigaciones sobre autorregulación y rendimiento académico (Garzón Umerenkova & Gil Flores, 2018). Estas variaciones no deben explicarse como diferencias de capacidad, sino como indicadores potenciales para aplicar estrategias de acompañamiento académico según las características de los universitarios.

Finalmente, los hallazgos ratifican que las técnicas de estudio resultan efectivas cuando se enlazan con procesos metacognitivos y de regulación del tiempo. No obstante, el diseño transversal y el muestreo por conveniencia restringen la generalización, el estudio demuestra evidencia local relevante y constituye un punto de partida para investigaciones futuras con muestras más amplias y análisis correlacionales avanzados. Es importante señalar que el estudio se planteó con un alcance correlacional, los resultados son principalmente descriptivos y exploratorios, por lo que las posibles relaciones entre las técnicas de estudio y rendimiento escolar deben interpretarse con prudencia.

Conclusiones

Los resultados de la investigación nos muestran que las técnicas de estudio más utilizadas por los estudiantes de segundo semestre de Psicología de la UPSE (subrayado, revisión sistemática de contenidos, uso de mapas conceptuales y estrategias de memorización) son recursos esenciales para estructurar las ideas y facilitar la comprensión de los contenidos académicos. Cuando estas estrategias se combinan con hábitos de autorregulación, como organizar el tiempo y evaluar su propio progreso, contribuyen a un desempeño académico más efectivo.

También se evidenciaron diferencias leves por sexo en factores como la persistencia ante contenidos difíciles y la gestión de tiempo

de estudio, lo que evidencia la importancia de tomar en cuenta las particularidades del estudiantado al diseñar estrategias de orientación y acompañamiento académico.

Con base en lo señalado, se destaca la necesidad de que las instituciones de educación superior implementen programas de formación de estrategias de estudio que incluyan tanto componentes cognitivos y metacognitivos, con el fin de fomentar la autonomía estudiantil, la práctica de recuperación y la reflexión sobre sus propias estrategias de aprendizaje. Se sugiere que futuras investigaciones amplíen el tamaño de la muestra, incorporen medidas específicas de rendimiento académico y desarrollen análisis correlacionales específicos que permitan profundizar en la comprensión de la relación entre técnicas de estudio, autorregulación del desempeño académico en diversos contextos universitarios.

Referencias

- Ander-Egg, E. (1995). *Técnicas de investigación social*. Lumen.
- Arias Gonzáles, J., Holgado Tisoc, J., Tafur Pittman, T., & Vasquez Pauca, M. (2022). *Metodología de la investigación: El método ARIAS para realizar un proyecto de tesis*. Instituto Universitario de Innovación Ciencia y Tecnología Inudi Perú.
- Barreto-Trujillo, F. J., & Álvarez-Bermúdez, J. (2020). Estrategias de autorregulación del aprendizaje y rendimiento académico en estudiantes de bachillerato. *Revista de Estudios e Investigación en Psicología y Educación*, 7(2), 184–193.
- Bernal Torres, C. A. (2016). *Metodología de la investigación: administración, economía, humanidades y ciencias sociales*. Pearson.
- Carrera-Viver, G. J., Gallardo-Gallardo, M. I., Guerra-Zapata, D. M., & Cisneros-Males, D. A. (2023). Autorregulación del aprendizaje y el nivel universitario. *Revista Científica Retos de la Ciencia*, 7(16), 40–57. <https://doi.org/10.53877/rc.7.16e.20230915.4>
- Delgado Fernández, J. R., & Ruiz Peralta, K. A. (2021). Técnicas de estudio y rendimiento académico en estudiantes de secundaria. *Revista Ciencia e Investigación*, 6(4), 11–31. <https://doi.org/10.5281/zenodo.5803712>
- Duarte Sánchez, D., & Guerrero Barreto, R. (2024). La encuesta como instrumento de recolección de datos, confiabilidad y validez en investigación científica. *Revista De Ciencias Empresariales, Tributarias, Comerciales Y Administrativas*, 3(2), 94–107.
- Garbanzo Vargas, G. M. (2007). Factores asociados al rendimiento académico en estudiantes universitarios: una reflexión desde la calidad de la educación pública superior. *Revista Educación*, 31(1), 43–63.
- Garzón Umerenkova, A., & Gil Flores, J. (2018). Gestión del tiempo en alumnado universitario con diferentes niveles de rendimiento académico. *Educação e Pesquisa*, 44. <https://doi.org/10.1590/S1678-4634201708157900>
- González-Cantero, J. O., Morón-Vera, J. Á., González-Becerra, V. H., Abundis-Gutiérrez, A., & Macías-Espinoza, F. (2020). Autoeficacia académica, apoyo social académico, bienestar escolar y su relación con el rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Psicumex*, 10(2), 95–113. <https://doi.org/10.36793/psicumex.v10i2.353>

- Herrera Castrillo, C. (2024). Paradigma positivista. *Boletín Científico de las Ciencias Económico Administrativas del ICEA*, 12(24), 29–32. <https://doi.org/10.29057/icea.v12i24.12660>
- Jiménez, J. (2018, 13 de noviembre). *Las técnicas de estudio más comunes no son las más efectivas: te contamos cuáles sí funcionan*. Univision Noticias. <https://n9.cl/9jc19f>
- Lillo, M. D., Suri, P. R., Ávila, M. E., Poroza, I. M., & Godoy, A. A. (2022). Estrategias de aprendizaje en estudiantes universitarios ecuatorianos: Un estudio de caso en la provincia de Esmeraldas. *Revista Andina de Educación*, 5(2), 1–8. <https://doi.org/10.32719/26312816.2022.5.2.9>
- Llerena, M. E., Chacón, L. J., Guevara, G. E., & Luna, A. C. (2022). Hábitos y técnicas de estudio en los estudiantes de nuevo ingreso al nivel superior. *Enfermería Investiga*, 7(4), 29–37. <https://doi.org/10.31243/ei.uta.v7i4.1865.2022>
- Manterola, C., Hernández-Leal, M. J., Otzen, T., Espinosa, M. E., & Grande, L. (2023). Estudios de corte transversal: un diseño de investigación a considerar en ciencias morfológicas. *International Journal of Morphology*, 41(1), 146–154. <https://doi.org/10.4067/S0717-95022023000100146>
- Martínez-Abad, F., & Hernández-Ramos, J. P. (2024). Factores asociados al rendimiento académico de los estudiantes latinoamericanos: Una revisión sistemática. *Revista De Currículum Y Formación Del Profesorado*, 28(3), 215–236. <https://doi.org/10.30827/profesorado.v28i3.29626>
- Najarro Vargas, J. (2020). Hábitos de estudio y su relación con el rendimiento académico de los estudiantes del segundo año de la Escuela Profesional de Medicina de la Universidad Nacional de San Marcos, Perú. *Conrado*, 16(75), 354–363.
- OECD Publishing. (2025, 20 de agosto). *Claves para una enseñanza de alta calidad*. <https://acortar.link/zQUZVg>
- Universidad ORT Uruguay. (2022). *Técnicas de estudio que sí funcionan (y por qué deberías probar más de una)*. <https://n9.cl/vrfpp>
- Vargas, C. M., & Bastidas, M. F. (2022). Los hábitos de estudio y su relación con el rendimiento académico en estudiantes universitarios: un estudio documental. *Revista FIPCAEC*, 7(1), 235–249.
- Zanga, E. C. (2011). Técnicas de estudio y rendimiento académico. *Revista de Investigación Scientia*, 5–26.

Study Techniques and Their Relationship with Academic Performance in Second-Semester Students of the Psychology Program at UPSE, 2025-2 Period

Técnicas de Estudo e sua Relação com o Rendimento Acadêmico em Estudantes do Segundo Semestre do Curso de Psicologia da UPSE, Período 2025-2

Djalmar Gamaliel Rosales Rosales

Universidad Estatal Península De Santa Elena | Santa Elena | Ecuador

<https://orcid.org/0009-0008-7900-9652>

djalmar.rosalesrosales8724@upse.edu.ec

Estudiante

Naydelin Irina Mora Canteral

Universidad Estatal Península De Santa Elena | Santa Elena | Ecuador

<https://orcid.org/0009-0004-7765-9732>

naydelin.moracanteral1675@upse.edu.ec

Estudiante

Yamile Sarela Bone San Andrés

Universidad Estatal Península De Santa Elena | Santa Elena | Ecuador

<https://orcid.org/0009-0005-9083-3886>

yamile.bonesanandres8334@upse.edu.ec

Estudiante

Janeth Leonela Rocafuerte González

Universidad Estatal Península De Santa Elena | Santa Elena | Ecuador

<https://orcid.org/0009-0002-0276-4920>

janeth.rocafuertegonzalez9163@upse.edu.ec

Estudiante

Abstract

The research aimed to describe the study techniques used by second-semester Psychology students at UPSE and determine their relationship with academic performance during the 2025-2 period. A quantitative approach was employed with a non-experimental, cross-sectional, and exploratory descriptive-correlational design. The sample consisted of 31 students selected through non-probabilistic convenience sampling. The Study Techniques and Academic Performance Test, composed of 16 Likert-scale items, was administered; the instrument obtained high internal reliability ($\alpha = .904$). The results show a predominance of techniques such as underlining, systematic content review, and the use of structured memorization resources. Furthermore, differences by sex were identified in persistence for studying complex content and in the distribution of academic time. Overall, the findings indicate that the integration of cognitive and metacognitive strategies fosters self-regulation and promotes better academic performance. It is suggested to strengthen institutional training in effective study techniques to optimize learning processes in higher education.

Keywords: study techniques; self-regulated learning; academic performance; university students; psychology.

Resumo

A pesquisa teve como objetivo descrever as técnicas de estudo utilizadas por estudantes do segundo semestre do curso de Psicologia da UPSE e determinar sua relação com o rendimento acadêmico durante o período 2025-2. Foi empregada uma abordagem quantitativa com delineamento não experimental, transversal e descritivo-correlacional exploratório. A amostra foi composta por 31 estudantes selecionados por meio de amostragem não probabilística por conveniência.

Foi aplicado o Teste de Técnicas de Estudo e Rendimento Acadêmico, composto por 16 itens em escala Likert; o instrumento obteve alta confiabilidade interna ($\alpha = ,904$). Os resultados exibem um predomínio de técnicas como grifo, revisão sistemática de conteúdos e o uso de recursos de memorização estruturada. Ademais, foram identificadas diferenças por sexo na persistência para estudar conteúdos complexos e na distribuição do tempo acadêmico. Em conjunto, os achados indicam que a integração de estratégias cognitivas e metacognitivas favorece a autorregulação e promove um melhor desempenho acadêmico. Sugere-se fortalecer a formação institucional em técnicas de estudo efetivas para otimizar os processos de aprendizagem na educação superior.

Palavras-chave: técnicas de estudo; autorregulação da aprendizagem; rendimento acadêmico; estudantes universitários; psicologia.

Capítulo 2

Estrategias de Enseñanza Aplicadas por los Docentes y su Relación con el Nivel de Atención de los Estudiantes en la Escuela de Educación Básica Manuela Cañizares durante el período lectivo 2025-2026

George Steven Merejildo Pincay, Estefania Michelle Rodríguez Borbor, Lady Julissa Roca Panimboza, Danna Fiorella Rodríguez Domínguez

Resumen

El presente estudio analiza las estrategias de enseñanza aplicadas por los 33 docentes que conforman la Escuela de Educación Básica Manuela Cañizares y su relación con el nivel de atención de los estudiantes durante el periodo lectivo 2025-2026. Se empleó un enfoque cuantitativo, transversal y descriptivo mediante una encuesta en línea con escala tipo Likert; la relación entre variables se determinó por medio de la prueba de chi-cuadrado. Los resultados descriptivos demostraron que el 75,8% de los docentes siempre realiza ajustes en las tareas (cantidad, formato o tiempo) ante las necesidades de apoyo atencional del estudiante, se observó una alta frecuencia en las prácticas de retroalimentación oportuna y una coordinación con familias o DECE. Sin embargo, las pruebas de chi-cuadrado no mostraron asociaciones estadísticamente significativas entre el nivel educativo impartido, la formación académica o los años de experiencia en la docencia y los indicadores de atención estudiantil ($p > .05$). Dichos hallazgos sugieren que otros factores no incluidos en el estudio podrían incidir en la atención. Se concluye que, a pesar de no existir asociaciones significativas, las estrategias que implementan los docentes favorecen la atención en los procesos pedagógicos de los estudiantes.

Palabras clave:
atención;
estudiantes;
estrategias de
aprendizaje;
docentes.

Merejildo Pincay, G. S., Rodríguez Borbor, E. M., Roca Panimboza, L. J., & Rodríguez Domínguez, D. F. (2025). Estrategias de Enseñanza Aplicadas por los Docentes y su Relación con el Nivel de Atención de los Estudiantes en la Escuela de Educación Básica Manuela Cañizares durante el período lectivo 2025-2026. En H. M. Castillo Del Valle, J. L. Pozo Chele, & J. L. Alcivar Ponce, (Coords). *Psicología y Educación. Estrategias de aprendizaje y salud mental en contextos académicos*. (pp. 40-58). Religación Press. <http://doi.org/10.46652/religacionpress.373.c772>



OPEN ACCESS

Introducción

Un factor definitivo para establecer la calidad del aprendizaje en los estudiantes es su nivel de atención, debido a que este proceso se encuentra ligado estrechamente a la adquisición de conocimiento y, a su vez, al rendimiento académico. Las investigaciones desarrolladas sobre el tema en la última década demuestran que la implementación de estrategias de enseñanza activas e innovadoras incrementa la motivación estudiantil y favorece su concentración dentro del aula. Por ello, distintos organismos a nivel internacional establecen que el rol del docente no debe centrarse simplemente en la transmisión de información. En ese sentido, la UNESCO (2021), afirma que los docentes deben concebirse como diseñadores y facilitadores de experiencias de aprendizaje que fomenten la curiosidad, fortalezcan la atención sostenida y motiven a los estudiantes a construir conocimiento de manera activa, en lugar de limitarse a transmitir información (p. 153). Por ende, esto sustenta la relevancia de analizar cómo las estrategias de enseñanza aplicadas por los docentes inciden de manera positiva o negativa en los estudiantes, quienes constituyen el eje central del proceso educativo.

Las estrategias de aprendizaje son prácticas educativas enfocadas en fortalecer el desarrollo cognitivo, emocional y social de los estudiantes, mientras que la atención se determina como la facultad cerebral que se encarga de dirigir la concentración hacia un estímulo característico de manera voluntaria. De acuerdo con esto, la teoría que más se alinea y compone el eje central de análisis es el aprendizaje significativo de Ausubel que bajo la perspectiva de Moreira-Chóez et al. (2021), “es el elemento que se centra en el proceso de enseñanza y aprendizaje en donde el estudiante debe asimilar los contenidos al analizar e interpretar su significado” (p. 4). Por lo tanto, el aprendizaje no está limitado a la memorización tan solo de información, sino que también se necesita que el estudiante realice procesos de análisis e interpretación, puesto que se vinculan con sus conocimientos previos. Por este motivo, una enseñanza efectiva debe contrastar estrategias

capaces de captar y mantener la atención del estudiante, de manera que se involucre un procesamiento cognitivo activo. De esta manera, el aprendizaje se convierte más relevante, puesto que el estudiante no solo está recibiendo información, sino que a su vez comprende y hace la aplicación a contextos concretos.

Diversos estudios muestran que las estrategias de enseñanza afectan directamente la atención de los estudiantes. Coello-Cortez et al. (2023), evidenciaron que “el tener un aprendizaje activo apoyado con recursos tecnológicos favorece considerablemente la concentración del alumnado” (p. 413). Asimismo, Lagla-Chicaiza et al. (2023), destacaron la eficiencia de la gamificación y del aprendizaje basado en proyectos (p. 323). En cambio, Vera Arias y Mendoza Vega (2024), señalaron que “la atención depende principalmente de la motivación personal y, sobre todo, del ambiente educativo en el que se desenvuelvan” (p. 324). A nivel internacional, Cuba Mayuri et al. (2024), encontraron que “el trabajo colaborativo y el aprendizaje basado en casos aumentan la atención activa”, y Vega Rojas et al. (2024), evidenciaron que existe una asociación positiva entre las estrategias de aprendizaje y el desempeño académico. Por otra parte, Cunia Huamán y García Aguilera (2025), argumentaron que “las estrategias didácticas impactan directamente en los procesos cognitivos” (p. 614).

En este contexto, dichos hallazgos demuestran que una integración de motivación, tecnología y colaboración fortalece la atención e influye en el aprendizaje de manera significativa. En Ecuador, los resultados del Tercer Estudio Regional Comparativo y Explicativo (ERCE) de la UNESCO y las diversas evaluaciones del Ministerio de Educación han demostrado que una de las principales dificultades del sistema educativo es lograr mantener la atención sostenida de los estudiantes durante las horas establecidas de clases.

El ministerio de educación (2023), a pesar de que se ha promovido la capacitación a docentes y a su vez el uso de metodologías activas (p. 39), no se disponen de cifras actualizadas respecto a las estrategias

de enseñanza que están siendo implementadas actualmente en las aulas, ni mucho menos, de información que aborde de cómo estas influyen en la atención de los estudiantes. Aquella carencia de datos ocasiona un vacío crítico que dificulta la toma de decisiones pedagógicas, provocando una planificación limitada en programas orientadas a mejorar la calidad educativa.

En este sentido, surge la siguiente pregunta de investigación: ¿Qué estrategias de enseñanza aplican los docentes y cómo influyen en el nivel de atención de los estudiantes durante el proceso de enseñanza-aprendizaje en la Escuela de Educación Básica Manuela Cañizares?

Con base en la interrogante planteada, surge la necesidad de aportar evidencia local que ayude a fortalecer la práctica docente con el fin de optimizar el aprendizaje de los estudiantes y contribuir en una mejora de calidad educativa en Ecuador. Este estudio se desarrolla desde una perspectiva científica, bajo un enfoque cuantitativo, transversal, descriptivo y deductivo. En consecuencia, en el ámbito práctico, estos hallazgos permitirán orientar a procesos de capacitación y acompañamiento docente. Y desde el impacto social, se ofrecerán herramientas que favorezcan el desempeño académico y la atención de los estudiantes de la Escuela de Educación Básica Manuela Cañizares.

Dicha situación ha integrado un incentivo para revisar y fortalecer las estrategias de enseñanza vigentes, con la finalidad de mejorar la dinámica pedagógica y, como resultado captar de manera efectiva la atención de los estudiantes.

Ante esta realidad, se considera importante generar evidencia científica con base en el contexto local que permita comprender las metodologías ejecutadas por el personal docente y su incidencia en los alumnos. De tal manera, se busca aportar a una educación más efectiva e inclusiva. En consecuencia, la presente investigación propone analizar las estrategias de enseñanza aplicadas por los

docentes y su incidencia con el nivel de atención en los estudiantes de la Escuela de Educación Básica Manuela Cañizares.

Metodología

La presente investigación se enmarca en un enfoque cuantitativo que busca explicar y analizar la relación entre variables relevantes en el ámbito educativo mediante la medición objetiva y el análisis estadístico de datos. Según Bernal Torres (2010), este enfoque “se fundamenta en la medición de las características de los fenómenos sociales, lo cual supone derivar de un marco conceptual pertinente al problema analizado, una serie de postulados que expresen relaciones entre las variables estudiadas de forma deductiva” (p. 60). De tal manera, el enfoque garantiza la obtención de resultados objetivos y comprobables que aporten una evidencia empírica para una orientación de estrategias pedagógicas dentro de las aulas. En relación con este enfoque, la investigación se sustenta en el paradigma positivista adoptado, el cual define las bases epistemológicas que orientan el desarrollo del proceso investigativo.

Como afirma Herrera Castrillo (2024):

El enfoque positivista, también llamado empírico-analítico o cuantitativo, tiene como finalidad principal observar, predecir y prever los fenómenos a través de la comprobación de teorías y leyes establecidas, con el fin de establecer un marco filosófico y metodológico que guía todo el proceso de investigación. (p.29)

Con el propósito de alcanzar los objetivos establecidos, se optó por aplicar un diseño de investigación no experimental de tipo transeccional, dado que los resultados fueron recolectados en un solo momento y sin intervenir ni modificar las variables del estudio.

Según Hernández Sampieri, Fernández-Collado y Baptista (2006), “las investigaciones no experimentales son los estudios que se realizan sin la manipulación deliberada de variables en los que se pueden observar aquellos fenómenos desde su ambiente natural para después analizarlos” (p. 205).

En cuanto al método aplicado, en la investigación se empleó el método deductivo, el cual parte de principios generales para ser aplicados en hechos particulares. Según Bernal Torres (2010), “se inicia con el análisis de los postulados, teoremas, leyes, principios, etcétera, de aplicación universal y de comprobada validez, para aplicarlos a soluciones o hechos particulares” (p. 59). La utilización de este método permitió aplicar principios teóricos y pedagógicos generales sobre las estrategias de enseñanza y su influencia en la atención de los estudiantes, con el fin de interpretar los resultados de manera sustentada y lógica.

El tipo de estudio se determina si la investigación aplicada describe o explica las relaciones establecidas entre las variables. En este caso, la investigación aplicada es de tipo descriptiva, debido a que su enfoque se centra en detallar las características y particularidades de los fenómenos educativos analizados. Este tipo de investigación no solo nos ayuda a comprender cómo desarrollar las estrategias concretas, sino que también ofrecen un panorama amplio que contribuyan a la mejora de los procesos dentro del ámbito educativo.

La elección de la población se realiza considerando criterios de relevancia y pertinencia con el problema de la investigación. Según Fracica (1988), “la población corresponde al conjunto de unidades o elementos que está orientada dentro del estudio y sobre cuales se pretender obtener información” (p. 36). Por tal motivo, la población del presente estudio está conformada por la totalidad de los docentes de la Escuela de Educación Básica Manuela Cañizares, quienes suman un total de 33 participantes. Debido a que el número de participantes fue accesible, no se consideró necesario

aplicar un proceso de muestreo, así que se trabajó directamente con la población completa. Según Bernal Torres (2010), cuando el número de sujetos es accesible, se puede prescindir el muestreo y tan solo trabajar con la totalidad de la población, aquello permite obtener información completa y precisa del fenómeno estudiado.

En cuanto al instrumento de recolección de datos, se utilizó una encuesta estructurada debido a su utilidad para obtener información confiable y precisa. De acuerdo con Duarte Sánchez y Guerrero Barreto (2024), “la encuesta en la investigación científica se basa en aplicar procedimientos estandarizados que permiten analizar información característica de un grupo poblacional” (p. 9). El instrumento incluyó ítems con escala tipo Likert, permitiendo medir actitudes y percepciones de manera cuantificable. Además, la aplicación del instrumento garantizó la validez de los datos obtenidos sobre la influencia de las estrategias de enseñanza en la atención de los estudiantes de la Escuela de Educación Básica Manuela Cañizares en el periodo lectivo 2025 – 2026.

Resultados

En el presente apartado se presentan los datos obtenidos a partir de la encuesta aplicada a la población total de los docentes pertenecientes a la Escuela de Educación Básica Manuela Cañizares durante el periodo lectivo 2025–2026. Dichos hallazgos permitieron la identificación de las estrategias de enseñanza que suelen aplicar los docentes y cómo estas inciden en el nivel de atención de los estudiantes, lo cual proporciona una base objetiva para análisis e interpretación del estudio alineándose a los objetivos del estudio complementando con tablas y figuras que favorecen su interpretación. Para analizar la relación entre las respectivas variables se aplicó la prueba de chi-cuadrado, las tablas y gráficos adjuntos corresponden a los ítems cuyos resultados presentaron una relevancia para el estudio.

En la tabla 1 los datos demuestran que el (75,8 %) de los docentes ajustan siempre las tareas en cantidad, formato o tiempo esto cada que el estudiante requiere apoyo atencional, evidenciando una práctica pedagógica flexible orientadas a comprender las necesidades individuales dentro de las horas clases. Sin embargo, un 18,2% afirmó que ajustan las tareas casi siempre mientras que solo el 6.1% realiza un ajuste de tareas a veces. A pesar de las cinco opciones de respuestas con base en escala Likert los docentes no escogieron las opciones de respuesta “casi nunca” o “nunca” por lo tanto los datos reflejan que más del 94% de los encuestados sí realizan un ajuste de manera constante y frecuente en las tareas ya sea en cantidad, formato, tiempo con base en el estudiante.

Tabla 1. Ajusta tareas (cantidad, formato, tiempo) cuando un estudiante requiere apoyo atencional.

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	A veces	2	6,1	6,1	6,1
	Casi siempre	6	18,2	18,2	24,2
	Siempre	25	75,8	75,8	100,0
	Total	33	100,0	100,0	

Fuente: elaboración propia.

Nota. Tabla generada en el aplicativo SPSS, los datos muestran una distribución de frecuencias con una tendencia de un 75,8% de docentes ajustan siempre las tareas.

La tabla 2 indica que mediante el chi-cuadrado no existe una relación significativa entre la formación académica de los docentes y las prácticas ofrecen apoyos razonables en evaluaciones ($p > .05$). Dicho hallazgo sugiere que dicha estrategia se adapta a la forma similar entre los docentes con distintos niveles de formación.

Tabla 2. Formación académica - En evaluaciones, ofrece apoyos razonables (ítems claros, tiempo extendido, lectura guiada/visual). Pruebas de chi-cuadrado.

Pruebas de chi-cuadrado			
	Valor	df	Significación asintótica (bilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	,637 ^a	2	,727
Razón de verosimilitud	,584	2	,747
Asociación lineal por lineal	,085	1	,771
N de casos válidos	33		

Fuente: elaboración propia.

Nota. Prueba de chi-cuadrado generado en el aplicativo SPSS con datos de formación académica y apoyo razonable respecto a las evaluaciones

En la tabla 3 se presentan los resultados referentes a prueba de chi-cuadrado (χ^2) con la finalidad de examinar respecto a la relación con el nivel educativo que imparte el docente junto a la capacidad de los estudiantes para mantener la atención durante las actividades planificadas. Los resultados sostienen que no existe una asociación estadísticamente significativa entre las variables analizadas, $\chi^2(4, N = 33) = 1.18, p = .882$.

Tabla 3. Nivel educativo que imparte el docente - Mantienen motivación e interés durante las actividades planificadas.

Pruebas de chi-cuadrado			
	Valor	df	Significación asintótica (bilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	1,179 ^a	4	,882
Razón de verosimilitud	1,168	4	,883
Asociación lineal por lineal	,088	1	,767
N de casos válidos	33		

Fuente: elaboración propia.

Nota. Prueba de chi-cuadrado generado en el aplicativo SPSS, los datos muestran la relación entre el nivel educativo que imparte el docente y la atención prestada por lo estudiantes en las actividades.

La tabla 4 muestra la relación entre la formación recibida por los docentes en TDAH o apoyo atencional y la frecuencia con la que coordinan con la familia y/o el DECE/psicopedagogía para establecer apoyos correspondientes. La categoría “siempre” concentra una mayoría de respuestas, especialmente entre los docentes sin formación y los que cuentan con una participación en talleres o cursos breves. Los niveles de formación más avanzados también se ubican en esta categoría, aunque presentan una menor representación. Las opciones “casi siempre”, “a veces” y “nunca” muestran una distribución reducida. Sin embargo, la tabla refleja que todos los encuestados presentan una tendencia marcada hacia la coordinación constante con la familia y DECE, independientemente del tipo de formación que tenga el docente.

Tabla 4. Tabla Cruzada de la Formación Recibida en TDAH o Apoyo Atencional y la Coordinación con las Familias y/o DECE/Psicopedagogía para Alinear Apoyos Cuando Corresponde.

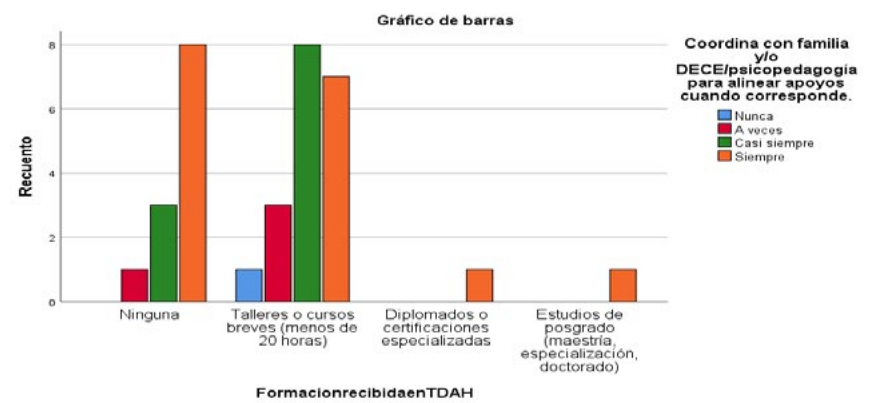
Formación recibida en TDAH o Apoyo Atencional - Coordina con familia y/o DECE/psicopedagogía para alinear apoyos cuando corresponde.						
		Coordina con familia y/o DECE/psicopedagogía para alinear apoyos cuando corresponde.				Total
		Nunca	A veces	Casi siempre	Siempre	
Formación recibida en TDAH o Apoyo Atencional	Ninguna	0	1	3	8	12
	Talleres o cursos breves (menos de 20 horas)	1	3	8	7	19
	Diplomados o certificaciones especializadas	0	0	0	1	1
	Estudios de posgrado (maestría, especialización, doctorado)	0	0	0	1	1
	Total	1	4	11	17	33

Fuente: elaboración propia.

Nota. Tabla cruzada generada en el aplicativo SPSS, los datos muestran la relación entre formación recibida en TDAH o apoyo atencional y la coordinación con las familias y/o DECE/psicopedagogía para alinear apoyos cuando corresponde.

En la figura 1 se observa la relación que existe entre la formación recibida en TDAH por parte de los docentes y la frecuencia con la que ellos coordinan con la familia y/o el DECE o psicopedagogía para alinear apoyos cuando sea correspondido. Por ello, se refleja que quienes han recibido talleres o cursos breves, así como aquellos sin formación, tienden a coordinar con mayor frecuencia, mientras tanto la participación disminuye en los niveles de formación más especializados.

Figura 1. Formación Recibida en TDAH o Apoyo atencional y la Coordinación con las Familias y/o DECE/Psicopedagogía para Alinear Apoyos Cuando Corresponde.



Fuente: elaboración propia.

Nota. Gráfico de barras generado a través de SPSS sobre formación recibida en TDAH y la respectiva coordinación con las familias y/o DECE (2025).

En la tabla 5 se observa la relación entre los años de experiencia docente y la frecuencia con la que aplican una retroalimentación específica y oportuna. Los datos muestran que la mayor cantidad de respuestas se encuentran dentro de la opción “siempre”, seguido de “casi siempre” con una proporción menor mientras que la opción “a veces” presentan una frecuencia mínima. Estos hallazgos conjuntamente evidencian que existe una tendencia hacia la implementación constante de retroalimentación sin importar el rango de experiencia del docente.

Tabla 5. Tabla Cruzada de los Años de Experiencia en Docencia Sobre el Reforzamiento de Esfuerzo y el Avance con Retroalimentación Específica y Oportuna.

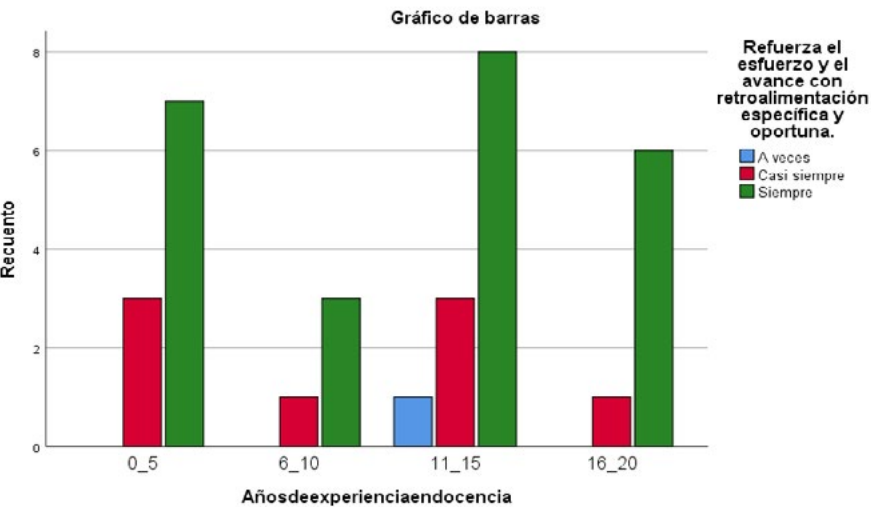
Años de experiencia en docencia - Refuerza el esfuerzo y el avance con retroalimentación específica y oportuna.					
		Refuerza el esfuerzo y el avance con retroalimentación específica y oportuna.			Total
		A veces	Casi siempre	Siempre	
Años de experiencia en docencia	0-5	0	3	7	10
	6-10	0	1	3	4
	11-15	1	3	8	12
	16-20	0	1	6	7
Total		1	8	24	33

Fuente: elaboración propia.

Nota. Tabla cruzada generada en el aplicativo SPSS, los datos muestran la relación entre Años de Experiencia en Docencia Sobre el Reforzamiento de Esfuerzo y el Avance con Retroalimentación Específica y Oportuna.

La figura 2 refleja la relación entre los años de experiencia en docencia y la frecuencia con que los docentes refuerzan el esfuerzo y el avance mediante retroalimentación específica y oportuna. Aquí se observa que los docentes con entre 0 y 5 años, así como aquellos con 11 a 20 años de experiencia, manifiestan hacerlo con mayor continuidad “siempre”. Sin embargo, que en los rangos intermedios la práctica suele ser menos constante o recurrente.

Figura 2. Años de Experiencia en Docencia Sobre el Reforzamiento de Esfuerzo y el Avance con Retroalimentación Específica y Oportuna.



Fuente: elaboración propia.

Nota. Gráfico de barras generado a través de SPSS por medio de tabla cruzada con los años de experiencias en docencias y la aplicación de retroalimentación oportuna. (2025)

Discusión

Los hallazgos del estudio evidencian que los docentes aplican estrategias pedagógicas orientadas a la atención y necesidades individuales de cada estudiante, tales como la retroalimentación o ajustar las tareas. Aunque no se logró encontrar relaciones estadísticamente significativas entre la formación académica de los docentes y el nivel de atención de los estudiantes, estos resultados sugieren que no se identificaron asociaciones significativas entre las variables estudiadas. Debido a estos hallazgos se relacionan principalmente con la teoría de aprendizaje significativo de Ausubel, quien nos indica que la asimilación y comprensión respecto a los contenidos surgen cuando el estudiante se involucra de una manera activa dentro de su proceso de aprendizaje.

Adicionalmente, los resultados demuestran que tanto los docentes con amplia experiencia profesional como aquellos con menor experiencia profesional presentan una mayor frecuencia de coordinar con las familias y con el DECE, con el propósito de reforzar el aprendizaje a través de la comunicación constante y a su vez con el acompañamiento pertinente. Del mismo modo, este comportamiento coincide con lo argumentado por Vera Arias y Mendoza Vega (2024), quienes resaltan que la atención del alumno depende considerablemente de la motivación y del ambiente educativo, asumiendo que estos factores son más relevantes que los recursos y metodologías utilizadas. En este sentido, cuando existe una interacción positiva entre estudiantes, familias y docentes, este permite fortalecer el compromiso del alumno con las actividades escolares, lo cual favorece su concentración durante las horas de clase.

En síntesis, la práctica docente evidencia un compromiso colectivo para mejorar la atención de los estudiantes de la institución. No obstante, aún se evidencia la necesidad de diversificar las estrategias aplicadas dentro del aula de clases. Según Coello-Cortez et al. (2023), la implementación de recursos innovadores y metodologías dinámicas no solo estimulan una participación, sino que pueden optimizar en su totalidad la concentración del estudiante. Por consiguiente, estos resultados manifiestan que las estrategias de enseñanza implementadas en la Escuela de Educación Básica Manuela Cañizares responden con base a un enfoque inclusivo y flexible. No obstante, se demuestra la necesidad de continuar fortaleciendo metodologías activas y significativas que contribuyan a una mejora en el rendimiento, concentración y atención, promoviendo mantener así un aprendizaje duradero dentro del aula.

Conclusión

Este estudio permitió determinar que, aunque los docentes aplican con continuidad estrategias de enseñanza que van desde la

coordinación con los familiares y el DECE hasta la retroalimentación oportuna y la adaptación de tareas, estas prácticas no mostraron una relación estadísticamente significativa con el nivel de atención de los estudiantes. Aquello sugiere que la atención no depende exclusivamente de las estrategias que el docente emplea, sino también de factores como el contexto del aula, la motivación y, sobre todo, las características individuales de cada estudiante. La presencia de prácticas inclusivas y comprensivas permiten evidenciar que los docentes reportan prácticas que podrían interpretarse como orientadas a atender necesidades educativas de los estudiantes, aunque el estudio no evaluó el enfoque pedagógico institucional. Aun así, dichas prácticas se relacionan con la importancia de mantener la atención que favorezcan la comprensión y participación del estudiante.

No obstante, la ausencia de asociaciones significativas, los resultados indican que las estrategias de enseñanza sí cumplen un papel crucial en la dinámica del aula, puesto que permiten organizar el proceso educativo de una manera estimulante y accesible para los estudiantes. En otras palabras, se considera necesario demostrar que fortalecer la atención estudiantil no requiere únicamente de aplicar técnicas específicas, sino también variar y mejorar su implementación para responder y atender a los distintos ritmos y estilos de aprendizajes. En conclusión, es fundamental continuar promoviendo capacitaciones a los docentes en metodologías activas y motivadoras que potencien e impulsen el nivel de atención y, en consecuencia, el aprendizaje. A su vez, la evidencia obtenida contribuye en abarcar a profundidad cómo interactúan ambas variables y resalta la necesidad de seguir investigando la influencia concreta que ejercen las estrategias pedagógicas sobre el nivel de atención de los estudiantes.

Referencias

- Bernal Torres, C. A. (2010). *Metodología de la investigación para administración, economía, humanidades y ciencias sociales*. Pearson Educación.
- Coello-Cortez, M. R., Esteves-Fajardo, Z. I., & Garcés-Garcés, N. N. (2023). Estrategias didácticas para optimizar el aprendizaje en el estudiantado ecuatoriano. *Revista Arbitrada Interdisciplinaria Koinonía*, 8(2), 575–593. <https://doi.org/10.35381/r.k.v8i2.2920>
- Cuba Mayuri, R. A., Morales Landa, R. D., Gómez Hernández, F. W., & Altamirano Buleje, E. A. (2024). Impacto de las estrategias pedagógicas en estudiantes de educación superior. *Revista Tribunal*, 4(9), 612–630. <https://doi.org/10.59659/revistatribunal.v4i9.95>
- Cunia Huamán, G., & García Aguilera, O. V. (2025). Estrategias didácticas: un enfoque sistemático de la literatura reciente. *Revista Científica Aula Virtual*, 6(13), 457–458. <https://doi.org/10.5281/zenodo.15442709>
- Duarte Sánchez, D. D., & Guerrero Barreto, R. (2024). La encuesta como instrumento de recolección de datos, confiabilidad y validez en investigación científica. *Revista De Ciencias Empresariales, Tributarias, Comerciales Y Administrativas*, 3(2), 94–107.
- Fracica Naranjo, G. (1998). *Modelo de simulación en muestreo*. Universidad de La Sabana.
- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, P. (2006). *Metodología de la investigación*. McGraw-Hill Interamericana.
- Herrera Castrillo, C. J. (2024). Paradigma Positivista. *Boletín Científico de las Ciencias Económico Administrativas del ICEA*, 12(24), 29–32. <https://doi.org/10.29057/icea.v12i24.12660>
- Lagla-Chicaiza, R. X., Martínez-Guerrero, L. P., González-Albarracín, E. E., & Cerna-Sandoval, A. V. (2023). Las estrategias pedagógicas innovadoras: un análisis crítico en la formación docente. *Polo del Conocimiento: Revista Multidisciplinar de Innovación y Estudios Aplicados*, 8(11), 320–337. <https://doi.org/10.23857/pc.v8i6>
- Ministerio de Educación. (2023). *Informe preliminar de rendición de cuentas ministerio de educación 2023*.
- Moreira-Chóez, J. S., Beltrón-Cedeño, R. A., & Beltrón-Cedeño, V. C. C. (2021). Aprendizaje significativo: una alternativa para transformar la educación. *Dominio De Las Ciencias*, 7(2), 915–924. <https://doi.org/10.23857/dc.v7i2.1835>

- UNESCO. (2021). *Reimaginar nuestros futuros juntos: un nuevo contrato social para la educación*. https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000379381_spa
- Vega Rojas, M. R., Arroyo Resino, D., & Ulloa Guerra, O. (2024). Estrategias de Aprendizaje y su Impacto Académico en Estudiantes de Educación Superior: Revisión Sistemática 2016-2023. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 8(1), 663–689. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i1.9451
- Vera Arias, M. J., & Mendoza Vega, A. J. (2024). La atención como proceso cognitivo para estimular el aprendizaje de los estudiantes: Attention as a Cognitive Process to Stimulate Student Learning. *Revista Científica*, 9(32), 320–339. <https://doi.org/10.29394/Scientific.issn.2542-2987.2024.9.32.15.320-339>

Teaching Strategies Applied by Teachers and Their Relationship with the Level of Student Attention at the Manuela Cañizares Elementary School during the 2025-2026 Academic Year

Estratégias de Ensino Aplicadas pelos Docentes e sua Relação com o Nível de Atenção dos Estudantes na Escola de Educação Básica Manuela Cañizares durante o Ano Letivo 2025-2026

George Steveen Merejildo Pincay

Universidad Estatal Península De Santa Elena | Santa Elena | Ecuador

<https://orcid.org/0009-0003-6599-0551>

george.merejildopincay3015@upse.edu.ec

Estudiante

Estefania Michelle Rodríguez Borbor

Universidad Estatal Península De Santa Elena | Santa Elena | Ecuador

<https://orcid.org/0009-0007-6542-345X>

estefania.rodriguezborbor3628@upse.edu.ec

Estudiante

Lady Julissa Roca Panimboza

Universidad Estatal Península De Santa Elena | Santa Elena | Ecuador

<https://orcid.org/0009-0008-8826-7223>

lady.rocapanimboza0532@upse.edu.ec

Estudiante

Danna Fiorella Rodríguez Domínguez

Universidad Estatal Península De Santa Elena | Santa Elena | Ecuador

<https://orcid.org/0009-0001-7010-9672>

danna.rodriguezdominguez2264@upse.edu.ec

Estudiante

Abstract

This study analyzes the teaching strategies applied by the 33 teachers who make up the Manuela Cañizares Elementary School and their relationship with the level of student attention during the 2025-2026 academic year. A quantitative, cross-sectional, and descriptive approach was used through an online survey with a Likert-type scale; the relationship between variables was determined using the chi-square test. The descriptive results showed that 75.8% of teachers always make adjustments to tasks (quantity, format, or time) in response to students' attentional support needs. A high frequency was observed in practices of timely feedback and coordination with families or DECE (Student Counseling Department). However, the chi-square tests did not show statistically significant associations between the educational level taught, academic training, or years of teaching experience and student attention indicators ($p > .05$). These findings suggest that other factors not included in the study could influence attention. It is concluded that, despite the lack of significant associations, the strategies implemented by teachers favor attention in students' pedagogical processes.

Keywords: attention; students; learning strategies; teachers.

Resumo

O presente estudo analisa as estratégias de ensino aplicadas pelos 33 docentes que compõem a Escola de Educação Básica Manuela Cañizares e sua relação com o nível de atenção dos estudantes durante o ano letivo 2025-2026. Empregou-se uma abordagem quantitativa, transversal e descritiva mediante uma enquete online com escala tipo Likert; a relação entre as variáveis foi determinada por meio do teste de qui-quadrado. Os resultados descritivos demonstraram que

75,8% dos docentes sempre realizam ajustes nas tarefas (quantidade, formato ou tempo) ante as necessidades de apoio atencional do estudante, observando-se uma alta frequência nas práticas de retroalimentação oportuna e uma coordenação com as famílias ou o DECE (Departamento de Aconselhamento Estudantil). Contudo, os testes de qui-quadrado não mostraram associações estatisticamente significativas entre o nível educacional lecionado, a formação acadêmica ou os anos de experiência na docência e os indicadores de atenção estudantil ($p > ,05$). Tais achados sugerem que outros fatores não incluídos no estudo poderiam influenciar a atenção. Conclui-se que, apesar da inexistência de associações significativas, as estratégias que os docentes implementam favorecem a atenção nos processos pedagógicos dos estudantes.

Palavras-chave: atenção; estudantes; estratégias de aprendizagem; docentes.

Capítulo 3

Resiliencia y adaptación académica de los estudiantes de primer semestre de la carrera de psicología U.P.S.E. 2025-2

Daniela Paola Córdova Suarez, Miryan Rocio Ushigua Calapucha, Jordelyn Rosa Tomalá Rodríguez, Ingrid Denisse Tigrero Láinez

Resumen

El presente estudio tuvo como objetivo analizar la relación entre la resiliencia y la adaptación académica en estudiantes del primer semestre de la carrera de Psicología de la Universidad Estatal Península de Santa Elena (U.P.S.E.) durante el ciclo 2025-2. Se empleó un enfoque cuantitativo con diseño no experimental, descriptivo-correlacional y de corte transversal. La muestra estuvo conformada por 159 estudiantes seleccionados mediante muestreo no probabilístico. Se aplicaron dos instrumentos validados: la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young (ER-25) y una versión adaptada del Student Adaptation to College Questionnaire (SACQ), que evalúa diversas dimensiones de la adaptación académica universitaria. Los resultados muestran niveles moderados y altos de resiliencia, así como una adaptación académica globalmente favorable, con diferencias según edad, sexo y zona de residencia, lo que indica que el proceso de ajuste universitario está influido por factores individuales y contextuales. En conclusión, los estudiantes cuentan con recursos personales y académicos que favorecen su integración a la vida universitaria, aunque se requiere fortalecer estrategias institucionales que atiendan las necesidades específicas de cada grupo estudiantil.

Palabras clave:
resiliencia;
adaptación
académica;
determinación;
pertenencia
institucional;
estudiantes
universitarios.

Córdova Suarez, D. P., Ushigua Calapucha, M. R., Tomalá Rodríguez, J. R., & Tigrero Láinez, I. D. (2025). Resiliencia y adaptación académica de los estudiantes de primer semestre de la carrera de psicología U.P.S.E. 2025-2. En H. M. Castillo Del Valle, J. L. Pozo Chele, & J. L. Alcivar Ponce, (Coords). *Psicología y Educación. Estrategias de aprendizaje y salud mental en contextos académicos*. (pp. 60-79). Religación Press. <http://doi.org/10.46652/religacionpress.373.c773>



Introducción

El cambio de la educación secundaria a la educación superior constituye para muchos jóvenes un proceso de ajuste complejo que implica afrontar nuevas exigencias académicas, sociales y emocionales. Durante el primer semestre universitario, los estudiantes se enfrentan a retos asociados con el incremento de la autonomía, la autorregulación del aprendizaje y la gestión emocional. En este contexto, la resiliencia académica se define como la capacidad de mantener el compromiso y el desempeño a pesar de las dificultades, convirtiéndose en un elemento esencial para alcanzar el éxito en la educación superior (Li et al., 2024).

Diversas investigaciones en América Latina han evidenciado que los estudiantes de primer ciclo encuentran obstáculos significativos en su proceso de adaptación universitaria. Giler (2023), señala que entre los principales desafíos se encuentra la administración del tiempo, la presión académica, la distancia del núcleo familiar y la ausencia de estrategias emocionales para afrontar el cambio. De manera similar, Zumárraga (2023), reporta que los niveles más altos de resiliencia se asocian positivamente con el rendimiento académico y con una menor intención de abandono, lo que refuerza el papel protector de la resiliencia frente al estrés y la deserción estudiantil.

En el contexto ecuatoriano, esta situación continúa siendo un tema que causa preocupación. Giler (2023), señala que los índices de abandono en el primer año universitario se mantienen elevados y que la mayoría de las causas se relacionan con una adaptación académica deficiente y una mínima percepción de autoeficacia. De igual manera, investigaciones locales como la de Zumárraga (2023), destaca que la resiliencia no solo se vincula con un mejor rendimiento académico, sino que también reduce la probabilidad de abandono. Por ello, fortalecer la resiliencia se considera una estrategia clave para promover la permanencia y el desarrollo integral del estudiante universitario.

Los antecedentes revisados confirman una relación constante entre resiliencia y adaptación académica en diversos entornos educativos. No obstante, aún resulta necesario profundizar en esta relación dentro del ámbito universitario ecuatoriano, en la carrera de psicología de la Universidad Estatal Península de Santa Elena (U.P.S.E.) donde los factores emocionales y de autorregulación son determinantes para la permanencia y el éxito académico. A partir de esta necesidad surge la siguiente pregunta central de investigación: ¿Cuál es la relación entre la resiliencia y la adaptación académica en los estudiantes del primer semestre de la carrera de Psicología del ciclo 2025-2?

El análisis de esta relación resulta relevante porque, en el plano teórico, permite ampliar la comprensión de los factores que influyen en la adaptación universitaria (Li et al., 2024). En el ámbito práctico, ofrece orientaciones para diseñar programas de tutoría y talleres que fortalezcan las competencias socioemocionales de los estudiantes (Cai et al., 2025). En el plano social, contribuye a promover una educación más equitativa y sostenible al favorecer la disminución de las tasas de abandono estudiantil.

Zumárraga (2023), señala que la resiliencia académica implica la capacidad del estudiante para afrontar los obstáculos personales en el proceso educativo mediante respuestas adaptativas y eficaces.

Por su parte, Masten (2014), la define como una adaptación positiva frente a múltiples adversidades, destacando su carácter dinámico e incluyente a factores personales y contextuales. Desde el enfoque de la teoría sociocognitiva, Bandura (1997), sostiene que la autoeficacia percibida constituye un componente esencial de la resiliencia, estableciendo la confianza del individuo según su capacidad para afrontar la demanda del entorno académico.

Sin embargo, la adaptación académica se refiere al proceso mediante el cual el estudiante logra ajustarse a las exigencias cognitivas, sociales y emocionales propias de la vida universitaria.

Piaget (1952), explica que todo proceso de adaptación implica un equilibrio entre asimilación y acomodación, mediante los cuales el individuo integra nueva información y modifica sus esquemas previos para alcanzar estabilidad cognitiva. Desde una perspectiva complementaria, Lewin (1936), a través de su teoría del campo, sostiene que la conducta es el resultado de la interacción entre la persona y su ambiente ($B = f(P, E)$), lo que permite comprender la adaptación universitaria como un equilibrio dinámico entre demandas académicas y los recursos internos del estudiante.

Viqueira et al. (2023), plantean que la adaptación académica se relaciona con la satisfacción del estudiante respecto al ritmo de trabajo, la calidad de la formación recibida y la confianza en sus propias capacidades. Aunque la resiliencia y adaptación son constructos distintos, ambos se encuentran estrechamente vinculados y cumplen un papel fundamental en el proceso de permanencia universitaria.

Desde el marco teórico reciente, el modelo de resiliencia académica de Li et al. (2024), enfatiza el papel de la autorregulación y del apoyo social, como elementos centrales del afrontamiento eficaz, a diferencia del modelo de adaptación académica, emocional y social. Asimismo, variables como: la autoestima emocional y el apoyo familiar se reconocen como predictores esenciales al ajuste de la vida universitaria.

Este estudio se desarrollará en la carrera de Psicología de la U.P.S.E. localizada en el cantón La Libertad, provincia de Santa Elena. La población objetiva está conformada por 229 estudiantes del primer semestre que cursan sus estudios en dos jornadas mañana y tarde, en modalidad virtual. Esta modalidad presenta un desafío significativo para aquellos estudiantes que inician la vida universitaria, pues demanda altos niveles de autonomía, autorregulación y resiliencia. Los nuevos alumnos conforman un grupo peculiarmente sensible a los diferentes cambios académicos y emocionales que se presentan en esta transición.

Estudios realizados en Quito demuestran que la resiliencia en alumnos universitarios se vincula con un mejor rendimiento y menor intención de abandono (Zumárraga, 2023). En este sentido, el presente estudio busca aportar evidencia empírica actual sobre la relación entre resiliencia y adaptación académica en los estudiantes del primer semestre de la carrera de psicología de la U.P.S.E.

Metodología

La investigación se desarrolla bajo un enfoque cuantitativo, ya que se orienta al análisis de datos numéricos con el propósito de describir y examinar la relación entre la resiliencia y la adaptación académica en los estudiantes del primer semestre de Psicología de la U.P.S.E, durante el ciclo 2025-2. Este enfoque permite obtener resultados objetivos que sirvan como evidencia empírica para comprender ambos constructos y diseñar estrategias de acompañamiento académico más efectivas.

Este estudio se sustenta en el paradigma positivista, que busca confirmar fenómenos observables por procedimientos sistemáticos y comprobables, asegurando la validez y confiabilidad de los hallazgos (Arias et al., 2022). Con base en ello, se seleccionó un diseño no experimental y transversal, en el cual los datos fueron recolectados en un único momento, sin manipulación de las variables, permitiendo analizarlas tal como ocurren en su contexto natural (Hernández Sampieri et al., 2014).

El proceso metodológico se guio por el método deductivo, partiendo de teorías generales sobre la resiliencia y la adaptación académica para verificarlos con los resultados empíricos obtenidos. Este método permite extraer conclusiones coherentes y fundamentadas a partir de principios teóricos previamente establecidos (Briones, 2002). En cuanto al nivel de alcance, la investigación es descriptiva, puesto que busca identificar y detallar las características de las variables analizadas, sin pretender establecer relaciones causales entre ellas (Hernández et al., 2014).

La población estuvo conformada por los estudiantes del primer semestre de la carrera de Psicología en modalidad virtual de la U.P.S.E. durante el ciclo 2025-2, quienes comparten características propias del inicio de su formación profesional. De acuerdo con Hernández et al. (2014), la población se define como el conjunto total de individuos que presenta características específicas relevantes para un estudio determinado.

La muestra se seleccionó mediante un muestreo no probabilístico, debido a limitaciones de acceso y disponibilidad; los participantes respondieron de manera voluntaria. Bernal (2010), menciona este modelo de muestreo resulta ideal cuando se utiliza grupos reducidos y accesibles, ayudando a obtener información clave de manera práctica. En total 229 estudiantes son los que están en el primer semestre, de los cuales solo 159 completaron los instrumentos de evaluación.

Para la recopilación de los datos no se utilizó una encuesta general, sino dos cuestionarios psicométricos validados internacionalmente en un formulario digital de Google Forms, lo cual facilitó la información homogénea y cuantificable.

1. Escala de Resiliencia de Wagnild y Young (ER-25)

Propuesta por Wagnild y Young (1993), que está conformada por 25 ítems en formato de Likert de cinco puntos y evalúa dimensiones como determinación, autoconfianza, propósito vital y afrontamiento ante la adversidad. Cuenta con amplia evidencia de fiabilidad y validez de población adolescente y adulta.

2. Cuestionario de adaptación académica universitaria (SACQ-versión adaptada).

Desarrollado por Baker y Siryk (1984), evalúa cuatro dimensiones esenciales del proceso de ajuste universitario: adaptación académica, adaptación social, adaptación personal-emocional y adaptación institucional. Está compuesta por 20 ítems en escala de Likert de cinco categorías, permitiendo obtener puntajes globales y parciales.

La aplicación conjunta de ambos instrumentos asegura la obtención de datos válidos, confiables y comparables con investigaciones previas en el ámbito universitario. Los instrumentos fueron enviados por medios virtuales institucionales y redes académicas, antes de responder los estudiantes recibieron información sobre la confidencialidad de sus respuestas y su participación voluntaria, otorgando consentimiento informado. Una vez completado el formulario, la base de datos fue depurada, organizada y verificada para garantizar su calidad.

El procesamiento se realizó en IBM SPSS Statistics (versión 25), se inició con un análisis descriptivo de las variables sociodemográficas y de los puntajes obtenidos, utilizando media, desviación estándar y frecuencias. Posteriormente, se llevaron a cabo tablas cruzadas para explorar la relación entre las dimensiones de resiliencia y la adaptación académica y variables como edad, sexo, jornada, zona de residencia y estado civil, identificando patrones relevantes en los grupos estudiados.

El análisis estadístico permitió obtener una visión integral de cómo se manifiestan la resiliencia y la adaptación académica en la muestra evaluada. A continuación, se presentan los resultados más significativos identificados durante el procedimiento de los datos.

Resultados

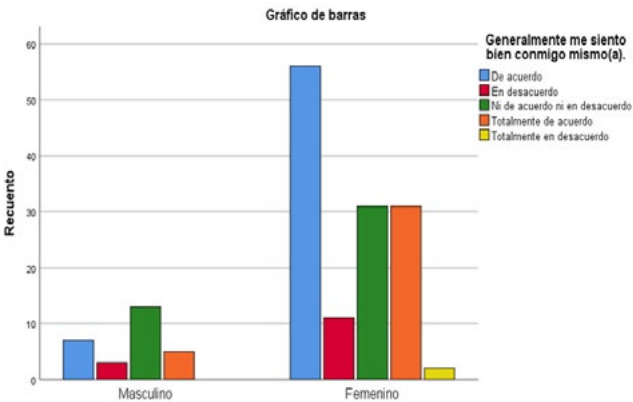
A partir de los procedimientos descritos y con la base de datos se realizó el análisis correspondiente para identificar los niveles de resiliencia y la adaptación académica en la muestra estudiada, así como su comportamiento según las variables sociodemográficas consideradas. Este proceso permitió obtener una visión más clara y estructurada del perfil de los estudiantes, así como de las posibles diferencias entre grupos. Los hallazgos obtenidos se presentan a continuación, organizados en función de los principales resultados derivados de los análisis estadísticos.

Tabla 1. Tabla cruzada sexo Generalmente me siento bien conmigo mismo (a)

Sexo	De acuerdo	En des-acuerdo	Ni de acuerdo ni en des-acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente en des-acuerdo	Total
Masculino	7	3	13	5	0	28
Femenino	56	11	31	31	2	131
Total	63	14	44	36	2	159

Fuente: elaboración propia

Figura 1. Generalmente me siento bien conmigo mismo (a), según el sexo



Fuente: elaboración propia con base en datos cualitativos del estudio “Resiliencia y adaptación académica de los estudiantes del primer semestre de la carrera de psicología U.P.S.E. 2025-2”, procesados en el programa SPSS (2025).

Los resultados muestran que tanto hombres como mujeres presentan una tendencia marcada hacia niveles positivos de bienestar personal. En ambos grupos predominan las respuestas “De acuerdo” y “Totalmente de acuerdo”, lo que indica una percepción favorable de sí mismos, sin embargo, las mujeres presentan mayores respuestas positivas, lo que sugiere un nivel de autoconfianza personal, ligeramente más elevado en comparación con los hombres.

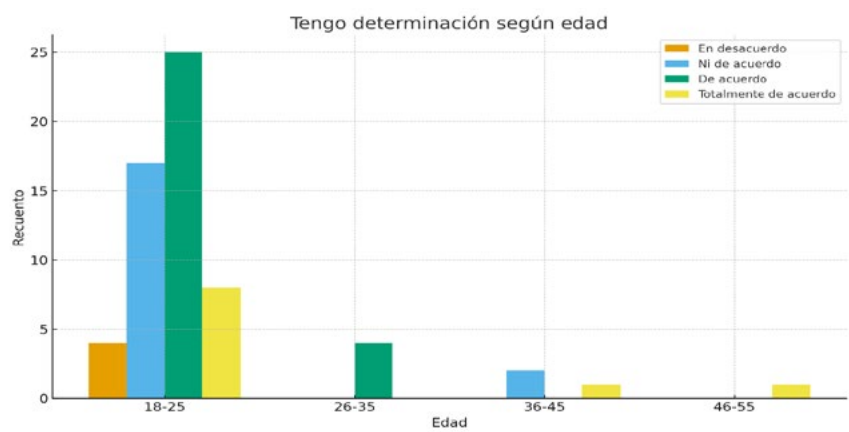
Este patrón puede relacionarse con factores emocionales y sociales vinculados al proceso de adaptación académica, los datos reflejan que el bienestar emocional constituye un recurso presente de manera sólida en la mayoría de los estudiantes.

Tabla 2. Tabla cruzada de edad Tengo determinación

EDAD	En des-acuerdo	Ni de acuerdo ni en des-acuerdo	De acuerdo	Total-mente de acuerdo	Total
18-25	4	17	25	8	54
26-35	0	0	4	0	4
36-45	0	2	0	1	3
46-55	0	0	0	1	1
Total	4	19	29	10	62

Fuente: elaboración propia

Figura 2. Tengo determinación según edad



Fuente: Elaboración propia con base en datos cualitativos del estudio “Resiliencia y adaptación académica de los estudiantes del primer semestre de la carrera de psicología U.P.S.E. 2025-2”, procesados en el programa SPSS (2025).

La determinación, una dimensión central de la resiliencia se observa con mayor intensidad en el grupo de 18 a 25 años, que reúne la mayor cantidad de estudiantes. En este grupo la suma de respuestas “De acuerdo” y “Totalmente de acuerdo” representa el valor predominante, evidenciando una alta disposición para persistir ante las exigencias académicas. Aunque los grupos de mayor edad presentan menos participantes, también muestran respuestas positivas lo que indica que la determinación está presente en estudiantes de todas las edades.

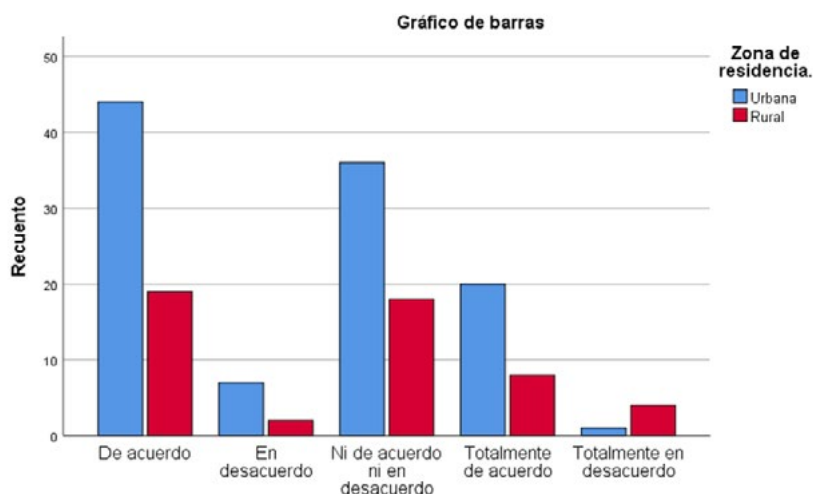
Este comportamiento sugiere que la motivación, la constancia y la actitud ante los desafíos académicos se manifiestan de manera estable en la mayoría de la población.

Tabla 3. Tabla cruzada Zona de residencia. Siento que pertenezco a la comunidad universitaria.

Siento que pertenezco a la comunidad universitaria					
Zona de residencia	De acuerdo	En des-acuerdo	Ni de acuerdo o de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Total
Urbana	44	7	36	21	108
Rural	19	2	18	12	51
Total	63	9	54	33	159

Fuente: elaboración propia

Figura 3. Siento que pertenezco a la comunidad universitaria según la residencia



Fuente: elaboración propia con base en datos cualitativos del estudio “Resiliencia y adaptación académica de los estudiantes del primer semestre de la carrera de psicología U.P.S.E. 2025-2”, procesados en el programa SPSS (2025).

Los datos de la encuesta revelan fuerte y generalizado sentimiento de pertenencia a la comunidad universitaria entre los 159 participantes. Una gran mayoría de los encuestados, 91 personas, en total 57% del total, manifestaron estar “de acuerdo” o “totalmente de acuerdo” con la afirmación pertenezco a la comunidad universitaria. Esta tendencia es consistente tanto en el área urbana o rural, solo una parte menor, 14 personas aproximadamente el 9% expresó algún grado de desacuerdo es notable, sin embargo, un grupo significativo de 54 individuos alrededor del 34% adoptó una postura neutral.

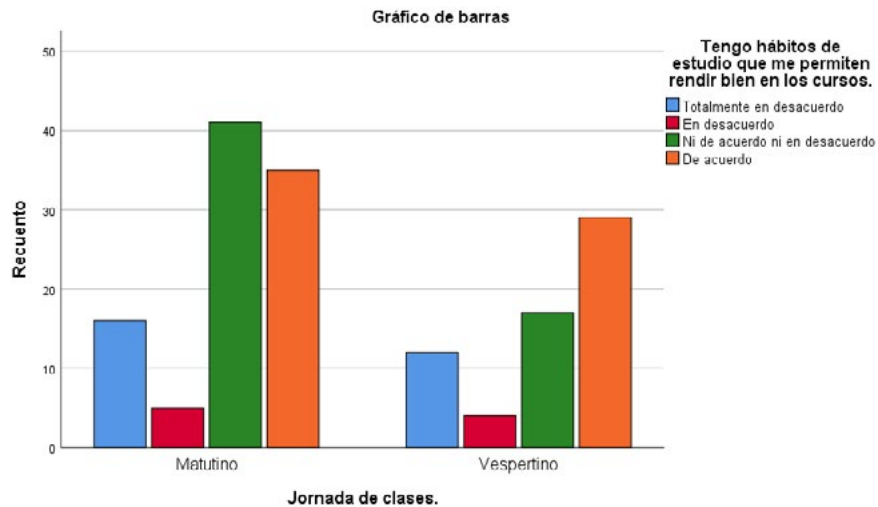
Esto sugiere que, si bien la percepción de pertenencia es mayoritariamente positiva, existe un tercio de la población encuestadas que no se siente fuertemente identificado o tiene una opinión diferente. El estudio indica una alta cohesión percibida dentro de la comunidad, aunque con un área de mayor pertenencia para integrar completamente a aquellos que permanecen neutrales.

Tabla 4. Tabla cruzada Jornada de clases Tengo hábitos de estudio que me permiten rendir bien en los cursos.

Jornada de clases	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Ni de acuerdo o de acuerdo	De acuerdo	Totalmente en desacuerdo	Total
Matutina	16	5	41	35	0	97
Vespertino	12	4	17	29	0	62
Total	28	9	58	64	0	159

Fuente: elaboración propia

Figura 4. Tengo hábitos de estudio que me permiten rendir bien en los cursos.



Fuente: elaboración propia con base en datos cualitativos del estudio “Resiliencia y adaptación académica de los estudiantes del primer semestre de la carrera de psicología U.P.S.E. 2025-2”, procesados en el programa SPSS (2025).

Los resultados muestran diferencias notables en los hábitos de estudio según la jornada de clases. En el grupo matutino manifiesta que los estudiantes tienen niveles favorables en sus hábitos académico, donde 41 estudiantes indicaron estar “Ni de acuerdo ni en desacuerdo” y 35 estudiantes señalaron estar “De acuerdo”. Estas cifras representan un patrón de tendencia hacia la percepción moderada y positiva del propio rendimiento académico. Por otra

parte, 16 estudiantes expresaron “En desacuerdo” y 5 “Totalmente en desacuerdo”, lo que evidencia que siendo menor existe un segmento que enfrenta dificultades en sus hábitos de estudio.

En la jornada vespertina los resultados mantienen una distribución similar, aunque con cifras ligeramente menores debido al tamaño de la muestra. En este grupo, 17 estudiantes se ubicaron en la categoría “Ni de acuerdo ni en desacuerdo” y 29 en “De acuerdo”, lo que sugiere nuevamente una tendencia positiva. Al igual que el turno matutino, las respuestas menos favorables fueron minoritarias con 12 estudiantes en “En desacuerdo” y 4 en “Totalmente en desacuerdo”.

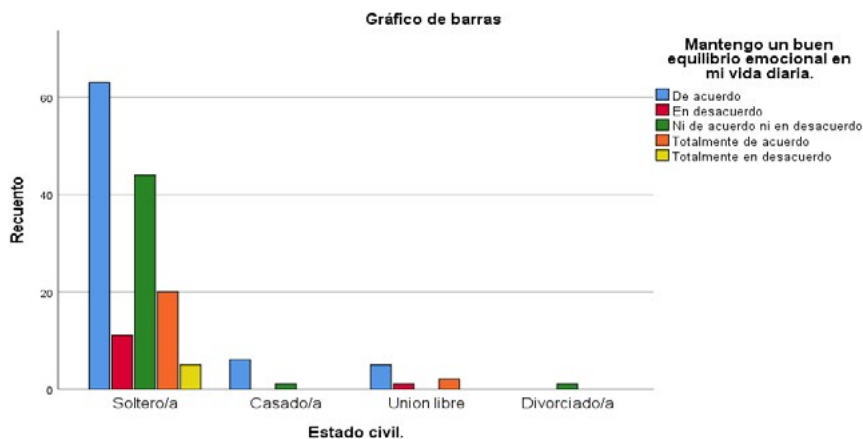
Los datos en conjunto permiten deducir que la mayoría de los estudiantes, independientemente de su jornada poseen hábitos de estudio adecuados, aunque el turno matutino presenta una ligera ventaja en la categoría neutral y en la positiva.

Tabla 5. Tabla cruzada Estado civil Mantengo un buen equilibrio emocional en mi vida diaria.

Estado civil	De acuerdo	En desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente en desacuerdo	Total
Soltero/a	63	11	44	20	5	143
Casado/a	6	0	1	0	0	7
Unión libre	5	1	0	2	0	8
Divorciado	0	0	1	0	0	1
Total	74	11	46	22	5	159

Fuente: elaboración propia

Figura 5. Mantengo un buen equilibrio emocional en mi vida diaria.



Fuente: elaboración propia con base en datos cualitativos del estudio “Resiliencia y adaptación académica de los estudiantes del primer semestre de la carrera de psicología U.P.S.E. 2025-2”, procesados en el programa SPSS (2025).

Los datos sugieren que la mayoría de los participantes de la comunidad universitaria perciben tener un buen equilibrio emocional en su vida diaria. De los 159 encuestados, un 60%, es decir, 96 individuos expresaron estar de acuerdo o totalmente de acuerdo con la afirmación. Esta percepción particularmente fuerte entre aquellos con estado civil casado o en unión libre, donde casi la totalidad de los participantes reporta un estado emocional positivo, aunque la muestra para estos grupos es pequeña. El grupo predominante, los solteros también muestran una tendencia mayoritaria hacia una percepción positiva de su equilibrio emocional. No obstante, este grupo también concentra la totalidad de las respuestas negativas 11 en desacuerdo y 5 totalmente en desacuerdo y la mayoría de las respuestas neutrales 44 lo cual es esperable dada su alta representación en la muestra total.

En general, los resultados pintan un panorama optimista sobre el bienestar emocional auto percibido en la población universitaria encuestada, independientemente de su estado civil, aunque los solteros muestran una variabilidad ligeramente mayor en sus respuestas.

Discusión

Los resultados obtenidos permiten comprender con mayor precisión la relación entre la resiliencia y la adaptación académica en los estudiantes del primer semestre de psicología de la U.P.S.E. En concordancia con Wagnild y Young (1993), se observaron niveles favorables de bienestar emocional, autoconfianza y determinación, elementos que constituyen pilares fundamentales de la resiliencia académica. Estos recursos personales parecen facilitar el afrontamiento de las exigencias propias del inicio de la vida universitaria.

Así mismo, se evidenció que las mujeres reportan niveles ligeramente superiores de bienestar emocional, lo que coincide con estudios que señalan una mayor expresión emocional y uso estrategias socioemocionales en este grupo (Viqueira et al., 2023). No obstante, en ambos grupos se observaron percepciones favorables respecto a sentirse bien consigo mismos(as), lo que podría estar relacionado con dimensiones de bienestar personal, aunque no se evaluó directamente la autoestima. Los estudiantes de 18 a 25 años presentaron los puntajes más altos en determinación, lo cual podría relacionarse con su reciente transición desde la educación secundaria. Los grupos de mayor edad también mostraron niveles adecuados, aunque con menor representación en la muestra.

Respecto a la adaptación académica, los resultados evidencian una percepción positiva del sentido de pertenencia institucional, tanto en estudiantes de zona urbanas como rurales, aunque los primeros manifestaron niveles más altos. Esto coincide con lo planteado por Giler (2023), quien señala que el acceso a recursos educativos y el contexto sociocultural pueden influir en la integración universitaria. Sin embargo, el porcentaje de estudiantes con respuestas neutrales indica que aún existe áreas de mejora en cuanto a estrategias de vinculación institucional.

Un aporte importante del análisis es la relación entre la jornada de clases y los hábitos de estudio. Los estudiantes de jornada matutina manifestaron una proporción ligeramente mayor de percepciones favorables respecto a la afirmación “Tengo hábitos de estudio que me permiten rendir bien en los cursos”, no obstante, los estudiantes del turno vespertino también mostraron una tendencia positiva. Estas similitudes sugieren que, pese a las diferencias horarias, ambos grupos poseen recurso de autorregulación académica que favorecen su desempeño, a pesar de las demandas externas como las responsabilidades laborales o familiares podrían influir en las percepciones de los estudiantes vespertinos.

En relación con la gestión del tiempo y el equilibrio emocional, se observan respuestas mayoritariamente positivas. Aunque esto podría interpretarse como una valoración favorable del propio bienestar, será necesario emplear en futuras investigaciones métodos que permitan identificar posibles sesgos de respuesta, como la deseabilidad social, ya que el presente estudio no contó con medidas específicas para evaluarla.

Finalmente, las diferencias observadas según variables sociodemográficas, como edad, sexo, zona de residencia y estado civil refuerzan que la resiliencia y la adaptación académica constituyen procesos multifactoriales en los que interactúan características personales y del entorno (Bandura, 1997; Lewin, 1936). En conjunto, los resultados respaldan la necesidad de diseñar programas institucionales que refuercen las competencias socioemocionales que reconozcan las particularidades de cada grupo y que promuevan tanto el fortalecimiento de la resiliencia como la consolidación de una adaptación académica saludable durante el primer semestre universitario.

Conclusiones

Los resultados evidencian que la resiliencia es un recurso fundamental que influye directamente en la adaptación académica. Los estudiantes con mayores niveles de resiliencia mostraron mejores indicadores de ajuste académico, emocional e institucional, lo que confirma la relación positiva planteada en la literatura y responde a la pregunta central del estudio.

El uso de instrumentos validados (ER-25 y SACQ adaptado) permitió obtener información confiable sobre los procesos de resiliencia y adaptación en el primer semestre universitario. No obstante, el diseño transversal y la ausencia de técnicas inferenciales limitan la identificación precisa de relaciones causales, por lo que se recomienda complementar con estudios longitudinales o métodos mixtos.

Los hallazgos muestran la necesidad de fortalecer estrategias institucionales que promuevan el bienestar socioemocional, la autorregulación académica y el sentido de pertenencia estudiantil. Se recomienda implementar programas de tutoría, talleres de resiliencia y acompañamiento diferenciado para grupos con menor nivel de adaptación, como estudiantes de zonas rurales o con baja participación institucional. Estas acciones pueden favorecer la permanencia estudiantil y mejorar la transición a la educación superior.

Referencias

- Arias, J., Holgado, J., Tafur, T., & Vasquez, M. (2022). *Metodología de la investigación: El método ARIAS para desarrollar un proyecto de tesis*. Instituto Universitario de Innovación Ciencia y Tecnología Inudi Perú. <https://doi.org/10.35622/inudi.b.016>
- Bandura, A. (1997). Perceived self-efficacy in the exercise of control over AIDS infection. In *Evaluation and Program Planning*, 13, 9-17.
- Bernal, C. A. (2010). *Metodología de la investigación*. Pearson.
- Briones, G. (2002). *Metodología de la investigación cuantitativa en las ciencias sociales*. ICFES.
- Cai, Z., & Meng, Q. (2025). Academic resilience and academic performance of university students: The mediating role of teacher support. *Frontiers in Psychology*, 16. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1463643>
- Giler, R. (2023). Adaptación a la vida universitaria en estudiantes de primer semestre de entornos rurales. *Erevna Research Reports*, 1(2), 1-18. <https://doi.org/10.70171/qkqs2r23>
- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, P. (2014). *Metodología de la investigación*. McGraw-Hill.
- Lewin, K. (1936). *Principles of topological psychology*. McGraw-Hill.
- Li, W., Sun, Y., & Yu, Y. (2024). How and when resilience can boost student academic achievement: The mediating role of academic self-efficacy and the moderating role of perceived teacher support. *Journal of Happiness Studies*, 25, 197–216. <https://doi.org/10.1007/s10902-024-00749-4>
- Masten, A. S. (2014). Global perspectives on resilience in children and youth. *Child Development*, 85(1), 6–20. <https://doi.org/10.1111/cdev.12205>
- Piaget, J. (1952). *The origins of intelligence in children*. International Universities Press.
- Viqueira-Gutiérrez, L., & López-Larrosa, S. (2023). Academic and personal adaptation of university and vocational training students. *Revista de Estudios e Investigación en Psicología y Educación*, 10(2), 180–197. <https://doi.org/10.17979/reipe.2023.10.2.9844>
- Zumárraga, M. (2023). Resiliencia académica, rendimiento e intención de abandono en estudiantes universitarios de Quito. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 21(3), 1–22. <https://doi.org/10.11600/rllcsnj.21.3.5949>

Resilience and Academic Adaptation of First-Semester Students in the Psychology Program at U.P.S.E., 2025-2

Resiliência e Adaptação Acadêmica de Estudantes do Primeiro Semestre do Curso de Psicologia da U.P.S.E., 2025-2

Daniela Paola Córdova Suarez

Universidad Estatal Península De Santa Elena | Santa Elena | Ecuador

<https://orcid.org/0009-0006-0349-8715>

daniela.cordovasuarez0603@upse.edu.ec

Estudiante

Miryan Rocio Ushigua Calapucha

Universidad Estatal Península De Santa Elena | Santa Elena | Ecuador

<https://orcid.org/0009-0001-7565-8291>

miryan.ushiguacalapucha8321@upse.edu.ec

Estudiante

Jordelyn Rosa Tomalá Rodríguez

Universidad Estatal Península De Santa Elena | Santa Elena | Ecuador

<https://orcid.org/0009-0001-7305-4566>

jordelyn.tomalarodriguez8785@upse.edu.ec

Estudiante

Ingrid Denisse Tigrero Lainez

Universidad Estatal Península De Santa Elena | Santa Elena | Ecuador

<https://orcid.org/0009-0009-9675-6972>

ingrid.tigrerolainez4977@upse.edu.ec

Estudiante

Abstract

The present study aimed to analyze the relationship between resilience and academic adaptation in first-semester students of the Psychology program at the Peninsula State University of Santa Elena (U.P.S.E.) during the 2025-2 cycle. A quantitative approach was employed with a non-experimental, descriptive-correlational, and cross-sectional design. The sample consisted of 159 students selected through non-probabilistic sampling. Two validated instruments were applied: the Wagnild and Young Resilience Scale (ER-25) and an adapted version of the Student Adaptation to College Questionnaire (SACQ), which evaluates various dimensions of university academic adaptation. The results show moderate to high levels of resilience, as well as a generally favorable academic adaptation, with differences according to age, sex, and area of residence, indicating that the university adjustment process is influenced by individual and contextual factors. In conclusion, students possess personal and academic resources that favor their integration into university life, although it is necessary to strengthen institutional strategies that address the specific needs of each student group.

Keywords: resilience; academic adaptation; determination; institutional belonging; university students.

Resumo

O presente estudo teve como objetivo analisar a relação entre a resiliência e a adaptação acadêmica em estudantes do primeiro semestre do curso de Psicologia da Universidade Estadual Península de Santa Elena (U.P.S.E.) durante o ciclo 2025-2. Empregou-se uma abordagem quantitativa com delineamento não experimental, descritivo-correlacional e de corte transversal. A amostra foi formada por 159 estudantes selecionados por meio de amostragem não proba-

bilística. Foram aplicados dois instrumentos validados: a Escala de Resiliência de Wagnild e Young (ER-25) e uma versão adaptada do Student Adaptation to College Questionnaire (SACQ), que avalia diversas dimensões da adaptação acadêmica universitária. Os resultados mostram níveis moderados a altos de resiliência, bem como uma adaptação acadêmica globalmente favorável, com diferenças segundo idade, sexo e zona de residência, o que indica que o processo de ajuste universitário é influenciado por fatores individuais e contextuais. Em conclusão, os estudantes contam com recursos pessoais e acadêmicos que favorecem sua integração à vida universitária, ainda que se requeira fortalecer estratégias institucionais que atendam às necessidades específicas de cada grupo discente. Palavras-chave: resiliência; adaptação acadêmica; determinação; pertencimento institucional; estudantes universitários.

Capítulo 4

Hábitos de estudio y su relación con el rendimiento académico en estudiantes de sexto semestre de la carrera de educación básica de la UPSE durante el período 2025-2

Anahí Isabela Cepeda Chele, Kristel Natalia Quimi Soriano, Gabriela Roxana Malavé González, Oliver Samuel Merejildo Andrade

Resumen

El propósito de esta investigación fue examinar la conexión entre los métodos de estudio y el éxito académico en estudiantes de sexto semestre de la carrera de educación básica de la Universidad Estatal Península de Santa Elena (UPSE) durante el período 2025-2. Esta investigación se desarrolló con un enfoque cuantitativo y se empleó un diseño descriptivo y correlacional no experimental donde la muestra estuvo compuesta por 109 alumnos, de los cuales 101 fueron seleccionados mediante un muestreo por conveniencia no probabilístico. Se aplicó una encuesta con una escala de Likert de cinco niveles, que mostró una alta confiabilidad ($\alpha = 0,912$). Los hallazgos revelan que la mayoría de los estudiantes emplea técnicas de autorregulación, como la evaluación y la variedad en la estrategia de estudio, lo que resulta en un desempeño académico estable. Se observó que la autoconfianza tiende a aumentar a medida que los estudiantes crecen, favoreciendo la regulación emocional relacionada con el rendimiento académico. En conclusión, las estrategias de estudio son fundamentales y pueden ser mejoradas. Esto impacta de manera directa en el desempeño académico por lo que se sugiere reforzar programas educativos institucionales para promover el desarrollo de habilidades de estudio desde las primeras etapas de formación.

Palabras clave:
métodos de estudio;
autorregulación
desempeño académico;
estudiantes universitarios;
UPSE

Cepeda Chele, A. I., Quimi Soriano, K. N., Malavé González, G. R., & Merejildo Andrade, O. S. (2025). Hábitos de estudio y su relación con el rendimiento académico en estudiantes de sexto semestre de la carrera de educación básica de la UPSE durante el período 2025-2. En H. M. Castillo Del Valle, J. L. Pozo Chele, & J. L. Alcivar Ponce, (Coords). *Psicología y Educación. Estrategias de aprendizaje y salud mental en contextos académicos*. (pp. 81-102). Religación Press. <http://doi.org/10.46652/religacionpress.373.c774>



Introducción

En la actualidad, la UNESCO (2024), enfatiza que los hábitos de estudio constituyen uno de los principales indicadores para el éxito académico, incluso por encima de los factores socioeconómicos. La planificación del tiempo y la autorregulación son competencias claves para lograr aprendizaje significativo, ya que permiten la retención del conocimiento a largo plazo, esto evidencia que el construir buenos hábitos de estudio es un componente esencial que conduce al éxito académico de los estudiantes.

En este contexto, la literatura científica ha reconocido ampliamente la relación entre los hábitos de estudio y el rendimiento académico, Como señalan:

Los estudiantes que usan estrategias de estudio suelen obtener mejores resultados académicos. Entre ellos, la organización, la disciplina y la autorregulación son factores importantes que ayudan a aprovechar mejor el tiempo y los recursos educativos, a su vez, tiene un efecto positivo en sus estudios. (Donker et al., 2014, p. 6)

Aun así, la educación superior en Ecuador enfrenta problemáticas importantes, como el abandono y el bajo rendimiento académico. Según un reporte:

Un número significativo de alumnos deja los estudios, esto se debe a la falta de preparación y malos hábitos de estudio. Este asunto, frecuentemente, se conecta con un paso brusco desde la escuela secundaria, guiada por el profesor, hacia la universidad, donde piden más autonomía, disciplina y autorregulación. (Consejo de Educación Superior, 2023, p. 13)

Visto de otra manera, los estudiantes que demuestran dominio en la lectura crítica, elaboración de resúmenes conceptuales y planificación semanal suelen alcanzar un mejor rendimiento en comparación con aquellos que dependen únicamente de la memorización. A pesar de todo, gran parte de los estudios se centran

únicamente en números sin profundizar en la importancia de los métodos y hábitos de aprendizaje, es necesario reconocer que muchos estudiantes universitarios enfrentan dificultades en este aspecto (Carpio Neto & Castañeda Landa, 2023, p. 2).

En este aspecto, la educación superior constituye una base fundamental en la formación profesional, al preparar a los estudiantes para enfrentar los retos sociales y económicos de su entorno. La conducta académica se desarrolla progresivamente mediante la aplicación constante de estrategias de estudio. Por eso este autor señala que:

Los estudiantes presentan conductas que se desarrollan en el aula de clase durante el proceso de aprendizaje. La importancia de los hábitos en los estudiantes es esencial, puesto que les permitirá adquirir conocimientos fuera y dentro del aula de clase. (García García, 2019, pp. 6 - 7)

Los hábitos de estudio se definen como el conjunto de conductas, estrategias y rutinas que los estudiantes aplican de manera constante para adquirir, organizar y retener el conocimiento. Estos hábitos comprenden aspectos como la planificación del tiempo, la organización del material, la concentración, la toma de apuntes, la lectura comprensiva y la revisión sistemática de contenidos (Salamea Nieto et al., 2024, p. 27).

Los hábitos de estudio no son innatos, sino que se desarrollan mediante procesos pedagógicos y experiencias formativas. Este fenómeno resulta particularmente relevante en Latinoamérica, donde numerosos estudiantes ingresan a la universidad sin haber adquirido métodos de estudio efectivos durante la educación secundaria (Carrillo Vargas & Bravo Bastidas, 2022, p. 239).

Por su parte, el rendimiento académico se entiende como el nivel de logro que el estudiante alcanza en relación con los

objetivos educativos establecidos, medido generalmente a través de calificaciones, evaluaciones o desempeño en tareas académicas. Puesto que, “El rendimiento académico no depende únicamente del esfuerzo del estudiante, sino que también está influenciado por factores sociales, como el rango socioeconómico, aspectos familiares y las estrategias docentes empleadas en la enseñanza” (Carpio Neto & Castañeda Landa, 2023, p. 2).

Según el estudio de Juanita Bohórquez & Freddy Cortez (2013), el rendimiento académico de los estudiantes universitarios es un indicador clave de la calidad de educación superior, debido a que es un componente para determinar si la institución está alcanzando sus objetivos, los mismos que están relacionados con los factores determinantes en el rendimiento académico que desfavorecen al buen rendimiento y la influencia de los entornos sobre el mismo.

Esto se relaciona principalmente con la Teoría del Aprendizaje Autorregulado de Zimmerman (2008), su enfoque sostiene que los estudiantes exitosos son aquellos capaces de planificar, supervisar y evaluar su propio proceso de aprendizaje, desarrollando autonomía y control sobre sus hábitos de estudio. Otro autor que nos habla sobre la base del aprendizaje autorregulado señala que:

La educación debe ayudar a los alumnos a ser conscientes de su pensamiento, a ser estratégicos y a dirigir su motivación hacia metas valiosas, puesto que, si se planifica, controla el tiempo y el esfuerzo que van a emplear en las actividades, se podrá crear ambientes favorables de aprendizaje, tales como encontrar un lugar adecuado para estudiar y buscar ayuda de los profesores o compañeros cuando se encuentran con dificultades. (Torrano & Soria, 2016, p. 99)

Adicionalmente, las estrategias de aprendizaje pueden generarse de forma individual o colectiva, siendo el sujeto quien, a través de su desempeño, concreta de forma consciente los objetivos propuestos, promoviendo la autorregulación, y con ella, procesos de aprendizaje

que mejoren la calidad de vida al lograr metas personales. (Duarte & Delgado, 2024, p. 378)

Este estudio se centra en comprender cómo los hábitos de estudio influyen en el rendimiento académico de los estudiantes de educación básica de la Universidad Estatal Península de Santa Elena (UPSE), particularmente en un contexto donde los cambios tecnológicos, las dinámicas familiares y las condiciones socioeconómicas pueden afectar los procesos de aprendizaje. Analizar esta relación permitirá identificar estrategias que fortalezcan la calidad educativa y contribuyan al desarrollo integral de los estudiantes. Por tanto, la investigación busca determinar de qué manera los hábitos de estudio presentes en el entorno universitario de la UPSE impactan directamente en los resultados académicos.

Dentro de este contexto, es fundamental analizar la influencia de los hábitos de estudio en el rendimiento académico de los estudiantes y su proyección como futuro como profesionales, ya que esto no solo determina su desempeño, sino también cómo se proyectan en sus prácticas pedagógicas futuras. ¿Cuál es la relación entre los hábitos de estudio y el rendimiento académico en los estudiantes de sexto semestre de la Carrera de Educación Básica de la UPSE durante el período 2025-2?

El presente estudio es relevante, ya que los hábitos de estudio constituyen un factor modificable que influye directamente en el rendimiento académico. Muchos estudiantes universitarios enfrentan dificultades para organizar su tiempo, mantener la concentración y aplicar métodos efectivos de aprendizaje, lo que repercute en el bajo rendimiento académico. En un estudio analizado se menciona que:

El material más valioso con el que se debe aprender es la motivación de cada estudiante y sus hábitos de estudio, para diseñar estrategias que permitan reducir posibles deficiencias académicas de los alumnos en los primeros semestres, para que en el futuro se logre disminuir los porcentajes de deserción y reprobación. (Hernández Herrera et al., 2012, pp. 69 - 70)

En la provincia de Santa Elena, la problemática adquiere especial relevancia debido a las condiciones socioeconómicas desfavorables que limitan el acceso de los estudiantes a recursos tecnológicos y a espacios adecuados para el estudio. Esta situación provoca que muchos deban combinar sus actividades académicas con responsabilidades laborales o familiares, lo cual repercute directamente en su rendimiento y continuidad de su rendimiento y en la continuidad de su formación universitaria.

La limitada disponibilidad de tiempo y la carencia de entornos propicios para el aprendizaje dificultan el desarrollo de hábitos de estudio efectivos, afectando la autorregulación y la constancia en los procesos de aprendizaje (Consejo de Educación Superior, 2023). Por ello, resulta fundamental analizar cómo estas condiciones influyen en la consolidación de competencias académicas entre los estudiantes de educación superior de la región.

En la Universidad Estatal Península de Santa Elena (UPSE), particularmente en la carrera de Educación Básica, se ha observado a estudiantes que van cursando el sexto semestre enfrentan dificultades para mantener un rendimiento académico constante, atribuibles en gran medida a la falta de hábitos de estudio. Si bien la mayoría de las investigaciones destacan la responsabilidad individual del estudiante, la universidad no debería limitarse a evaluar el rendimiento académico como un reflejo de la capacidad individual, sino que debe implementar estrategias de acompañamiento que fortalezcan dichos hábitos desde los primeros ciclos de formación.

El propósito de esta investigación es describir los hábitos de estudio y analizar su relación con el rendimiento académico en estudiantes de sexto semestre de la carrera de Educación Básica de la UPSE durante el período 2025-2.

- **Hi:**

Hay un vínculo estadístico notable entre los hábitos de estudio y el rendimiento académico que se refleja en los estudiantes del sexto semestre en la Universidad Estatal Península de Santa Elena UPSE en el periodo 2025 – 2.

- **Ho:**

No se encuentra un vínculo estadístico significativo entre los hábitos de estudio y el rendimiento académico en los estudiantes del sexto semestre en la Universidad Estatal Península de Santa Elena en el periodo 2025 - 2

Metodología

El presente estudio se desarrolla bajo un enfoque cuantitativo, orientado a analizar los datos obtenidos mediante instrumentos aplicados a los estudiantes, con el propósito de identificar patrones y establecer relaciones entre las variables hábitos de estudio y rendimiento académico. Este enfoque permite comprobar hipótesis a través del análisis estadístico de los resultados y obtener conclusiones objetivas y verificables (Hernández Sampieri et al., 2014, p. 4).

La investigación se sustenta en el paradigma positivista, el cual permite analizar la realidad educativa desde una perspectiva objetiva y verificable. Este enfoque posibilita la observación del fenómeno minimizando la intervención del investigador, mediante el uso de instrumentos estructurados que garantizan la obtención de datos válidos y confiables. De esta manera, los resultados ofrecerán una representación cuantitativa del comportamiento académico de los estudiantes (Hernández Sampieri et al., 2014, p. 587).

Se adoptó un diseño no experimental, correlacional y descriptivo, en el cual los datos se recolectaron en un solo momento y sin manipular las variables. Este tipo de diseño permite describir la

relación entre los hábitos de estudio y el rendimiento académico de los estudiantes, así como observar los hechos tal como ocurren en su entorno educativo (Hernández Sampieri et al., 2014, p. 152).

En este estudio se empleó el método deductivo, lo cual parte de principios teóricos generales sobre los hábitos de estudio y su influencia en el rendimiento académico, con el propósito de analizar cómo estos conceptos se manifiestan en los estudiantes de sexto semestre de la carrera de Educación Básica de la UPSE durante el periodo 2025-2. Este enfoque facilita una comprensión más profunda y sustentada del fenómeno, permitiendo pasar de lo general a lo particular y garantizando coherencia lógica y rigor metodológico.

El estudio se enmarca en un diseño correlacional y descriptivo, ya que busca describir y analizar los hábitos de estudio, así como determinar el grado de asociación existente entre estos y el rendimiento académico de los estudiantes (Hernández Sampieri et al., 2006, p. 100).

De igual importancia, Robledo Martín (2015), afirma que en una población el investigador debe especificar los criterios que definen quienes deben incluirse, estos criterios deben estar claramente delimitados, ya que, permiten decidir si un estudiante forma parte o no de la población de interés.

Puesto que, nuestra investigación se trabajó con una población conformada por 109 estudiantes del sexto semestre de la carrera de educación básica de la Universidad Estatal Península de Santa Elena (UPSE) durante el período 2025-2. El grupo se considera el más idóneo para el análisis, ya que, relaciona de manera directa la relación entre sus hábitos de estudio y su rendimiento académico.

Por otro lado, la muestra se seleccionó mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia dirigida a 101 estudiantes. Este método permite trabajar con ciertos criterios establecidos garantizando información precisa y relevante. “El muestreo no probabilístico por conveniencia permite seleccionar aquellos

casos accesibles que acepten ser incluidos. Esto, fundamentado en la conveniente accesibilidad y proximidad de los sujetos para el investigador” (Otzen & Manterola, 2017, p. 4)

Para la obtención de la información se empleó una encuesta, instrumento que permite recopilar datos precisos sobre los hábitos de estudio de los estudiantes y su influencia en el rendimiento académico. Esta técnica resulta adecuada dentro del enfoque cuantitativo, ya que facilita la cuantificación de las respuestas y su posterior análisis estadístico (Medina Romero, et al., 2023, p. 23)

Al mismo tiempo un estudio realizado por Arias (2021), la encuesta es una herramienta que se lleva a cabo mediante un instrumento llamado cuestionario, está direccionado solamente a personas y proporciona información sobre sus opiniones, comportamientos o percepciones, la encuesta puede tener resultados cuantitativos o cualitativos y se centra en preguntas preestablecidas con un orden lógico y un sistema de respuestas escalonado.

Por lo tanto, en nuestro estudio se aplicó un cuestionario estructurado que profundiza las dimensiones específicas de los hábitos de estudio, tales como organización del tiempo, planificación semanal y estrategias empleadas para afrontar las demandas académicas.

La encuesta fue aplicada a los 101 estudiantes seleccionados, utilizando una escala de Likert de cinco puntos (1 = nunca, 5 = siempre) diseñada para evaluar hábitos de estudio y su relación con el rendimiento académico. Por ello Ávila Baray (2006), la escala del Likert mide actitudes o predisposiciones individuales en contextos sociales particulares. Se conoce como escala sumada debido a que la puntuación de cada unidad de análisis se obtiene mediante a sumatoria de las respuestas obtenidas de cada ítem.

La **confiabilidad del instrumento** se verificó mediante el coeficiente Alfa de Cronbach, utilizando el programa IBM SPSS Statistics, alcanzando un valor de $\alpha = 0.912$. Según George & Mallery

(2003), los valores superiores a 0.90 indican un nivel de confiabilidad excelente, por lo que el instrumento puede considerarse altamente fiable para la medición de los hábitos de estudio y el rendimiento académico.

Resultados

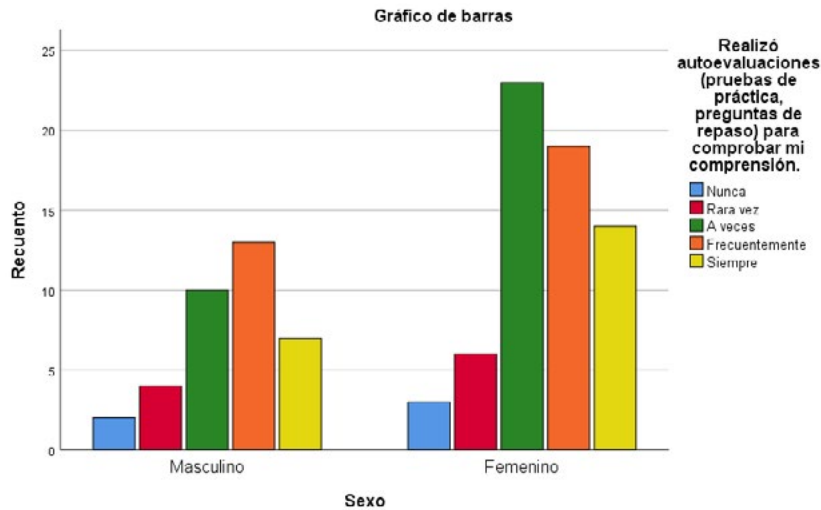
Tablas Cruzadas

Tabla 1. Participación en autoevaluaciones según el Sexo.

		Realizó autoevaluaciones (pruebas de práctica, preguntas de repaso) para comprobar mi comprensión.					Total
		Nunca	Rara vez	A veces	Frecuentemente	Siempre	
Sexo	Masculino	2	4	10	13	7	36
	Femenino	3	6	23	19	14	65
	Total	5	10	33	32	21	101

Fuente: elaborado en IBM SPSS Statistics – 25

Figura 1. Participación en autoevaluaciones según el Sexo.



Fuente: elaborado en IBM SPSS Statistics – 25

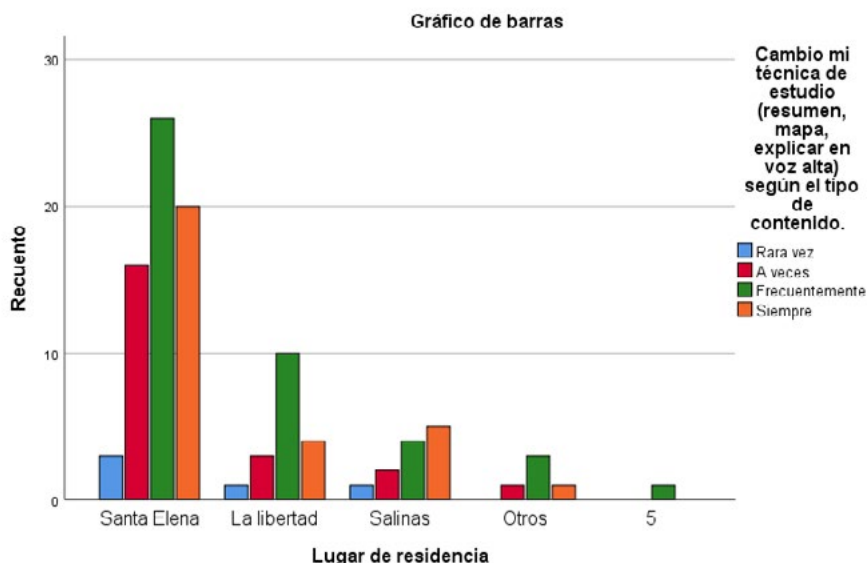
Los resultados de la tabla número uno muestra que tanto hombres como mujeres usan las autoevaluaciones como una forma de practicar o repasar para analizar su comprensión. Esto significa que la autorregulación y los hábitos de estudio son importantes para aprender bien. Más del 50% de los estudiantes dicen que hacen estas autoevaluaciones “a veces” o “siempre”. Por consiguiente, de las respuestas, 33 de 65 son de mujeres y 20 de 36 son de hombres, esto muestra que las mujeres tienden a planear y seguir estrategias para aprender por sí mismas. Se presenta una cierta coincidencia con lo que dice Zimmerman y la UNESCO sobre lo importante que son las autoevaluaciones en el aprendizaje autónomo. Sin embargo, se ve que un 33.7% de los estudiantes dicen que hacen estas autoevaluaciones “a veces” y un 14.8% que “nunca” o “rara vez” las usan. Esto indica que algunas personas todavía no usan estas estrategias que ayudan a mejorar su rendimiento. En conclusión, los resultados muestran que hay que promover más las prácticas de evaluación formativa en los estudios, para que ayuden a detectar problemas y entender mejor cada asignatura para llegar a mantener un buen desempeño académico en los estudiantes universitarios.

Tabla 2. Adaptación de técnicas de estudio según el lugar de residencia.

Recuento						
		Cambio mi técnica de estudio (resumen, mapa, explicar en voz alta) según el tipo de contenido.				Total
		Rara vez	A ve- ces	Frecuen- temente	Siempre	
Lugar de residencia	Santa Elena	3	16	26	20	65
	La libertad	1	3	10	4	18
	Salinas	1	2	4	5	12
	Otros	0	1	3	1	5
	5	0	0	1	0	1
Total		5	22	44	30	101

Fuente: elaborado en IBM SPSS Statistics – 25

Figura 2. Adaptación de técnicas de estudio según el lugar de residencia.



Fuente: elaborado en IBM SPSS Statistics – 25

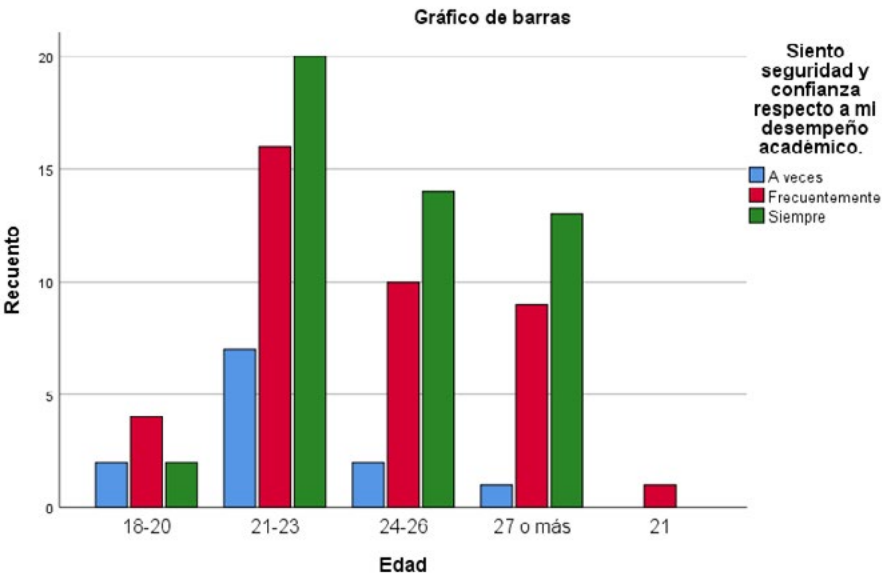
En la tabla número dos, los datos muestran que la mayoría de los estudiantes de sexto semestre de Educación Básica, han optado por usar técnicas de estudio como resúmenes, mapas conceptuales, etc. Lo cual aporta un hábito clave para el aprendizaje autorregulado. Por aquello el 73.2% de los estudiantes indican que han utilizado estos métodos “frecuentemente” o “siempre”, debido a que reflejan un adecuado nivel de flexibilidad cognitiva y usos estratégicos en sus métodos de estudio, esto tiene una relación, con lo planteado por la UNESCO (2021) y la teoría de Zimmerman sobre la autorregulación. Al verificar el lugar de residencia, se observó que los estudiantes de Santa Elena conforman un grupo mayor con una tendencia positiva. Por otro lado, con un total de 46 de 65 estudiantes ubicados en La Libertad y Salinas tienen tendencias similares, sin embargo, los estudiantes aplican estrategias variadas para mejorar sus conocimientos, de la misma forma, se observó un porcentaje pequeño (4,9%) que reporta que “rara vez” cambian de técnicas de estudio, esto evidencia que aún existe un grupo que podría beneficiarse de aquellas intervenciones pedagógicas para fortalecer sus hábitos de estudio y el rendimiento académico.

Tabla 3. Seguridad y confianza académica según la edad.

		Recuento			Total
		Siento seguridad y confianza respecto a mi desempeño académico.			
		A veces	Frecuentemente	Siempre	
Edad	18-20	2	4	2	8
	21-23	7	16	20	43
	24-26	2	10	14	26
	27 o más	1	9	13	23
	21	0	1	0	1
Total		12	40	49	101

Fuente: elaborado en IBM SPSS Statistics – 25

Figura 3. Seguridad y confianza académica según la edad.



Fuente: elaborado en IBM SPSS Statistics – 25

Los resultados de la tabla número tres indican que la seguridad y la confianza en el desempeño académico aumentan progresivamente con la edad, demostrando una tendencia positiva en la autorregulación

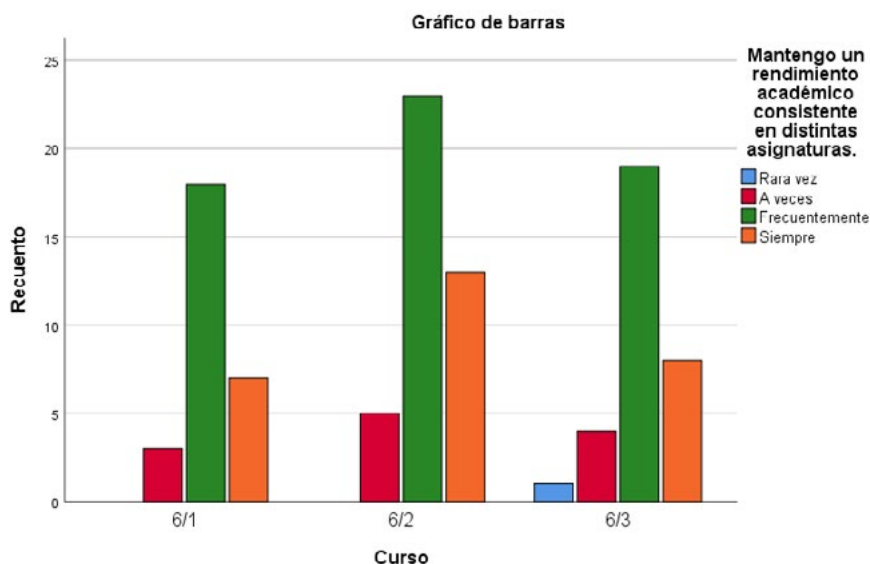
emocional y académica conforme al avance de los estudiantes. Como resultado el 87,1% de los participantes indican que “frecuentemente” o “siempre” se sienten seguros de su desempeño, por lo cual se relaciona directamente con el desarrollo de hábitos de estudios en el ámbito universitario. Los grupos de estudiantes de 21 a 23 años y de 24 a 26 años tienden a estar en los niveles más altos de confianza y concentración añadiendo un conjunto de 60 de las 89 respuestas positivas, dicho de otra manera, a medida que los estudiantes hacen prácticas académicas incrementan su autoconfianza y su eficacia. De igual manera, el grupo de 27 años o más muestran tendencias similares, esto afirma que la madurez favorece la autoseguridad frente a las demandas académicas. En contraste, un grupo más joven de 18 – 20 años tienen una menor estabilidad emocional académica y solo 6 de 8 estudiantes presentan confianza frecuente o constantemente. En resumen, estos factores influyen en el rendimiento académico y la manera en que los estudiantes enfrentan los retos universitarios.

Tabla 4. Rendimiento académico consistente según el curso.

Recuento						
		Mantengo un rendimiento académico consistente en distintas asignaturas.				Total
		Rara vez	A veces	Frecuentemente	Siempre	
Curso	6/1	0	3	18	7	28
	6/2	0	5	23	13	41
	6/3	1	4	19	8	32
Total		1	12	60	28	101

Fuente: elaborado en IBM SPSS Statistics – 25

Figura 4. Rendimiento académico consistente según el curso.



Fuente: elaborado en IBM SPSS Statistics – 25

Los hallazgos presentes en la tabla número cuatro evidencian que la idea de mantener un rendimiento académico persistente da un aspecto positivo en los tres cursos del sexto semestre, este de algún modo, refleja la presencia de hábitos de estudio mayormente sólidos en la población evaluada. Además, un total de 87.1% de los estudiantes manifiestan que “frecuentemente” o “siempre” se mantiene un rendimiento estable, esta observación concuerda con la autorregulación, la planificación y el uso estratégico de técnicas de estudio para un desempeño académico consistente. Por consiguiente, el curso 6/2 exhibe los valores más altos en la categoría “siempre” con un total de 13 estudiantes, esto posiblemente sugiere un grupo con mayor solidez en sus prácticas de estudio. Por otro lado, los cursos 6/1 y 6/3 comparten similitudes, prevaleciendo la categoría “frecuentemente”. Para finalizar el curso 6/3 es el único que muestra una respuesta en “rara vez”, señalando la presencia de que ciertos estudiantes podrían requerir acompañamiento académico adicional de un tutor particular o de sus mismos docentes. Generalmente,

estos resultados corroboran que los estudiantes del sexto semestre han desarrollado habilidades que exhiben una persistencia notable en su desempeño académico, lo cual, a su vez, esta intrínsecamente relacionado con su trayectoria formativa y la implementación de técnicas de estudio efectivas descritas en el marco teórico.

Discusión

En los resultados obtenidos se evidencia una conexión favorable entre el hábito de estudio y el desempeño académico, lo que coincide con las ideas de Zimmerman (2008), sobre la relevancia de la autorregulación en el proceso de aprendizaje, las técnicas de autoevaluación indicadas en la (Tabla 1), revelan que una porción significativa de los alumnos aplica estrategias que les permiten supervisar su entendimiento, donde se refleja un aspecto reconocido en la literatura como un buen indicador de un rendimiento académico superior.

En relación con el uso de varios enfoques de estudio (Tabla 2), se observa una tendencia favorable hacia la estructuración y planificación del proceso de aprendizaje, lo cual concuerda con estudios previos que destacan la utilidad de las tácticas cognitivas y metacognitivas (Donker et al., 2014). De manera similar, el aumento de la autoconfianza mientras los estudiantes maduran (Tabla 3) subraya que la importancia del avance académico en el manejo de los elementos emocionales y mentales, lo cual es crucial para afrontar los desafíos en la educación universitaria.

No obstante, se observó un pequeño grupo de estudiantes con poca consistencia en su rendimiento (Tabla 4), lo que indica la necesidad de implementar intervenciones que fortalezcan sus destrezas de estudio y sus estrategias de autorregulación. Además, las condiciones socioeconómicas del ámbito local podrían restringir el acceso a recursos y espacios apropiados para el estudio, lo que

representa una posible barrera que debería ser tomada en cuenta en futuras investigaciones.

Por último, este estudio tiene la limitación de su diseño transversal, que no permite determinar relaciones causales. Se recomienda que investigaciones futuras empleen métodos longitudinales y enfoques combinados para profundizar en la relación entre factores personales, académicos y contextuales.

Conclusiones

Es importante precisar que, en este estudio, se describen hábitos de estudio y niveles de rendimiento académico percibido. En este sentido, las asociaciones que se presentan son coherentes con la teoría disponible, pero no permiten afirmar causalidad ni una correlación estadística comprobada, ya que no se reportaron análisis correlacionales específicos.

Se observó que la confianza en uno mismo respecto a lo académico crece con el paso de los años, lo que ayuda a mejorar la regulación cognitiva y emocional que se requiere para enfrentar las demandas del entorno universitario. Este resultado apoya la idea de que la madurez académica es fundamental para desarrollar habilidades de estudio.

Aunque la mayoría presenta un rendimiento académico consistente, existe un reducido grupo que requiere estrategias de ayuda educativa particulares. Por ello, se sugiere que se establezcan programas institucionales de tutorías, asesoramiento y desarrollo de competencias de estudio desde las etapas iniciales de los primeros ciclos formativos.

A pesar de las dificultades económicas del entorno local, los estudiantes evidenciaron su habilidad para adaptarse y aplicar de manera estratégica técnicas de estudio, lo que enfatiza la importancia de fomentar una cultura institucional que valore el aprendizaje autorregulado.

Los hallazgos del estudio permiten deducir que el hábito de estudio es un elemento esencial y modificable en el desempeño académico de los estudiantes de sexto semestre de Educación básica de la Universidad Estatal Península de Santa Elena. Se demostró que la mayoría de los estudiantes utilizan métodos estratégicos de autorregulación y autoevaluación que contribuyen a un desempeño permanente en diferentes asignaturas, tal y como se plantea en el objetivo y la teoría del aprendizaje autorregulado propuesto por Zimmerman.

De igual manera, se evidencia que la autoconfianza en el ámbito académico incrementa con la edad, por lo cual se fortalece la regulación cognitiva y emocional necesaria para hacer frente a las exigencias universitarias. Este análisis coincide con una investigación previa que subraya la efectividad de técnicas organizadas para optimizar el rendimiento académico.

En otros términos, prácticos, se sugiere que la UPSE implemente programas de acompañamiento académico, como tutorías y talleres dirigidos al desarrollo de habilidades de estudio desde los primeros ciclos, especialmente para aquellos estudiantes que muestran un bajo rendimiento académico. Para finalizar, a pesar de las restricciones socioeconómicas del contexto local, los estudiantes se mostraron muy resilientes al adoptar estrategias de aprendizaje, lo que resalta la importancia de promover una cultura institucional de autorregulación y aprendizaje autónomo.

Referencias

- Arias Gonzáles, J. L., & Covinos Gallardo, M. (2021). *Diseño y metodología de la investigación*. Biblioteca Nacional del Perú.
- Ávila Baray, H. L. (2006). *Introducción a la metodología de la investigación*. Eumed.net.
- Carpio Neto, S., & Castañeda Landa, M. G. (2023). *Las técnicas y hábitos de estudio en los estudiantes universitarios, una revisión bibliográfica de trabajos realizados desde el año 2013-2023 del Ecuador* [Trabajo de titulación, Universidad Politécnica Salesiana].
- Carrillo Vargas, C. M., & Bravo Bastidas, M. (2022). Los hábitos de estudio y su relación con el rendimiento académico en estudiantes universitarios: un estudio documental. *Revista FIPCAEC*, 7(1), 239-257.
- Consejo de Educación Superior. (2023). *Informe de rendición de cuentas 2023*.
- Cortez Bailon, F. M., & Bohorquez Velasco, J. (2013). *Factores que determinan, según su entorno, el rendimiento académico de los estudiantes de la facultad de ciencias económicas y administrativas de la universidad católica de Santiago de Guayaquil: caso carrera de ingeniería en contabilidad y auditoría* [Tesis de maestría, Universidad Católica de Santiago de Guayaquil].
- Donker, A. S., de Boer, H., Kostons, D., van Ewijk, C. D., & van der Werf, M. P. C. (2014). Effectiveness of learning strategy instruction on academic performance: A meta-analysis. *Educational Research Review*, 11, 1-26. <https://doi.org/10.1016/j.edurev.2013.11.002>
- Duarte, J., & Delgado, F. (2024). Estrategias de autorregulación del aprendizaje: una revisión sistemática. *Estudios Pedagógicos*, 50(1), 377-396.
- García García, Z. (2019). Hábitos de estudio y rendimiento académico. *Dialnet*, 15(1), 6-23.
- George, D., & Mallery, P. (2003). *SPSS for Windows step by step: A simple guide and reference. 11.0 update*. Allyn & Bacon.
- Hernández Herrera, C. A., Rodríguez Perego, N., & Vargas Garza, Á. E. (2012). Los hábitos de estudio y motivación para el aprendizaje de los alumnos en tres carreras de ingeniería. *Revista de la Educación Superior*, 41(161), 67-87.
- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, P. (2006). *Metodología de la investigación*. McGraw-Hill Interamericana.

- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, P. (2014). *Metodología de la investigación* (6^a ed.). McGraw-Hill Interamericana.
- Martín, J. R. (2015). Población de estudio y muestreo en la investigación epidemiológica. *Nure Investigación*, 12(75), 1–9.
- Medina Romero, M., Rojas León, R., Bustamante Hoces, W., Loaiza Carrasco, R., Martel Carranza, C., & Castillo Acobo, R. (2023). *Metodología de la investigación: Técnicas e instrumentos de investigación*. Instituto Universitario de Innovación Ciencia y Tecnología Inudi Perú S.A.C.
- Otzen, T., & Manterola, C. (2017). Técnicas de muestreo sobre una población a estudio. *International Journal of Morphology*, 35(1), 227–232.
- Salamea Nieto, R., Cedillo Chalaco, L., Sánchez Bracho, A., & Belduma Cabrera, K. (2024). Hábitos de estudios y motivación para el aprendizaje en universitarios en condición de vulnerabilidad socioeconómica. *INNOVA Research Journal*, 9(3), 26–40.
- Torrano, F., & Soria, M. (2016). Una aproximación al aprendizaje autorregulado en alumnos de educación secundaria. *Contextos Educativos. Revista de Educación*, (19), 97–115. <https://doi.org/10.18172/con.2838>
- UNESCO. (2024). Gobernanza, gobierno y gestión de la educación superior. *Educación Superior y Sociedad*, 36(1), 11–27.
- Zimmerman, B. J. (2008). Investigating self-regulation and motivation: Historical background, methodological developments, and future prospects. *American Educational Research Journal*, 45(1), 166–183. <https://doi.org/10.3102/0002831207312909>

Study Habits and Their Relationship with Academic Performance in Sixth-Semester Students of the Elementary Education Program at UPSE during the 2025-2 Period

Hábitos de Estudo e sua Relação com o Rendimento Acadêmico em Estudantes do Sexto Semestre do Curso de Educação Básica da UPSE durante o Período 2025-2

Anahí Isabela Cepeda Chele

Universidad Estatal Península De Santa Elena | Santa Elena | Ecuador

<https://orcid.org/0009-0002-4061-9011>

anahi.cepedachele0491@upse.edu.ec

Kristel Natalia Quimi Soriano

Universidad Estatal Península De Santa Elena | Santa Elena | Ecuador

<https://orcid.org/0009-0005-6219-575X>

kristel.quimisoriano1773@upse.edu.ec

Gabriela Roxana Malavé González

Universidad Estatal Península De Santa Elena | Santa Elena | Ecuador

<https://orcid.org/0009-0000-8529-341X>

gabriela.malavegonzalez8150@upse.edu.ec

Oliver Samuel Merejildo Andrade

Universidad Estatal Península De Santa Elena | Santa Elena | Ecuador

<https://orcid.org/0009-0002-0092-3887>

oliver.merejildoandrade5150@upse.edu.ec

Abstract

The purpose of this research was to examine the connection between study methods and academic success in sixth-semester students of the Elementary Education program at the Peninsula State University of Santa Elena (UPSE) during the 2025-2 period. This research was developed with a quantitative approach and a non-experimental, descriptive, and correlational design was used. The sample consisted of 109 students, of which 101 were selected through non-probabilistic convenience sampling. A survey with a five-level Likert scale was applied, which showed high reliability ($\alpha = .912$). The findings reveal that the majority of students employ self-regulation techniques, such as self-assessment and variety in study strategy, resulting in stable academic performance. It was observed that self-confidence tends to increase as students grow older, favoring emotional regulation related to academic performance. In conclusion, study strategies are fundamental and can be improved. These directly impact academic performance, which is why it is suggested to reinforce institutional educational programs to promote the development of study skills from the early stages of training.

Keywords: study methods; self-regulation; academic performance; university students; UPSE.

Resumo

O propósito desta pesquisa foi examinar a conexão entre os métodos de estudo e o sucesso acadêmico em estudantes do sexto semestre do curso de Educação Básica da Universidade Estadual Península de Santa Elena (UPSE) durante o período 2025-2. Esta pesquisa se desenvolveu com uma abordagem quantitativa e foi empregado um delineamento não experimental, descritivo e correlacional, onde a amostra foi composta por 109 alunos, dos quais 101 foram selecionados mediante uma amostragem por conveniência não probabilística. Foi aplicada uma

enquete com uma escala Likert de cinco níveis, que mostrou alta confiabilidade ($\alpha = ,912$). Os achados revelam que a maioria dos estudantes emprega técnicas de autorregulação, como a autoavaliação e a variedade na estratégia de estudo, o que resulta em um desempenho acadêmico estável. Observou-se que a autoconfiança tende a aumentar à medida que os estudantes crescem, favorecendo a regulação emocional relacionada ao rendimento acadêmico. Em conclusão, as estratégias de estudo são fundamentais e podem ser aprimoradas. Isso impacta de maneira direta o desempenho acadêmico, pelo que se sugere reforçar programas educacionais institucionais para promover o desenvolvimento de habilidades de estudo desde as primeiras etapas da formação.

Palavras-chave: métodos de estudo; autorregulação; desempenho acadêmico; estudantes universitários; UPSE.

Capítulo 5

Hábitos de estudio y su relación con el rendimiento académico en los estudiantes de tercer semestre de la carrera de Psicología

Ronny Xavier Balón Escalante, Solange Nereida González Cochea, Allan Josué Martinetty De la Rosa, Annabel Cristina Pilligua Borbor, Genesis Jamileth Reyes Clemente

Resumen

La presente investigación describe la relación entre los hábitos de estudio y el rendimiento académico en estudiantes del tercer semestre de la carrera de psicología de la Universidad Estatal de Santa Elena (UPSE). Se aplicó un cuestionario de 10 ítems, validado por un juicio de experto, que incluyó dimensiones de hábitos de estudio y rendimiento académico, además de variables sociodemográficas. La muestra estuvo conformada por 70 estudiantes seleccionados mediante muestreo no probabilístico por conveniencia. Los datos fueron procesados con el programa SPSS, generando tablas cruzadas y gráficas que permitieron identificar patrones relevantes. Los resultados evidencian que la planificación flexible, combinada con responsabilidad, se relaciona positivamente con el cumplimiento de tareas y el rendimiento académico. Asimismo, se observaron diferencias de género, destacando que las mujeres presentan mayor constancia en la organización y en la entrega puntual de actividades. Estos hallazgos confirman parcialmente la hipótesis inicial y aportan evidencia contextualizada sobre la importancia de la autorregulación en el aprendizaje universitario. Se concluye que fortalecer los hábitos de estudio constituye una estrategia clave para mejorar la calidad educativa y el desempeño académico en la formación de futuros profesionales de la psicología.

Palabras clave:
Hábitos de estudio;
rendimiento académico;
estudiantes universitarios;
autorregulación;
psicología

Balón Escalante, R. X., González Cochea, S. N., Martinetty De la Rosa, A. J., Pilligua Borbor, A. C., & Reyes Clemente, G. J. (2025). Hábitos de estudio y su relación con el rendimiento académico en los estudiantes de tercer semestre de la carrera de Psicología. En H. M. Castillo Del Valle, J. L. Pozo Chele, & J. L. Alcivar Ponce, (Coords). *Psicología y Educación. Estrategias de aprendizaje y salud mental en contextos académicos*. (pp. 104-123). Religación Press. <http://doi.org/10.46652/religacionpress.373.c775>



Introducción

En los últimos años, los hábitos de estudio de los alumnos universitarios, a pesar de que ha demostrado un interés que se ha incrementado tanto a nivel nacional como internacional debido al alto porcentaje de desaprobación estudiantil, no obstante, se ha observado que en diversas instituciones de educación superior existe un bajo nivel educativo (Lezama, 2017).

En definitiva, los hábitos de estudio demuestran un conjunto de estrategias, rutinas y técnicas que los estudiantes emplean para procesar, comprender y retener información; siendo esto una determinante en la construcción de aprendizajes significativos y duraderos. Asimismo, las investigaciones demuestran que los estudiantes con hábitos tienden a alcanzar mayor nivel de rendimiento académico, mejorando su desempeño y teniendo una formación profesional más estable. Por tanto, comprender cómo se configuran y aplican estos hábitos permite promover el éxito académico y diseñar estas técnicas que potencien el desarrollo del estudiante.

Como se ha dicho, en el ámbito educativo los hábitos de estudio muestran conductas aprendidas y sostenidas que fortalecen un autocontrol del aprendizaje. Según Bandura (1986), “el aprendizaje autorregulado implica la interacción entre factores cognitivos, conductuales y ambientales, lo cual se relaciona directamente con la forma en que los estudiantes planifican y evalúan su estudio”. De tal manera, la teoría del aprendizaje autorregulado de Zimmerman (2000), resalta la importancia del establecimiento de metas, la administración del tiempo y la autoevaluación son componentes necesarios para alcanzar un desempeño académico. Este marco teórico permite comprender que los hábitos de estudio no son solo rutinas mecánicas; por otra parte, implican procesos psicológicos complejos de motivación, atención y memoria que inciden directamente en el rendimiento académico.

De manera que diversos estudios han explorado que existe la relación entre los hábitos de estudio y el rendimiento académico. Por ejemplo, (Gamero-Burón & Gamero-Burón, 2024), en la Universidad de Málaga, España, estudia como los hábitos de estudio influyen en el rendimiento universitario, especialmente en entornos virtuales y exámenes en línea, donde se evidencia que el uso tecnológico influye en las capacidades de los estudiantes. Acorde con Fenollar Quereda (2008). Se encontró que estudiantes con orientación al aprendizaje presentan mayor perseverancia y esfuerzo continuo, lo que impacta positivamente en su rendimiento, del mismo modo en el contexto ecuatoriano, investigaciones recientes evidencian que la falta de organización y el escaso uso de técnicas de repaso influyen de manera negativa en el desempeño de los estudiantes de educación superior.

De manera similar, Pérez y Molina (2019), concluyen que el uso de estrategias de aprendizaje es de suma importancia para que favorezcan al rendimiento académico. A causa de estos antecedentes sustentan la relevancia de analizar la relación en la Universidad Estatal Península de Santa Elena, aumentando la evidencia local sobre un fenómeno ampliamente estudiado en diferentes contextos.

Sin embargo, en la provincia de Santa Elena, se observa que muchos estudiantes presentan dificultades para mantener hábitos de estudio altos, lo cual se presenta directamente en su rendimiento académico. Aunque existen investigaciones sobre esta temática en otros países, en la UPSE se identifica un vacío de conocimiento respecto a cómo los factores económicos y tecnológicos influyen en la formación de dichos hábitos. Por tanto, surge la siguiente pregunta de investigación ¿Cómo influyen los hábitos de estudio en el rendimiento académico de los estudiantes universitarios de la carrera de psicología del tercer semestre de la UPSE en el año 2025-2?

Volviendo al tema, esta investigación busca contrastar los modelos sobre hábitos de estudio con la realidad local, aportando datos empíricos que contribuyen al campo educativo. En la práctica, los resultados podrán orientar a docentes y autoridades universitarias

en el diseño de estrategias pedagógicas más efectivas, adaptadas a necesidades reales de los estudiantes. Así mismo a nivel social, comprender los hábitos de estudio de los universitarios de Santa Elena puede ayudar a reducir el bajo nivel de hábitos, promover una educación superior equitativa y fortalecer la formación individual de los futuros profesionales de la psicología.

La investigación se desarrolló en la institución pública de educación superior ubicada en la provincia de Santa Elena, Ecuador. Por consiguiente, la universidad representa un pilar formativo que es clave en la zona y atiende a una población estudiantil, con diferencias socioeconómicas y culturas notables. En este caso, se ha identificado que los estudiantes de la carrera de psicología del tercer semestre enfrentan estas dificultades que les impide organizar su tiempo de estudio, mantener la constancia y aplicar estrategias efectivas del aprendizaje.

Dicho lo anterior, son limitaciones que afectan su rendimiento académico y en consecuencia la calidad de su preparación profesional. Así mismo, la relevancia del estudio radica en que existen pocos trabajos previos valiosos para generar evidencia científica contextualizada que oriente la toma de decisiones académicas.

En cuanto a ello, se busca describir los hábitos de estudio del tercer semestre de la carrera de psicología de la UPSE 2025-2 y determinar la relación existente entre dichas variables.

Metodología

Según Hernández (2020), “El enfoque cuantitativo utiliza la recolección de datos para probar hipótesis con base en la medición numérica y el análisis, establecer patrones de comportamiento y probar teorías”. El mismo que permite dar respuesta objetiva al problema planteado, porque posibilita determinar la relación existente entre los hábitos de estudio y el rendimiento académico

en estudiantes universitarios del tercer semestre de la carrera de psicología de la UPSE.

El paradigma positivista es uno de los enfoques filosóficos más influyentes en la investigación científica, caracterizada por su orientación hacia la objetividad, con medición precisa y la búsqueda de leyes universales a través de la observación empírica y el razonamiento lógico (Sucari, 2022). El paradigma positivista guía esta investigación y determina la visión con la cual se concibe la realidad y entender las situaciones en este tipo de ámbito, que es de suma importancia a muchos aspectos.

Según Gonzáles (2021),

Cuando se habla del diseño se refiere a las estrategias procedimientos y pasos que se deben tener para abordar la investigación, lo que encierra un conjunto de procedimientos racionales y sistemáticos llevados a cumplir con la solución del problema general.

Para alcanzar los objetivos se ha optado por un diseño no experimental correlacional que responde a las características del problema dando así paso a paso estas distintas estrategias que abordan a la investigación.

El método utilizado para esta investigación permite desarrollar el trabajo de manera organizada y mantener la coherencia con nuestros objetivos, al guiar el diseño y la recolección de datos en todo el proceso de investigación, controlar sus resultados, presentar posibles soluciones y llegar a una finalidad. Según Básico, (1984) “El método representa la manera de conducir el pensamiento o las acciones para alcanzar un fin”.

Según Arias (2021),

La investigación descriptiva consiste en la caracterización de un hecho, fenómeno, individuo o grupo, con el fin de establecer su estructura y comportamiento. Además, los resultados de este tipo de investigación se ubican en un nivel intermedio en cuanto a la profundidad del conocimiento se refiere.

Esta investigación se clasifica como descriptiva y correlacional por la naturaleza de sus objetivos ya que se espera describir los resultados mediante el instrumento que se aplicara, y así demostrar si existe una relación entre estas dos variables en el ámbito universitario.

Según De Canales (1994), “El universo o población puede estar constituida por personas, animales, registros médicos, los nacimientos, las muestras de laboratorio, los accidentes viales, entre otros”. Este trabajo se centra en una población claramente definida, lo que aporta validez al estudio; en este caso serán estudiantes de la UPSE del tercer semestre de la carrera de psicología.

La muestra consiste en extraer una parte o muestra de una población o universo, de tal forma que todas las muestras posibles de tamaño fijo tengan la misma posibilidad de ser seleccionadas (De Canales, 1994). En este caso, la población está constituida por alrededor de 180 estudiantes, de los cuales se obtuvo una respuesta de 70 mediante el muestreo no probabilístico por conveniencia, atendiendo a la accesibilidad de grupos intactos del tercer semestre y al consentimiento informado de los que respondieron al instrumento aplicado.

Según Rojas (2011),

La encuesta es la técnica que permite la recolección de datos que proporcionan los individuos de una población, o más comúnmente de una muestra de ella, para identificar sus opciones, las apreciaciones, los puntos de vista, las actitudes, el interés o sus experiencias.

Se utilizará como instrumento la encuesta donde se establece las variables de hábitos de estudio y rendimiento académico a los estudiantes del tercer semestre de la carrera de psicología de la UPSE.

Instrumento

Se utilizó un cuestionario, compuesto por 10 ítems, distribuidos en dos dimensiones: Hábitos de estudio (5 ítems) y rendimiento académico (5 ítems). Además, se incluyeron preguntas sociodemográficas (paralelo, sexo, edad y urbanización).

Las respuestas se registraron mediante una escala de Likert de 5 puntos, donde 1= Nunca, 2= Casi nunca, 3 = A veces, 4 = Casi siempre y 5 = Siempre.

A continuación, se presenta la estructura del cuestionario:

Tabla 1. Tabla sintética por variable

Dimensión	ítems	Preguntas
Hábitos de estudio	5	¿Dedico un horario fijo todos los días para estudiar?
Rendimiento académico	5	¿Cumpro con las fechas de entrega de tareas sin retrasos?
Sociodemográficas	4	Paralelo, sexo, edad, urbanización

Fuente: elaboración propia

El instrumento (encuesta) fue validado mediante juicio de experto, quien determinó su validez teórica y metodológica. La validación fue realizada por un profesional experto en el área Psicología y Metodología de la Investigación, cuyo nombre se detalla a continuación:

Experto/a: Mgtr. Harol Castillo Del Valle.

Correo: hcastillo@upse.edu.ec

Posteriormente, la información recolectada a través de las encuestas fue procesada utilizando la herramienta de análisis del programa SPSS, mediante la cual se codificó y categorizó la información, aplicando criterios de reducción de datos, organización, presentación, interpretación y verificación. Esto permitió sustentar y demostrar los resultados obtenidos en la presente investigación.

Resultados

A partir de la encuesta dirigida a los estudiantes, se realizó la interpretación y análisis de la información mediante el programa SPSS, herramienta que permitió generar tablas cruzadas en relación con nuestras dos variables, sustentando así los hallazgos del estudio, este programa permitió organizar, codificar e interpretar los datos de manera rigurosa.

Los resultados presentados a continuación fueron elaborados íntegramente a partir de análisis desarrollado con este instrumento, garantizando la validez y coherencia de la interpretación cuantitativa.

Confiabilidad del instrumento

La confiabilidad interna fue evaluada mediante el coeficiente Alfa de Cronbach, obteniéndose un valor de $\alpha = 0,857$ para los 10 ítems. Este valor indica una consistencia interna alta, lo que indica que los ítems miden de forma coherente el constructor de hábitos de estudio.

Tabla 2. Tabla de confiabilidad del instrumento

Estadístico	Valor obtenido
Alfa de Cronbach	0,857
Número de ítems	10

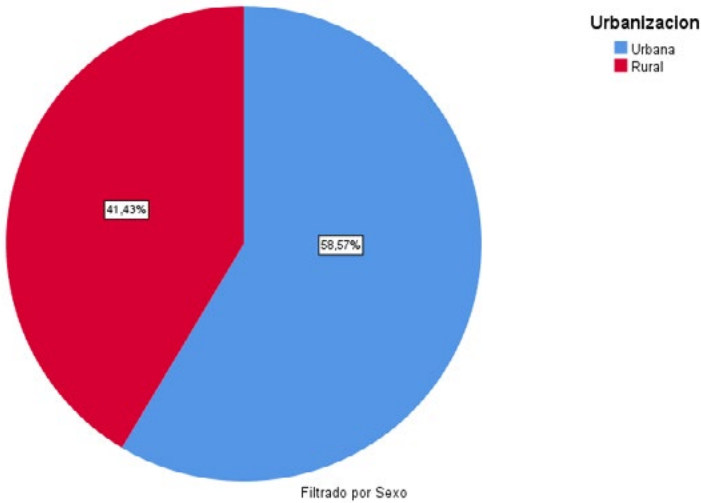
Fuente: elaboración propia, creada con el programa SPSS.

Figura 1. Tabla cruzada Sexo – Urbanización

		Urbanizacion		Total
		Urbana	Rural	
Sexo	Hombre	15	7	22
	Mujer	26	21	47
	Prefiero no decirlo	0	1	1
Total		41	29	70

Fuente: elaboración propia con base de datos cuantitativa del estudio “Hábitos de estudio y su relación con el rendimiento académico en los estudiantes de tercer semestre de la carrera de Psicología”, procesados con SPSS (2025).

Figura 2. Gráfico circular de sexo – Urbanización



Fuente: elaboración propia

La gráfica circular relacionada con sexo y urbanización, muestran que el 58,57% de los estudiantes reside en zonas urbanas, mientras que el 41,43% vive en áreas rurales, lo que indica una ligera predominancia del entorno urbano en la muestra. Al separar por sexo, se observa que tanto hombres como mujeres están representados en

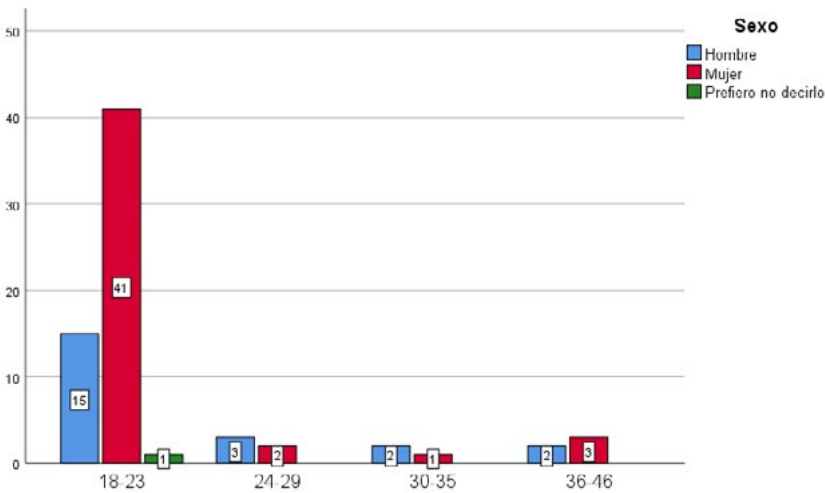
ambos contextos, aunque las mujeres presentan una distribución más equilibrada entre lo urbano y lo rural, mientras que los hombres se concentran mayoritariamente en zonas urbanas. Estos datos permiten considerar que el entorno de residencia podría influir en los hábitos académicos y en el acceso a recursos educativos.

Figura 3. Tabla cruzada Sexo – Edad

		Sexo			Total
		Hombre	Mujer	Prefiero no decirlo	
Edad	18-23	15	41	1	57
	24-29	3	2	0	5
	30-35	2	1	0	3
	36-46	2	3	0	5
Total		22	47	1	70

Fuente: elaboración propia con base de datos cuantitativa del estudio “Hábitos de estudio y su relación con el rendimiento académico en los estudiantes de tercer semestre de la carrera de Psicología”, procesados con SPSS (2025).

Figura 4. Gráfica de barras Sexo – Edad



Fuente: elaboración propia

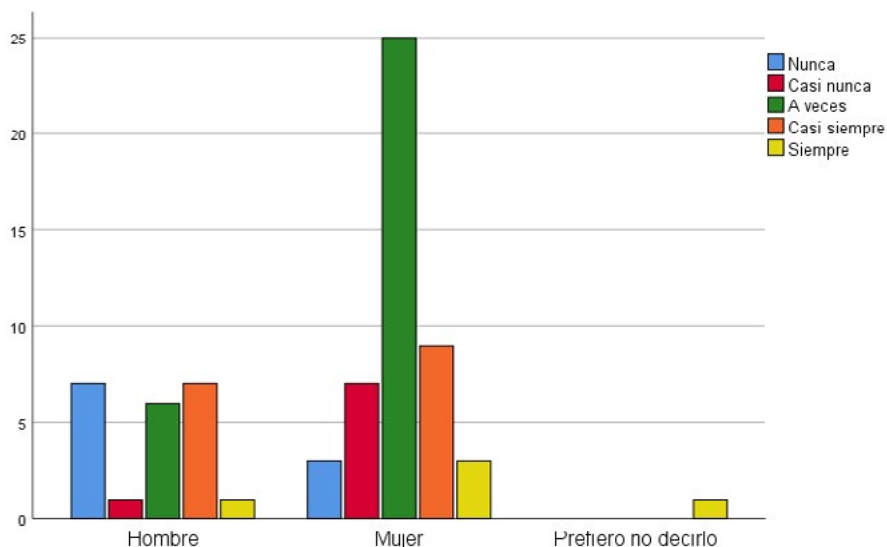
La gráfica de barras muestra una clara concentración de participantes en el grupo de 18 a 23 años, con predominancia femenina: 41 mujeres frente a 15 hombres. Esto refleja una participación mayoritaria de estudiantes jóvenes y mujeres en este estudio. Los demás rangos de edad representan frecuencias mucho menores, con una ligera presencia masculina en los grupos de 24 a 46 años. Estos datos sugieren que el perfil predominante de la muestra corresponde a mujeres universitarias.

Figura 5. Tabla cruzada Dedico un horario fijo todos los días para estudiar – Sexo

		Sexo			Total
		Hombre	Mujer	Prefiero no decirlo	
¿Dedico un horario fijo todos los días para estudiar?	Nunca	7	3	0	10
	Casi nunca	1	7	0	8
	A veces	6	25	0	31
	Casi siempre	7	9	0	16
	Siempre	1	3	1	5
Total		22	47	1	70

Fuente: elaboración propia con base de datos cuantitativa del estudio “Hábitos de estudio y su relación con el rendimiento académico en los estudiantes de tercer semestre de la carrera de Psicología”, procesados con SPSS (2025).

Figura 6 ¿Dedico un horario fijo todos los días para estudiar?



Fuente: elaboración propia

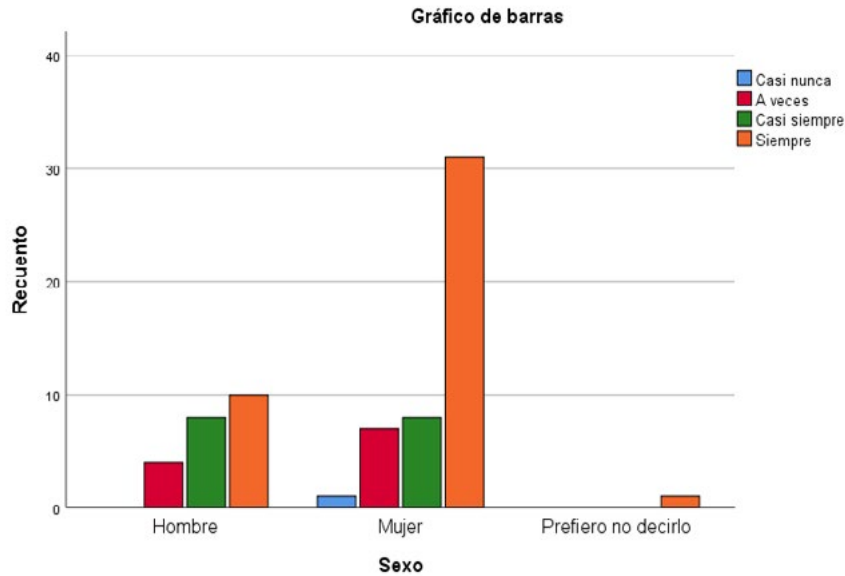
Los resultados reflejan diferencias interesantes en los hábitos de estudio según el género. Según nuestro instrumento, se observa que las mujeres tienden a adoptar una planificación flexible, predominando el “A veces”, lo que podría estar relacionado con una gestión adaptativa en contextos académicos exigentes. En los hombres, en cambio, se observa una mayor dispersión, con presencia tanto de hábitos estructurados “Casi siempre” como de ausencia de planificación “nunca”, lo que sugiere que el género masculino presenta mayor variedad en sus estrategias de estudio.

Figura 7. Tabla cruzada cumplo con las fechas de entrega de tareas sin retraso – Sexo

		Casi nunca	A veces	Casi siempre	Siempre	Total
Sexo	Hombre	0	4	8	10	22
	Mujer	1	7	8	31	47
	Prefiero no decirlo	0	0	0	1	1
Total		1	11	16	42	70

Fuente: elaboración propia con base de datos cuantitativa del estudio “Hábitos de estudio y su relación con el rendimiento académico en los estudiantes de tercer semestre de la carrera de Psicología”, procesados con SPSS (2025).

Figura 8. ¿Cumplo con las fechas de entrega de tareas sin retraso?



Fuente: elaboración propia

Los resultados muestran que la mayoría de los estudiantes afirman cumplir siempre con las fechas de entrega de tareas sin retraso, especialmente las mujeres, quienes concentran 31 de los 42 casos en la categoría “Siempre”, evidenciando una tendencia hacia la responsabilidad académica. En los hombres, también predomina el

cumplimiento, aunque con mayor dispersión entre “Casi siempre” y “Siempre”, lo que sugiere una conducta más variable.

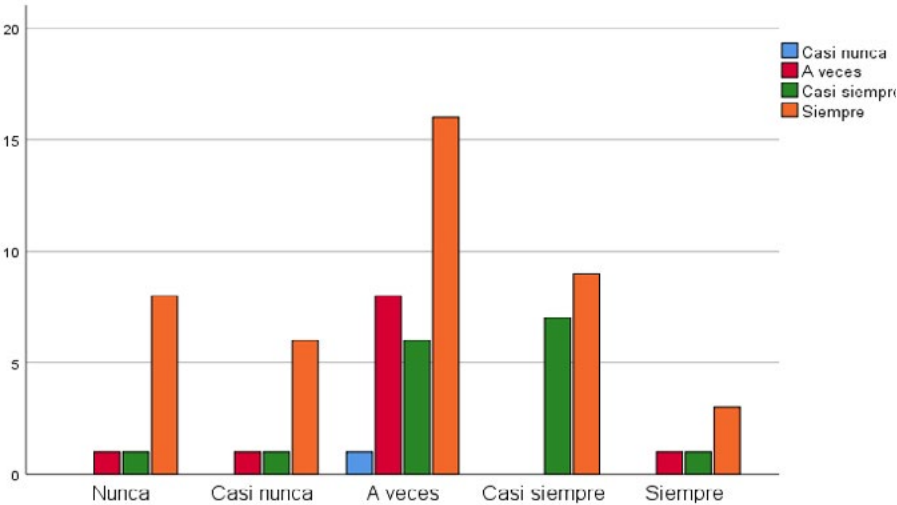
Estos datos reflejan que, si bien el compromiso con las entregas es alto en general, existen diferencias por género que podrían estar relacionadas con estilos de organización personal.

Figura 9. Tabla cruzada si dedico un horario fijo para estudiar y si tiene relación con entregar tareas sin retrasos

		¿Cumplo con las fechas de entrega de tareas sin retrasos?				Total
		Casi nunca	A veces	Casi siempre	Siempre	
¿Dedico un horario fijo todos los días para estudiar?	Nunca	0	1	1	8	10
	Casi nunca	0	1	1	6	8
	A veces	1	8	6	16	31
	Casi siempre	0	0	7	9	16
	Siempre	0	1	1	3	5
Total		1	11	16	42	70

Fuente: elaboración propia con base de datos cuantitativa del estudio “Hábitos de estudio y su relación con el rendimiento académico en los estudiantes de tercer semestre de la carrera de Psicología”, procesados con SPSS (2025).

Figura 10. Relación entre dedico un horario fijo todos los días para estudiar y cumplo con las fechas de trabajo de tareas sin retraso.



Fuente: elaboración propia

La gráfica de barras muestra que estos resultados sugieren que la existencia de un horario fijo no garantiza por sí sola el cumplimiento de entregas, pero sí parece existir una correlación positiva entre cierta regularidad en el estudio y el compromiso académico. El hecho de que muchos estudiantes que estudian “A veces” con horario fijo logren cumplir “Siempre” con las tareas puede indicar que la flexibilidad combina con responsabilidad es una estrategia efectiva en los universitarios.

Discusión

Los hallazgos del presente estudio permitieron comprender de manera más profunda la relación entre los hábitos de estudio y el rendimiento académico en estudiantes universitarios de Psicología.

En primer lugar, se observa que la mayoría de los participantes reside en zonas urbanas, lo que sugiere un acceso a mayor recursos educativos y tecnológicos. Este factor contextual puede influir en la organización de los hábitos de estudio, tal como señalan Gamero-Burón (2024), quienes destacan que el entorno y las condiciones de acceso a materiales académicos son determinantes en la consolidación de estrategias de aprendizaje.

En cuanto al perfil sociodemográfico, la predominancia de mujeres jóvenes entre 18 y 23 años coincide con estudios previos (Lezama, 2017), que identifican la mayor participación femenina en carreras de ciencias sociales y de la salud. Este dato es relevante porque, como muestran nuestros resultados, las mujeres tienden a mantener una planificación más equilibrada y constante en sus hábitos de estudio, lo que se refleja en un mayor cumplimiento de las tareas académicas. Esta tendencia respalda lo planteado por Fenollar Quereda et al. (2008), quienes señalan responsabilidad y la autorregulación son factores predictivos del rendimiento académico.

Respecto a la variable hábitos de estudio, los resultados evidencian que la existencia de un horario fijo no garantiza por si sola el cumplimiento de las tareas, aunque si se observa una correlación positiva entre cierta regularidad y el compromiso académico. Este hallazgo aporta una visión matizada: la flexibilidad en la planificación, combinada con responsabilidad, puede ser una estrategia más efectiva que la rigidez absoluta. Hernández-Sampieri y Mendoza (2020), sostienen que los estudiantes universitarios desarrollan estilos de aprendizaje adaptativos según las demandas del contexto, lo cual se refleja en la diversidad de respuestas encontradas en nuestra muestra.

Por otro lado, el análisis de género muestra diferencias significativas, mientras las mujeres concentran la mayor proporción en la categoría “Siempre” al cumplimiento de tareas, los hombres presentan mayor dispersión entre “Casi siempre” y “Siempre”. Este hallazgo sugiere que los estilos de organización personal varían según el género, lo que coincide con lo reportado por Gamero-Burón (2024), quienes destacan que las diferencias individuales en la autorregulación impactan directamente en el rendimiento académico.

Finalmente, es importante reconocer las limitaciones del estudio. La muestra se concreta a estudiantes del tercer semestre de la carrera de psicología, lo que restringe la generalización de los resultados. Además, el uso de un cuestionario autorreportado puede implicar sesgos de deseabilidad social. Sin embargo, estos hallazgos ofrecen una base sólida para futuras investigaciones que amplíen el análisis a legiones y otras universidades.

Conclusión

El estudio permitió comprender cómo los hábitos de estudio y su relación con el rendimiento académico en los estudiantes de tercer semestre de psicología de la UPSE evidencia que la organización personal y la autorregulación constituyen factores clave para alcanzar

un desempeño académico satisfactorio. Los resultados muestran que, aunque la existencia de un horario fijo no garantiza por sí sola el cumplimiento de las tareas, la combinación de flexibilidad y responsabilidad se convierte en una estrategia efectiva para los universitarios. Asimismo, se identificaron diferencias de género que revelan que las mujeres que tienen a mantener mayor constancia en la planificación y en el cumplimiento de entregas, lo que refuerza la importancia de la autorregulación como predictor del éxito académico.

Este estudio aporta evidencia contextualizada sobre cómo los factores, como la urbanización y la edad, influyen en la configuración de hábitos de estudio, ampliando la comprensión de un fenómeno ampliamente analizado en otros países, pero poco explorado en la provincia de Santa Elena.

No obstante, se reconocen limitaciones como el tamaño de la muestra y la concentración en un solo semestre y carrera, lo que restringe la generalización de los resultados. Por ello, se recomienda que futuras investigaciones amplíen el análisis y programas académicos, incorporando además variables como el acceso a recursos tecnológicos y las condiciones socioeconómicas, para comprender de manera más integral la relación entre hábitos de estudio y rendimiento académico.

Referencias

- Arias Gonzáles, J. L., & Covinos Gallardo, M. (2021). *Diseño y metodología de la investigación*. Biblioteca Nacional del Perú.
- De Canales, F. H., De Alvarado, E. L., & Pineda, E. B. (1994). *Metodología de la investigación: Manual para el desarrollo de personal de salud*. Organización Panamericana de la Salud.
- Fenollar Quereda, P., Román Nicolás, S., & Cuesta Valiño, J. C. D. (2008). Antecedentes del rendimiento académico: Aplicación a la docencia en marketing. *Revista Española de Investigación de Marketing*, 12(2), 7–24.
- Gamero-Burón, C., & Lassibille, G. (2024). Hábitos de estudio y rendimiento académico universitario. El poder predictivo de los exámenes on-line. *Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria*, 18(1). <https://doi.org/10.19083/RIDU.2024.1826>
- Hernández-Sampieri, R., & Mendoza Torres, C. P. (2020). *Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. McGraw-Hill Interamericana.
- Lezama, O., & García, N. (2017). Hábitos de estudio y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Revista InnOvaciOnes de NegO-ciOs*, 4(1), 103–116. <https://doi.org/10.29105/rin4.1-7>
- Niño Rojas, V. M. (2011). *Metodología de la investigación: Diseño y ejecución*. Ediciones de la U.
- Sucari, W., Sucari, H., Calsin, M., Mamani-Condori, J., Choque-Copari, C., & Gil, I. (2022). *Paradigmas y métodos: Una visión epistémica para la investigación*. Instituto Universitario de Innovación Ciencia y Tecnología Inudi Perú. <https://doi.org/10.35622/inudip.013>

Study Habits and Their Relationship with Academic Performance in Third-Semester Psychology Students

Hábitos de Estudio e sua Relação com o Rendimento Acadêmico nos Estudantes do Terceiro Semestre do Curso de Psicologia

Ronny Xavier Balón Escalante

Universidad Estatal Península De Santa Elena | Santa Elena | Ecuador

<https://orcid.org/0009-0000-0741-6904>

ronny.balonescalante9459@upse.edu.ec

Estudiante

Solange Nereida González Cochea

Universidad Estatal Península De Santa Elena | Santa Elena | Ecuador

<https://orcid.org/0009-0004-8256-2185>

Solange.gonzalezcochea4198@upse.edu.ec

Estudiante

Allan Josué Martinetty De la Rosa

Universidad Estatal Península De Santa Elena | Santa Elena | Ecuador

<https://orcid.org/0009-0001-8460-499X>

allan.martinettydelarosa8605@upse.edu.ec

Estudiante

Annabel Cristina Pilligua Borbor

Universidad Estatal Península De Santa Elena | Santa Elena | Ecuador

<https://orcid.org/0009-0000-3053-5987>

annabel.pilliguaborbor9203@upse.edu.ec

Estudiante

Genesis Jamileth Reyes Clemente

Universidad Estatal Península De Santa Elena | Santa Elena | Ecuador

<https://orcid.org/0009-0007-7498-3512>

genesis.reyesclemente1077@upse.edu.ec

Estudiante

Abstract

This research describes the relationship between study habits and academic performance in third-semester students of the Psychology program at the Peninsula State University of Santa Elena (UPSE). A 10-item questionnaire, validated by expert judgment, was applied. It included dimensions of study habits and academic performance, as well as sociodemographic variables. The sample consisted of 70 students selected through non-probabilistic convenience sampling. Data were processed using the SPSS program, generating cross-tabulations and graphs that allowed for the identification of relevant patterns. The results show that flexible planning, combined with responsibility, is positively related to task completion and academic performance. Likewise, gender differences were observed, highlighting that women show greater consistency in organization and the timely submission of assignments. These findings partially confirm the initial hypothesis and provide contextualized evidence on the importance of self-regulation in university learning. It is concluded that strengthening study habits constitutes a key strategy for improving educational quality and academic performance in the training of future psychology professionals.

Keywords: study habits; academic performance; university students; self-regulation; psychology.

Resumo

A presente pesquisa descreve a relação entre os hábitos de estudo e o rendimento acadêmico em estudantes do terceiro semestre do curso de Psicologia da Universidade Estadual Península de Santa Elena (UPSE). Foi aplicado um questionário de 10 itens, validado por um júri de especialistas, que incluiu dimensões de hábitos de estudo e rendimento acadêmico, além de variáveis sociodemográficas. A amostra foi conformada por 70 estudantes selecionados por amostragem não probabilística por conveniência. Os dados foram processados com o programa SPSS, gerando tabelas cruzadas e gráficos que permitiram identificar padrões relevantes. Os resultados evidenciam que o planejamento flexível, combinado com responsabilidade, relaciona-se positivamente com o cumprimento de tarefas e o rendimento acadêmico. Igualmente, foram observadas diferenças de gênero, destacando-se que as mulheres apresentam maior constância na organização e na entrega pontual de atividades. Esses achados confirmam parcialmente a hipótese inicial e aportam evidência contextualizada sobre a importância da autorregulação na aprendizagem universitária. Conclui-se que fortalecer os hábitos de estudo constitui uma estratégia-chave para melhorar a qualidade educativa e o desempenho acadêmico na formação de futuros profissionais da psicologia. Palavras-chave: hábitos de estudo; rendimento acadêmico; estudantes universitários; autorregulação; psicologia.

Capítulo 6

Experiencias y percepciones de docentes y estudiantes sobre la asociación entre el Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH) y el rendimiento académico en la educación básica media

Nataly Jazmín Ángel Figueroa, Brithany Tahyli Balon Romero, Valeria Sophia Villavicencio García, Brigitte Anahis Zamora Hernández

Resumen

La investigación analizó las experiencias y percepciones de docentes y estudiantes sobre la asociación entre el Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH) y el rendimiento académico en la educación básica media. En este estudio se empleó un enfoque cualitativo con diseño fenomenológico y entrevistas semiestructuradas, las cuales permitieron comprender las vivencias, significados y dificultades que enfrentan los estudiantes con características asociadas al TDAH dentro del aula. Los participantes coincidieron en que la inatención, impulsividad y las dificultades para organizar tareas afectan de manera directa al desempeño escolar y la participación en clase. Los estudiantes señalaron sentimientos de frustración, incomprensión y desmotivación ante la percepción de ser etiquetados negativamente. Los docentes reconocieron limitaciones en su formación y en la disponibilidad de estrategias pedagógicas para atender estas necesidades. Sin embargo, cuando se aplican metodologías más dinámicas, atención personalizada, refuerzo positivo y los apoyos emocionales, favorecen la autorregulación, su participación y progreso académico. Los resultados evidencian la importancia de fortalecer la capacitación docente y promover prácticas inclusivas que integren apoyo cognitivo y pedagógico, con el fin de mejorar la atención educativa de los estudiantes con TDAH.

Palabras clave:
Rendimiento académico;
educación básica media;
atención;
inclusión;
estrategias pedagógicas;
autorregulación;
metodologías activas;
fenomenología

Ángel Figueroa, N. J., Balon Romero, B. T., Villavicencio García, V. S., & Zamora Hernández, B. A. (2025). Experiencias y percepciones de docentes y estudiantes sobre la asociación entre el Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH) y el rendimiento académico en la educación básica media. En H. M. Castillo Del Valle, J. L. Pozo Chele, & J. L. Alcivar Ponce, (Coords). *Psicología y Educación. Estrategias de aprendizaje y salud mental en contextos académicos*. (pp. 125-142). Religación Press. <http://doi.org/10.46652/religacionpress.373.c776>



Introducción

La educación inclusiva fomenta el respeto a las diferencias individuales y busca un aprendizaje equitativo. El Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH) afecta la atención, la conducta y el rendimiento, influyendo en el desarrollo integral del estudiante dentro del aula. Según la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos, el TDAH es una preocupación creciente en los sistemas educativos y afecta aproximadamente al 7.2% de los niños y adolescentes a nivel mundial (OCDE, 2020). En Ecuador, destaca el aumento de casos entre los alumnos que necesitan educación especial debido a problemas de aprendizaje como el trastorno por déficit de atención e hiperactividad y problemas de conducta; esto requiere fortalecer los esfuerzos de inclusión dentro de las escuelas además de brindar asistencia psicológica y educativa.

El diagnóstico de TDAH se refiere a un problema en el desarrollo del cerebro que afecta las emociones, las capacidades de pensamiento y las relaciones interpersonales. Las investigaciones indican que este trastorno afecta tanto el ámbito académico como emocional y el bienestar de los estudiantes en sus entornos educativos. Estudios recientes indican que esta condición perjudica los procesos cognitivos, provoca angustia psicológica y desafíos para adaptarse a situaciones cotidianas. Autores como Musullulu, (2025), entre otros, subrayan cómo el trastorno por déficit de atención e hiperactividad afecta a los estudiantes más allá de lo académico; impacta las interacciones sociales y las emociones que influyen tanto en el compromiso individual como en el crecimiento educativo general. Desde esta perspectiva, se comprende que la escuela no solo es un espacio de aprendizaje cognitivo, sino también un entorno social en el que las manifestaciones del TDAH se hacen evidentes y requieren estrategias pedagógicas y emocionales específicas para favorecer la inclusión y el bienestar escolar.

En Ecuador, los estudios sobre TDAH son escasos, pese a su alta incidencia escolar. Las limitaciones docentes impiden una atención adecuada. Factores socioculturales condicionan cómo los maestros interpretan los síntomas, como se evidencia en programas nacionales de inclusión educativa impulsados por el Ministerio de Educación, entre ellos el “Programa de Educación Inclusiva” y el “Proyecto de Atención a la Diversidad”, orientados a fortalecer las competencias docentes y la atención a estudiantes con necesidades educativas especiales, incluido el TDAH, de acuerdo con los lineamientos del Plan Nacional de Desarrollo Educativo (Zhou,2025).

El TDAH implica inatención e impulsividad que afectan el rendimiento escolar y social. Su prevalencia global del 8% evidencia su importancia educativa (Pubmed,2023). Según los criterios diagnósticos del **DSM-5 (American Psychiatric Association, 2013)**, que lo define como un trastorno del neurodesarrollo caracterizado por patrones persistentes de inatención y/o hiperactividad-impulsividad que interfieren con el funcionamiento diario. Desde las **teorías del control ejecutivo**, estas dificultades se explican por déficits en los procesos de autorregulación y atención sostenida, lo que incide directamente en el desempeño académico y social del estudiante.

En el contexto ecuatoriano predominan estudios estadísticos sobre el TDAH, sin abordar las experiencias de docentes y estudiantes, mientras que los diagnósticos varían según los métodos. Surge entonces la pregunta: ¿cómo perciben docentes y estudiantes la relación entre el TDAH y el rendimiento académico?

Por ello, el objetivo general de esta investigación es analizar las experiencias y percepciones de docentes y estudiantes sobre la relación entre el TDAH y el rendimiento académico, con el fin de fortalecer estrategias pedagógicas inclusivas en el contexto ecuatoriano, específicamente identificando dificultades, describiendo estrategias y analizando percepciones. El estudio se realizará en escuelas públicas de educación básica media del Ecuador, caracterizadas por su

diversidad sociocultural y por la aplicación de políticas de inclusión educativa (Educación, 2023).

Metodología

El estudio se desarrolla bajo un enfoque cualitativo, el cual permite comprender el trastorno por déficit de atención e hiperactividad al considerar sus perspectivas y relatos personales entre los estudiantes que experimentan esta condición en el contexto educativo. El estudio de Quintana (2006), destaca que este enfoque permite comprender cómo los educadores definen lo que constituye la condición. El respaldo a este enfoque proviene de académicos modernos como Creswell (2014) y Hernández Sampieri (2018), quienes afirman que los estudios cualitativos no apuntan a la medición; en cambio, se centran en interpretar y describir la naturaleza multifacética de la realidad.

En el caso del TDAH, este paradigma interpretativo permite interpretar cómo los docentes y estudiantes viven e interpretan el trastorno dentro del entorno escolar, identificando las barreras, estrategias y aprendizajes que surgen de su convivencia cotidiana (Quintana, 2006).

El diseño de investigación es de tipo fenomenológico, ya que se enfoca en describir e interpretar las experiencias vividas por los actores involucrados, permitiendo obtener una comprensión holística de cómo se manifiesta y se significa el TDAH dentro del espacio educativo (Quintana, 2006).

Permite explorar cómo docentes y estudiantes interpretan el TDAH en el aula, qué estrategias utilizan y cómo viven las dinámicas de enseñanza-aprendizaje frente al trastorno. La entrevista semiestructurada favorece la construcción de significados compartidos y la comprensión de los fenómenos desde la voz de los propios protagonistas (Bernal, 2010).

Su estructura permite mantener una secuencia lógica y flexible, adaptándose a la dinámica del diálogo sin perder la alineación con las categorías de análisis. En el contexto educativo, facilita la obtención de testimonios auténticos sobre la convivencia con el TDAH y las prácticas pedagógicas asociadas (Bernal, 2010).

Tabla 1. Cuestionario de entrevista

Ítem	PREGUNTAS	SONDAS
P1	cuéntame una experiencia concreta (como docente o estudiante) con un estudiante que mostraba características compatibles con dificultades de atención o impulsividad. Indica el curso, edad y área curricular.	¿Qué conductas observaste (atención sostenida, impulsividad, organización de tareas)? ¿Con qué frecuencia ocurrían y en qué situaciones (explicación, grupo, evaluación)? ¿Cómo reaccionaron los compañeros y docentes? ¿Qué hiciste en el momento y qué apoyos se activaron después? ¿Qué resultado tuvo y qué habrías hecho diferente?
P2	¿cómo entiendes las dificultades de atención o impulsividad y de qué manera crees que influyen en el aprendizaje?	¿Qué diferencias percibes entre TDAH y problemas de conducta? ¿Qué mitos has escuchado y qué evidencias consideras? En tu contexto, ¿qué tan frecuente te parece y por qué (percepción personal)? ¿De dónde proviene tu información (experiencia, capacitaciones, lecturas)?
P3	Qué apoyos, ajustes o estrategias has utilizado u observado para favorecer el rendimiento de estudiantes con características compatibles con TDAH?	¿Qué hiciste exactamente, cuándo y por cuánto tiempo? ¿Participaron familia, DECE o docentes? ¿Cómo se coordinó? ¿Cómo evaluaste si funcionó (tareas, asistencia, conducta, calificaciones)? ¿Qué barreras encontraste y cómo las sorteaste? ¿Se consideraron ajustes razonables o principios del DUA?
P4	¿Qué efectos emocionales o sociales has observado en estudiantes con dificultades de atención o impulsividad dentro del aula?	¿Has notado efectos en autoestima, frustración o ansiedad? ¿Cómo responden sus padres y docentes (apoyo, inclusión, estigma)? ¿Qué cambios percibiste cuando recibió apoyo o comprensión? ¿Qué dice o siente el/la propio/a estudiante sobre su experiencia?

Ítem	PREGUNTAS	SONDAS
P5	Si pudieras proponer dos o tres mejoras concretas y factibles para apoyar el rendimiento de estos estudiantes, ¿cuáles serían y cómo podrían aplicarse?”	¿Qué recursos o capacitaciones se requieren y quién sería responsable? ¿Qué indicadores mostrarían avance (participación, tareas, atención)? ¿En qué plazo podrían implementarse?

Fuente: elaboración propia

El instrumento (cuestionario de entrevista) fue validado mediante juicio de expertos, quienes determinaron su validez teórica y metodológica. La validación fue realizada por dos profesionales expertos en el área de Psicología Educativa y Metodología de la Investigación, cuyos nombres se detallan a continuación:

Experto/a: Harol Marcial Castillo Del Valle

Correo: hcastillo@upse.edu.ec

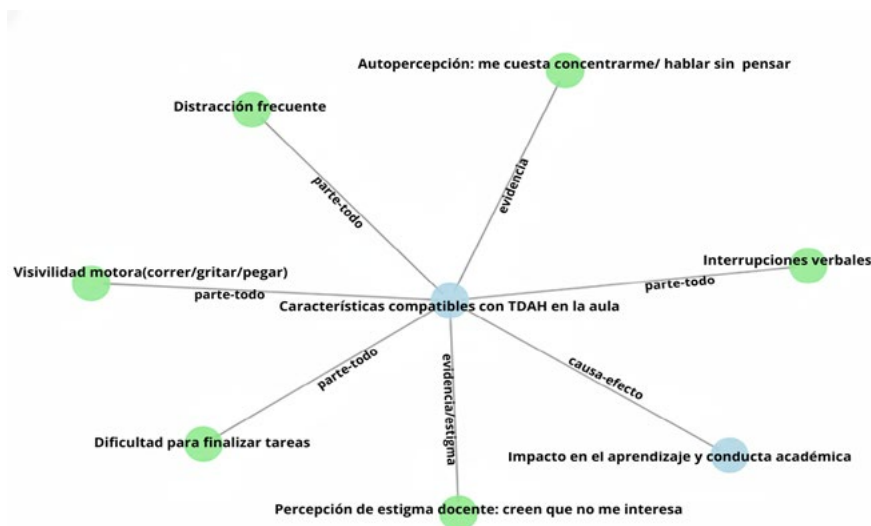
Experto/a: Pedro Leónidas Alvarado Cadena

Correo: pedroalvaradoc.uea@gmail.com

Resultados

Esta red muestra las conductas observadas (distracción, impulsividad, interrupciones, dificultad para terminar tareas) y las autopercepciones del estudiante (“me cuesta concentrarme”, “creen que no me interesa”) se articulan como causas directas del impacto negativo en la atención, planificación y control conductual.

Figura 1. Red 1. Características Compatibles Con TDAH Y Su Impacto En El Aprendizaje



Fuente: elaboración propia con bases de datos cualitativos del estudio “Experiencias y percepciones de docentes y estudiantes sobre la asociación entre el Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH) y el rendimiento académico en la educación básica media”

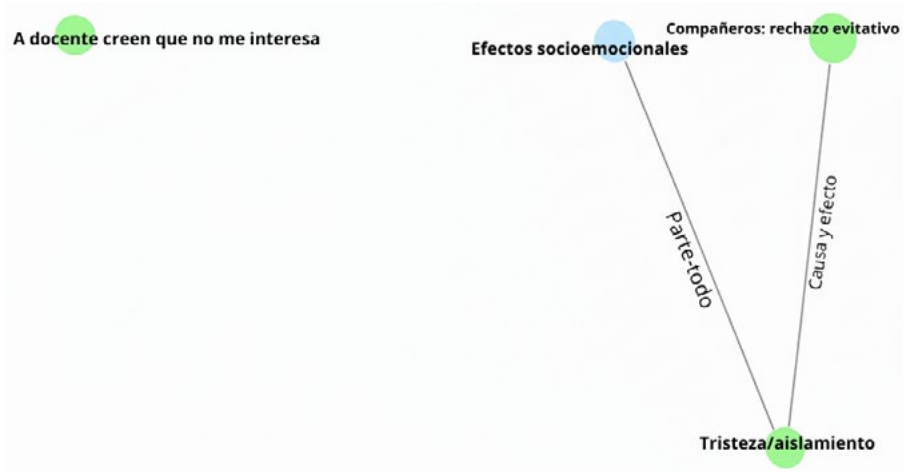
La Red evidencia que las conductas observables asociadas al TDAH—como la distracción frecuente, la impulsividad motora (correr, gritar, golpear) y la dificultad para sostener la atención o finalizar tareas— constituyen manifestaciones externas de un déficit en las funciones ejecutivas, particularmente en la autorregulación cognitiva y emocional. Estas conductas no deben interpretarse como falta de interés o desobediencia, ya que están vinculadas a dificultades neuropsicológicas que afectan la organización, el control de impulsos y la planificación. Desde una perspectiva educativa, esto explica por qué los estudiantes con estas características presentan un desempeño académico inconsistente y escasa capacidad para mantener la atención sostenida, fundamentalmente en contextos tradicionales centrados en el aprendizaje pasivo o prolongada. También, el análisis evidencia la interacción dentro la percepción externa del docente y la autopercepción del estudiante.

priorizar la terminación de tareas mínimas constituyen las principales respuestas del entorno formativo para manejar o reducir la impulsividad. Sin embargo, dichas estrategias actúan como mediadores débiles, ya que logran reducir temporalmente la disrupción, pero no abordan las causas cognitivas y emocionales del problema. Asimismo, la falta de apoyos especializados del DECE y la ausencia de aplicación de los principios del DUA la coordinación entre docente y familia generan una barrera de coordinación que repercute directamente en el acompañamiento efectivo.

La Red refleja que la respuesta del entorno educativo frente a las conductas impulsivas o desatentas se centra en el control conductual y la contención física del estudiante, más que en la comprensión de las causas subyacentes o la aplicación de apoyos pedagógicos específicos. Estrategias como mantener a todo el grupo sentado, ubicar al estudiante aislado o exigir que “no moleste” constituyen mecanismos de manejo inmediato que priorizan la disciplina sobre la inclusión y el aprendizaje significativo si bien estas medidas pueden ser efectivas de forma inmediatas para debilitar transitoriamente la disrupción, no modifican los patrones de autorregulación ni promueven el tratamiento de habilidades atencionales, sin intervenir las dificultades que originan el comportamiento. También, al carecer del apoyo de Consejería Estudiantil DECE o de la aplicación de los principios del diseño universal para el aprendizaje (DUA), las estrategias aplicadas resultan reactivas y no preventivas, reproduciendo un modelo de control conductual reactivo. En el proceso interno de aprendizaje y formativo, esta dinámica deriva de una dependencia excesiva del control docente y la mejora del aprendizaje, la responsabilidad de la autorregulación está a cargo del docente y se centra en vigilar la conducta más que en educar estrategias cognitivas o emocionales. El estudiante percibe este modelo de respuestas de manera que genera una sensación de rechazo o desmotivación, lo cual limita su motivación y refuerza su sensación de incompetencia. Desde la perspectiva del aprendizaje

socioemocional, la separación física o el etiquetamiento del estudiante impulsivo generan ruptura de la conexión pedagógica, elemento fundamental para el proceso emocional y el fortalecimiento de la autoestima académica. Por ello, la Red 2 subraya la necesidad de transitar de un paradigma correctivo hacia uno formativo e inclusivo, donde la respuesta docente incorpore la comprensión empática, la flexibilidad metodológica y la intervención coordinada entre docentes, familia y orientadores.

Figura 3. Red 3. Efectos Socioemocionales



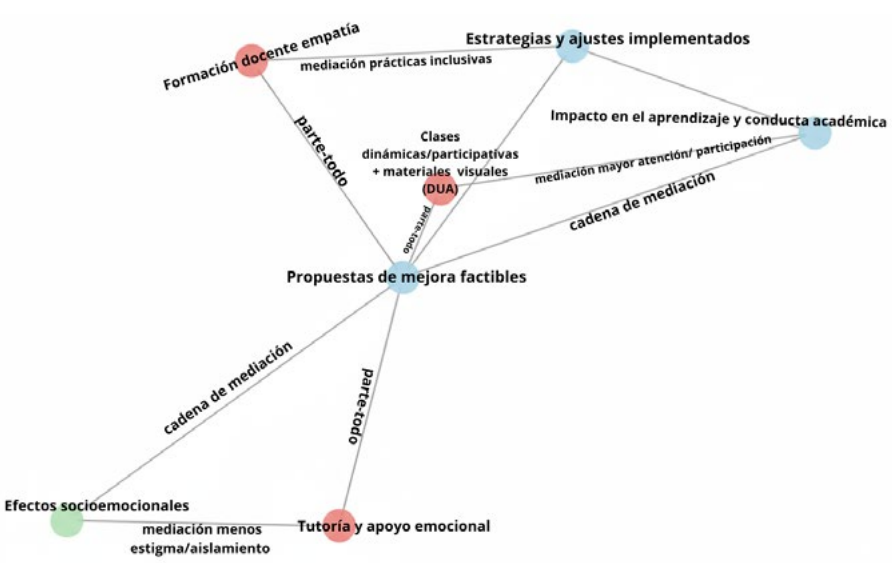
Fuente: elaboración propia con base de datos cualitativos del estudio “Experiencias y percepciones de docentes y estudiantes sobre la asociación entre el Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH) y el rendimiento académico en la educación básica media”

Esta situación ilustra también las percepciones negativas de los profesores y el rechazo de los compañeros y la falta de interés aparente afectan su participación en clases, las instrucciones están vinculadas con la sanción, la angustia y el debilitamiento de la autoestima del estudiante que presenta problemas de comportamiento e impulsividad. En lugar de existir un adecuado clima de contención, el entorno general actúa también como reforzador de la conducta observable, creando un espacio de emociones negativas que perjudica la motivación y el valor personal en su experiencia escolar.

La Red evidencia las profundas consecuencias emocionales y sociales que experimentan los estudiantes con dificultades de atención e impulsividad dentro del aula. Las conductas disruptivas, al ser malinterpretadas por los docentes y rechazadas por los compañeros, generan un proceso de exclusión relacional que impacta directamente en la autoestima y en la construcción del autoconcepto académico. El estudiante es percibido como inquieto o distraído, lo cual provoca respuestas de aislamiento emocional y presión del grupo y de los adultos significativos.

Desde la práctica educativa, esta dinámica constituye un ejemplo de profecía autocumplida, en las bajas expectativas del entorno alimentan la desmotivación y el bajo rendimiento del estudiante, reforzando la etiqueta básica. A nivel emocional, el estigma que el rechazo general y la falta de comprensión producen sentimientos de melancolía, frustración y abandono, los cuales obstaculizan la autorregulación y el aprendizaje. La privación de vínculos afectivos seguros y de espacios de apoyo genuino debilita la percepción de competencia y autoestima, elementos clave para el desarrollo socioemocional. Desde un rumbo inclusivo, estos resultados subrayan la necesidad de intervenciones orientadas a la dimensión afectiva del aula, que promuevan la empatía, la contención y valorización de la heterogeneidad conductual. Promover entornos en los que los errores y las diferencias no sean motivo de exclusión y generar oportunidades de aprendizaje compartido, constituye una condición necesaria para revertir los efectos negativos de esta dinámica.

Figura 4. Red 4: Propuesta de mejora



Fuente: elaboración propia con bases de datos cualitativos del estudio “Experiencias y percepciones de docentes y estudiantes sobre la asociación entre el Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH) y el rendimiento académico en la educación básica media”

Esta red incorpora las acciones de mejora que los participantes propusieron: clases más activas, la formación docente con un enfoque empático, implementación de los principios del DUA y la innovación de lugares para tutorías emocionales. Estas sugerencias funcionan como nodos de articulación que vinculan las redes precedentes, estrategias de enseñanza, experiencia y efectos socioemocionales, estableciendo un caso de mejora que fomenta la inclusión, la motivación y el clima escolar positivo.

La Red evidencia un cambio de paradigma desde la corrección conductual hacia la transformación pedagógica inclusiva. Las propuestas de formación docente en empatía y comprensión del TDAH surgen como un punto de partida esencial para modificar las percepciones negativas que alimentan el estigma. Cuando los educadores comprenden las bases neuropsicológicas de la inatención y la impulsividad, pueden adaptar su práctica y diseñar experiencias

de aprendizaje más ajustadas a las necesidades reales del estudiante. Desde esta perspectiva, la evidencia muestra que la formación y la empatía pedagógica se convierten en mediadores, promoviendo entornos más comprensivos, colaborativos y flexibles. De este modo, la relación pedagógica entre docente y estudiante se fortalece, la atmósfera sensible del aula mejora y las conductas disruptivas tienden a disminuir gracias a la autorregulación, no por imposición.

Por otro ámbito, las clases dinámicas y participativas, apoyadas en el Diseño universal para el aprendizaje (DUA), unido con las tutorías emocionales y espacios de acompañamiento, constituyen estrategias claves para equilibrar lo académico con el desarrollo socioemocional del estudiante. Estas acciones no solamente facilitan la participación y la autorregulación, fortalecen la confianza, el sentido de autoeficacia y la autonomía del estudiante. El estudiante deja de sentirse limitado y empieza a verse como protagonista de su proceso de aprendizaje. Desde la perspectiva psicológica y educativa, la red 4 sintetiza la posibilidad de desarrollar acompañamiento integral, donde la inclusión no es un ideal abstracto, salvo en su experiencia cotidiana basada en la empatía, la diversificación metodológica y el apoyo integral.

Discusión

Los hallazgos permiten comprender, desde las voces de docentes y estudiantes, el impacto de los rasgos asociados al TDAH en la vida escolar cotidiana. Conductas como distracción persistente, impulsividad, interrupciones frecuentes y dificultades para finalizar tareas se corresponden como criterios diagnósticos del DSM-5 y con enfoques neuropsicológicos que explican el trastorno como un déficit en funciones ejecutivas y autorregulación. En este sentido, los participantes atribuyen las dificultades académicas a limitaciones neurocognitivas más que a desinterés o falta de esfuerzo, lo que

coincide con la literatura que vincula al TDAH con problemas de atención sostenida, planificación y control inhibitorio.

Además del rendimiento académico, se evidencian efectos socioemocionales relevantes: frustración, disminución de la autoestima y experiencias de estigmatización asociadas a interpretaciones negativas del entorno escolar. Estos resultados son consistentes con estudios que señalan vínculos entre TDAH, estrés psicológico y dificultades en la adaptación social, especialmente cuando predominan respuestas punitivas o centradas únicamente en el control conductual.

En el contexto ecuatoriano, la insuficiente formación docente en inclusión educativa y la limitada articulación con el DECE y la familia intensifican estas barreras. La tendencia a aplicar estrategias disciplinarias reactivas, sin apoyos pedagógicos diferenciados, refuerza el etiquetamiento y limita la participación del estudiante. Sin embargo, cuando se implementan metodologías activas, ajustes razonables basados en el Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA), tutorías personalizadas y acompañamiento emocional, los estudiantes reportan mayor motivación, participación y avances en autorregulación. En conjunto, los resultados respaldan la necesidad de transitar hacia un enfoque inclusivo y preventivo, sustentado en el trabajo colaborativo entre escuela, familia y servicios de apoyo, para favorecer trayectorias escolares más equitativas para estudiantes con TDAH.

Conclusión

Los hallazgos de esta investigación demuestran que los rasgos asociados al TDAH inciden en el rendimiento académico, la autorregulación y la relación escolar. Docentes y estudiantes describen que la inatención, la impulsividad y las dificultades de planificación se relacionan con menor participación en clases, desempeño académico irregular y experiencias de frustración y baja autoestima.

Asimismo, se identifican barreras importantes vinculadas a la limitada formación docente en inclusión educativa, el uso predominante de estrategias disciplinarias y la insuficiente coordinación entre escuela, DECE y familia, lo que reduce la eficacia de los apoyos disponibles.

En el plano teórico, el estudio aporta a una comprensión fenomenológica del TDAH, al mostrar cómo las vivencias subjetivas de docentes y estudiantes revelan necesidades emocionales y pedagógicas que no siempre son visibles en los diagnósticos clínicos. En el plano práctico, se concluye que es necesario fortalecer la capacitación a docentes, implementar metodologías activas y promover apoyos emocionales constantes.

Finalmente, desarrollar una educación inclusiva requiere integrar apoyos cognitivos, emocionales y pedagógicos que permitan a los estudiantes con TDAH desarrollar su potencial en igualdad de condiciones. El refuerzo institucional y la aplicación efectiva de políticas de integración resultan esenciales para garantizar un ambiente escolar más justo, sensible y adaptado a la diversidad.

Referencias

- Arias, F. G. (2012). *El proyecto de investigación*. Episteme.
- Bernal Torres, C. A. (2010). *Metodología de la investigación en administración, economía, humanidades y ciencias sociales*. Pearson Educación.
- Li, F., Cui, Y., Li, Y., Guo, L., Ke, X., Liu, J., Luo, X., Zheng, Y., & Leckman, J. F. (2022). Prevalence of mental disorders in school children and adolescents in China: Diagnostic data from detailed clinical assessments of 17,524 individuals. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 63(1), 34–46. <https://doi.org/10.1111/jcpp.13445>
- Ministerio de Educación del Ecuador. (2013). *Módulo de trabajo: Educación inclusiva y especial*.
- Musullulu, H. (2025). Evaluación del trastorno por déficit de atención e hiperactividad (TDAH): Una revisión de los métodos y problemas actuales. *Frontiers in Psychology*, 16. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1466088>
- OCDE. (2020). *Policy approaches and practices for the inclusion of students with attention-deficit hyperactivity disorder (ADHD)*. OECD Publishing. <https://doi.org/10.1787/49af95e0-en>
- Quintana Yanes, A. (2006). *Metodología de investigación científica cualitativa*. Universidad de San Martín de Porres.
- Thomas, R., Sanders, S., Doust, J., Beller, E., & Glasziou, P. (2015). Prevalence of attention-deficit/hyperactivity disorder: A systematic review and meta-analysis. *Pediatrics*, 135(4), 994–1001. <https://doi.org/10.1542/peds.2014-3482>
- Zhou, X., O'Brien, M., & Lee, S. (2025). Cross-cultural disparities in teachers' reports of ADHD symptoms and behavior: A scoping review. *Social Psychology of Education: An International Journal*, 28. <https://doi.org/10.1007/s11218-025-10092-y>

Experiences and Perceptions of Teachers and Students Regarding the Association Between Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder (ADHD) and Academic Performance in Middle Basic Education

Experiências e Percepções de Docentes e Estudantes sobre a Associação entre o Transtorno do Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH) e o Rendimento Acadêmico no Ensino Fundamental Médio

Nataly Jazmín Ángel Figueroa

Universidad Estatal Península De Santa Elena | Santa Elena | Ecuador

<https://orcid.org/0009-0001-2509-2971>

nataly.angelfigueroa3022@upse.com.ec

Estudiante

Brithany Tahyli Balon Romero

Universidad Estatal Península De Santa Elena | Santa Elena | Ecuador

<https://orcid.org/0009-0005-7012-8178>

brithany.balonromero6119@upse.edu.ec

Estudiante

Valeria Sophia Villavicencio García

Universidad Estatal Península De Santa Elena | Santa Elena | Ecuador

<https://orcid.org/0009-0006-7769-9018>

valeria.villavicenciogarcia6747@upse.edu.ec

Estudiante

Brigitte Anahis Zamora Hernández

Universidad Estatal Península De Santa Elena | Santa Elena | Ecuador

<https://orcid.org/0009-0002-7488-5887>

brigitte.zamorahernandez1529@upse.edu.ec

Estudiante

Abstract

This research analyzed the experiences and perceptions of teachers and students regarding the association between Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder (ADHD) and academic performance in middle basic education. A qualitative approach with a phenomenological design and semi-structured interviews was employed, which allowed for an understanding of the experiences, meanings, and difficulties faced by students with ADHD-related characteristics in the classroom. Participants agreed that inattention, impulsivity, and difficulties in organizing tasks directly affect school performance and class participation. Students reported feelings of frustration, misunderstanding, and demotivation when perceiving themselves as negatively labeled. Teachers acknowledged limitations in their training and in the availability of pedagogical strategies to address these needs. However, when more dynamic methodologies, personalized attention, positive reinforcement, and emotional support are applied, they foster self-regulation, participation, and academic progress. The results highlight the importance of strengthening teacher training and promoting inclusive practices that integrate cognitive and pedagogical support to improve the educational care of students with ADHD.

Keywords: Academic performance; middle basic education; attention; inclusion; pedagogical strategies; self-regulation; active methodologies; phenomenology.

Resumo

A pesquisa analisou as experiências e percepções de docentes e estudantes sobre a associação entre o Transtorno do Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH) e o rendimento acadêmico no ensino fundamental médio. Neste estudo, empregou-se uma abordagem qualitativa com delineamento fenomenológico e entrevistas semiestruturadas, as quais permitiram compreender as vivências, significados e dificuldades enfrentadas pelos estudantes com características associadas ao TDAH em sala de aula. Os participantes concordaram que a desatenção, a impulsividade e as dificuldades para organizar tarefas afetam diretamente o desempenho escolar e a participação em aula. Os estudantes relataram sentimentos de frustração, incompreensão e desmotivação diante da percepção de serem rotulados negativamente. Os docentes reconheceram limitações em sua formação e na disponibilidade de estratégias pedagógicas para atender a essas necessidades. Contudo, quando são aplicadas metodologias mais dinâmicas, atenção personalizada, reforço positivo e apoios emocionais, favorecem a autorregulação, a participação e o progresso acadêmico. Os resultados evidenciam a importância de fortalecer a capacitação docente e promover práticas inclusivas que integrem apoio cognitivo e pedagógico, a fim de melhorar o atendimento educacional dos estudantes com TDAH.

Palavras-chave: Rendimento acadêmico; ensino fundamental médio; atenção; inclusão; estratégias pedagógicas; autorregulação; metodologias ativas; fenomenologia.

Capítulo 7

Gaming Disorder y calidad de sueño en estudiantes de tercero de bachillerato de la Unidad Educativa Americano periodo académico 2025-2026

Ronald Javier Orrala Balón, Ericka Dennisse Santillán Figueroa, Karelis Edith Galarza Solórzano, Giuliana Nayheli Soria Calderón

Resumen

El presente estudio analiza la relación entre el Gaming Disorder y la calidad del sueño en estudiantes de tercero de bachillerato de la Unidad Educativa Americano durante el periodo 2025-2026. Se empleó un enfoque cuantitativo, con diseño no experimental y transversal, aplicando un cuestionario de 15 ítems basado en la escala IGDS9-SF y el índice PSQI. La muestra se obtuvo por conveniencia, considerando a los estudiantes de los paralelos B y C. Los resultados obtenidos evidencian que los adolescentes que se preocupan constantemente por los videojuegos presentan más dificultades para conciliar el sueño lo que conlleva a somnolencia diurna. Además, los adolescentes de sexo masculino tienden a usar los videojuegos como una herramienta de escape emocional, mientras que las del sexo femenino reportaron una mayor sensación de fatiga. Los participantes de 16 y 17 años muestran una frecuencia más alta de descanso insuficiente. Estos hallazgos coinciden con investigaciones previas que vinculan el uso problemático de videojuegos con alteraciones en la calidad del sueño, niveles elevados de estrés, y malestar psicológico. En este contexto se destaca la necesidad de promover hábitos digitales saludables y proponer estrategias de autorregulación emocional y conductual dentro del entorno escolar.

Palabras clave:
Gaming Disorder;
calidad de sueño;
adolescentes;
videojuegos;
salud mental.

Orrala Balón, R. J., Santillán Figueroa, E. D., Galarza Solórzano, K. E., & Soria Calderón, G. N. (2025). Gaming Disorder y calidad de sueño en estudiantes de tercero de bachillerato de la Unidad Educativa Americano periodo académico 2025-2026. En H. M. Castillo Del Valle, J. L. Pozo Chele, & J. L. Alcivar Ponce, (Coords). *Psicología y Educación. Estrategias de aprendizaje y salud mental en contextos académicos*. (pp. 144-164). Religación Press. <http://doi.org/10.46652/religacionpress.373.c777>



Introducción

Actualmente, el uso de videojuegos ha experimentado un crecimiento exponencial, convirtiéndose en una actividad principal en la vida cotidiana de millones de adolescentes alrededor del mundo. Se reconoce que los videojuegos se asocian con efectos positivos en el desarrollo cognitivo y social, pero su uso excesivo y desregulado conduce a efectos adversos en la salud mental. La Organización Mundial de la Salud (OMS), en el año 2018, reconoció de manera oficial esta problemática como ‘Gaming Disorder’ e incorporó la condición en la Clasificación Internacional de Enfermedades (Espín, 2023). Según Notimex (2018), este trastorno se caracteriza por un patrón de conducta persistente y recurrente que ocasiona alteraciones en el sueño y un deterioro significativo en el funcionamiento personal, social, educativo y ocupacional.

Al mismo tiempo, la calidad de sueño se ha identificado como factor esencial para el desarrollo físico, emocional y cognitivo de los adolescentes. Diversos estudios han demostrado que el uso prolongado de pantallas, especialmente antes de dormir, se asocia con alteraciones significativas repercutiendo en la calidad y duración del descanso (G et al., 2024, p.4). En consecuencia, analizar la relación entre el ‘Gaming Disorder’ y la calidad del sueño resulta fundamental para comprender los riesgos vinculados al estilo de vida digital de los jóvenes en edad escolar.

La calidad del sueño constituye un componente esencial en el bienestar físico, emocional y cognitivo de los adolescentes, porque influye en los procesos cognitivos como la atención, la memoria y el control ejecutivo. Investigaciones recientes han evidenciado que los jóvenes con patrones de juego problemático presentan una elevada disrupción del sueño, caracterizada por una menor duración, una calidad deficiente y somnolencia excesiva durante el día (Moshel et al., 2025, p. 5).

Estos efectos se explican por factores conductuales y ambientales asociados al uso excesivo de videojuegos, como la exposición prolongada a la luz de las pantallas, la dificultad para desconectarse del juego y la preocupación constante por la actividad virtual. Estos elementos pueden alterar los ritmos circadianos y reducir la producción de melatonina. Además, se ha encontrado una correlación positiva alta entre el trastorno por uso de videojuegos y los factores mencionados (Bansal & Kranti, 2022, p. 4). En este contexto, la calidad de sueño no solo depende de la cantidad de horas dormidas, sino también en la eficiencia y continuidad del descanso, lo que permite comprender mejor las consecuencias cognitivas y emocionales del ‘Gaming Disorder’.

El deterioro en la calidad del sueño actúa como un posible mediador entre el Gaming Disorder y los problemas de conducta en adolescentes. La evidencia indica que el uso excesivo de videojuegos puede reducir tanto la duración como la calidad del sueño, lo cual incrementa la irritabilidad, dificulta la regulación emocional y favorece conductas agresivas o de incumplimiento de normas. Estudios longitudinales recientes sugieren que la relación entre el ‘Gaming Disorder’ y los problemas de conducta están mediados parcialmente por la mala calidad de sueño (Peng et al., 2025, p. 6). En la población joven, el ‘Gaming Disorder’ también está asociado con diversas consecuencias adversas como el fracaso académico, la pérdida de interés en actividades cotidianas y el deterioro de las relaciones sociales y familiares (Asociación Americana de Psiquiatría, 2014).

La adicción a los videojuegos involucra seis dimensiones: prominencia, abstinencia, tolerancia, recaída, modificación de humor y conflicto (Pontes et al., 2014, p. 3). Aunque la práctica de los videojuegos puede comenzar en diferentes momentos del desarrollo, suele establecerse frecuentemente durante la infancia tardía, la adolescencia y la juventud, etapas en las que se observan tasas elevadas de Internet Gaming Disorder (Limelight Networks, 2018, p. 6).

Investigaciones a nivel internacional han demostrado que el uso problemático de videojuegos por parte de adolescentes puede generar efectos negativos significativos en la salud mental y en el descanso. En España, Machimbarrena et al. (2023), realizaron un estudio con 2024 adolescentes entre 11 y 18 años y hallaron que el 3.3% presentaba síntomas compatibles con el Trastorno de Juego por Internet (IGD), el cual se asoció significativamente con alteraciones del sueño, mayor estrés y una menor calidad de vida relacionada con la salud (p. 110). En Argentina, González-Caino & Ressel (2024), con una muestra de más de 600 jóvenes encontraron que la adicción a los videojuegos predice de forma significativa la mala calidad de sueño y el malestar psicológico, especialmente en quienes presentan alta exposición nocturna (p. 90). Por otro lado, en Brasil, las investigaciones revelan que el tiempo en pantalla afecta el sueño y el estado emocional de los adolescentes (Santiago et al., 2022, p. 130). Estos hallazgos sustentan la necesidad de indagar cómo la utilización problemática de videojuegos influye en funciones esenciales como el descanso, especialmente en contextos escolares.

En el Ecuador se han realizado estudios sobre la calidad de sueño en población universitaria; sin embargo, no se han registrado investigaciones específicas sobre el Gaming Disorder en adolescentes que cursan el bachillerato. A pesar de que el uso problemático de videojuegos y sus efectos sobre el sueño han sido descritos en diversos contextos internacionales, en la provincia de Santa Elena no se han reportado estudios que examinen directamente esta relación en población adolescente.

Dado que este fenómeno no ha sido investigado en la localidad, resulta necesario realizar estudios empíricos que aborden esta problemática. En respuesta a esta necesidad, el presente estudio se guía por la siguiente pregunta de investigación: ¿Cuál es la relación entre el Gaming Disorder y la calidad de sueño en los estudiantes de tercero de bachillerato de la Unidad Educativa Americano? El

objetivo de estudio es analizar la relación entre el Gaming Disorder y la calidad del sueño en el periodo académico 2025-2026.

Metodología

La presente investigación se desarrolló bajo un enfoque cuantitativo, orientado a medir y analizar, de manera objetiva, la relación entre el Gaming Disorder y la calidad de sueño en adolescentes. Según Hernández Sampieri et al. (2014), “el enfoque cuantitativo utiliza la lógica o razonamiento deductivo” (p. 19), lo que posibilita establecer relaciones entre variables de forma sistemática. El enfoque requiere la obtención de medidas numéricas desde las etapas iniciales de la investigación, o bien la transformación de datos cualitativos en cuantitativos, con el fin de garantizar una adecuada interpretación de los resultados (Toro Jaramillo & Parra Ramírez, 2006, p. 19).

En el contexto específico de este estudio, se aplicó una encuesta de 15 ítems a la población adolescente de tercero de bachillerato de la Unidad Educativa Americano, diseñada para evaluar indicadores clave del Gaming Disorder y de la calidad del sueño. Este instrumento permitió obtener evidencia empírica sobre cómo el uso problemático de videojuegos afecta el descanso nocturno en adolescentes y, además, facilitó la interpretación de los hallazgos.

Este estudio se fundamentó en el paradigma positivista, el cual proporcionó las bases epistemológicas de la investigación al orientarse hacia la generación de conocimiento objetivo mediante la observación empírica, la medición rigurosa y el razonamiento lógico (Sucari et al., 2024, p. 24). Este paradigma fortaleció la validez y la objetividad de los resultados, dado que se centra en el análisis de hechos observables y cuantificables. En este sentido, el estudio sobre Gaming Disorder y calidad de sueño en los estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa Americano, durante el periodo 2025-2026, se enmarcó en este enfoque, pues se orientó a identificar las relaciones

existentes entre estas variables mediante el uso de instrumentos validados y datos cuantitativos, con el fin de generar conclusiones sustentadas empíricamente.

El diseño de la investigación organiza las fases del estudio y define los procedimientos para la recolección de los datos, así como los mecanismos utilizados para la observación y el análisis de variables. En este caso, la indagación sobre el Gaming Disorder y la calidad del sueño en estudiantes de tercero de bachillerato de la Unidad Educativa Americano durante el periodo 2025-2026, se estructura en un enfoque no experimental, en el cual las variables no se manipulan intencionalmente, sino que se observan en su contexto natural para su posterior análisis (Hernández Sampieri et al., 2006, p. 205). Además, se incorpora un diseño transversal, que recolecta datos en un momento único con el propósito de describir las variables y examinar sus relaciones en ese punto específico (Agudelo Viana & Aignerren Aburto, 2008, p. 39).

El método deductivo orienta el desarrollo lógico y sistemático de la investigación. Se describe como un trayecto descendente, de lo general a lo particular, en el cual se parte de teorías o conjunto de hipótesis que, mediante el razonamiento lógico, se aplican a casos específicos (Sucari et al., 2024, p. 55). En el contexto de la presente investigación, este método permite partir de marcos teóricos que explican la repercusión de los trastornos relacionados con el juego en el descanso y avanzar hacia la obtención de evidencias empíricas en esta población concreta, lo que garantiza un análisis riguroso y sólido.

El tipo de investigación que se seleccionó precisa el alcance y la profundidad del análisis, adoptando un enfoque descriptivo orientado a identificar las propiedades y características relevantes del fenómeno bajo estudio, al tiempo que describe las tendencias presentes en un grupo o población. Este tipo de investigación facilita la comprensión de la relación entre variables en un contexto específico, como el

Gaming Disorder y la calidad del sueño (Hernández Sampieri et al., 2006, pp. 103-105).

La unidad de análisis de esta investigación está conformada por los estudiantes de la Unidad Educativa Americano de la Península de Santa Elena, entendidos como un conjunto total de individuos que comparten características específicas relevantes para la investigación. Por su parte, la muestra se define como una parte representativa de dicha población (Díaz, 2009, p. 386). Para el desarrollo de esta investigación se seleccionó la muestra mediante muestreo no probabilístico por conveniencia, conformada específicamente por los estudiantes de los paralelos B y C de tercero de bachillerato de la Unidad Educativa Americano. En estudios de este tipo, la muestra corresponde al subconjunto de la población de la que se extrae la información necesaria para realizar las mediciones y observaciones pertinentes sobre las variables de interés (Bernal Torres, 2010, p. 161).

El muestreo no probabilístico se caracteriza por la ausencia de criterios de aleatoriedad, es decir que la elección de los participantes responde a características específicas que se ajustan a los objetivos del estudio. Dentro de este enfoque, el muestreo por conveniencia se basa en la elección de casos disponibles para el investigador, facilitando la recolección de los datos (Hernández Sampieri et al., 2006).

Se elaboró un cuestionario compuesto por 15 ítems tipo Likert, con el objetivo de evaluar la relación entre el trastorno por uso de videojuegos (Gaming Disorder) y la calidad del sueño. Para su construcción, se incorporaron los ítems del IGDS9-SF (Internet Gaming Disorder Scale – Short Form), desarrollada por Pontes & Griffiths (2015), reconocida como la primera herramienta psicométrica breve y estandarizada para evaluar el trastorno del juego en Internet conforme a los nueve criterios establecidos en el DSM-5.

Adicionalmente, se añadieron ítems complementarios orientados a medir la calidad del sueño, elaborados con base en los componentes del Índice de Calidad de Sueño de Pittsburgh (PSQI) propuesto por Buysse et al. (1989).

Se sometió el instrumento completo a un proceso de validación de contenido y análisis de fiabilidad. En la aplicación preliminar, el cuestionario obtuvo un coeficiente alfa de Cronbach de 0.843, lo que indica un nivel de fiabilidad medio.

Resultados

Tabla 1. Comparación de niveles de preocupación por videojuegos entre hombres y mujeres (Ítem 1)

¿Te sientes preocupado o piensas en los videojuegos constantemente, incluso cuando no estas jugando?							
		Nunca	Rara vez	A veces	Frecuente-mente	Muy frecuen-temente	Total
Sexo	Masculino	7	5	7	1	0	20
	Femenino	10	15	3	1	1	30
Total		17	20	10	2	1	50

Fuente: elaboración propia

Nota. Tabla cruzada generada en SPSS sobre preocupación por videojuegos según sexo (2025).

Figura 1. Comparación de niveles de preocupación por videojuegos entre hombres y mujeres (Ítem 1)



Fuente: elaboración propia

Nota. Tabla cruzada generada en SPSS sobre preocupación por videojuegos según sexo (2025).

Se realizó un cruce de variables entre el sexo y el Ítem 1: “¿Te sientes preocupado o piensas en los videojuegos constantemente, incluso cuando no estás jugando?”. Los resultados indican que, entre el género masculino la respuesta más frecuente fue “A veces” (35%), seguido de “Nunca” (30%) y “Rara vez” (25%). Por otro lado, el grupo femenino, la respuesta predominante fue “Rara vez”, seguida de “Nunca” (33%) y “A veces” (27%). Solo una pequeña proporción de ambos grupos reportó frecuente o muy frecuente preocupación (5% en hombres y 8% en mujeres).

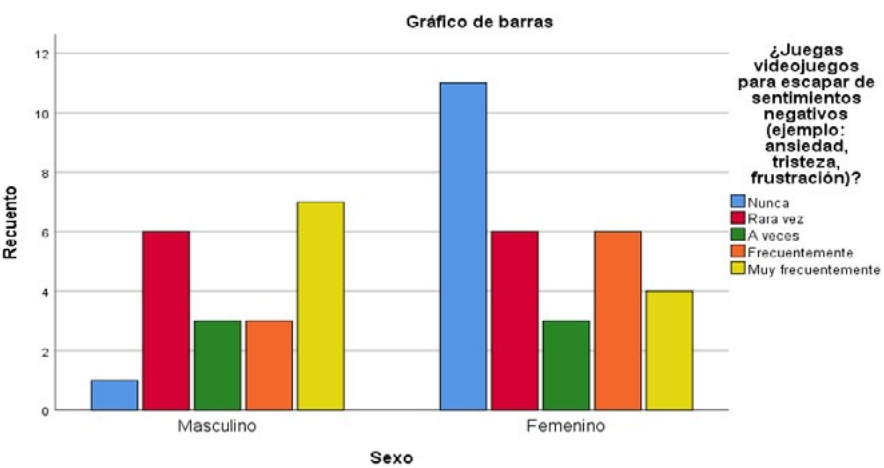
Tabla 2. Relación entre sexo y empleo de los videojuegos para evitar sentimientos negativos (Ítem 8)

¿Juegas videojuegos para escapar de sentimientos negativos (ejemplo: ansiedad, tristeza, frustración)?		Nunca	Rara vez	A veces	Frecuentemente	Muy frecuentemente	Total
Sexo	Masculino	1	6	3	3	7	20
	Femenino	11	6	3	6	4	30
		12	12	6	9	11	50

Fuente: elaboración propia

Nota. Tabla cruzada obtenida en SPSS sobre uso de videojuegos para evadir emociones negativas según sexo (2025).

Figura 2. Relación entre sexo y empleo de los videojuegos para evitar sentimientos negativos (Ítem 8)



Fuente: elaboración propia

Nota. Tabla cruzada obtenida en SPSS sobre uso de videojuegos para evadir emociones negativas según sexo (2025).

Se llevó a cabo un cruce de variables entre el sexo y el ítem 8: “¿Juegas videojuegos para escapar de sentimientos negativos (ejemplo: ansiedad, tristeza, frustración)?”. Los resultados señalan que, dentro de la población masculina, la elección más recurrente fue “Muy frecuentemente” (35%), después “Rara vez” (30%), “A veces” y

“Frecuentemente” (15% cada categoría), y por último “Nunca” (5%). Mientras que, en el conjunto femenino, la opción que se presentó con mayor regularidad fue “Nunca” (36.7%), seguida de “Frecuentemente” (20%), “Rara vez” (20%), “A veces” (10%) y “Muy frecuentemente” (13.3%).

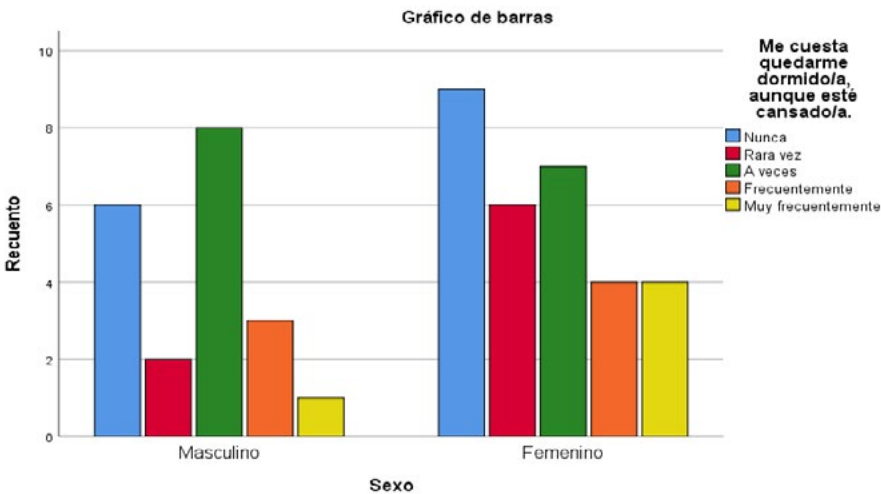
Tabla 3. Asociación entre sexo y dificultad para dormir (Ítem 10)

Me cuesta quedarme dormido/a, aunque esté cansado/a.							
		Nunca	Rara vez	A veces	Frecuentemente	Muy frecuentemente	Total
Sexo	Masculino	6	2	8	3	1	20
	Femenino	9	6	7	4	4	30
		15	8	15	7	5	50

Fuente: elaboración propia

Nota. Tabla cruzada obtenida en SPSS sobre dificultades para conciliar el sueño según sexo (2025).

Figura 3. Asociación entre sexo y dificultad para dormir (Ítem 10)



Fuente: elaboración propia

Nota. Tabla cruzada obtenida en SPSS sobre dificultades para conciliar el sueño según sexo (2025).

Se llevó a cabo un cruce de variables entre el sexo y el ítem “Me cuesta quedarme dormido/a, aunque esté cansado/a”. Dentro de la población masculina, la opción más frecuente fue “A veces” (40%), seguida de “Nunca” (30%), “Frecuentemente” (15%), “Rara vez” (10%), y finalmente “Muy frecuentemente” (5%). En contraste, entre el grupo femenino, la respuesta más común fue “Nunca” (30%), seguida de “A veces” (23.3%), “Rara vez” (20%), “Frecuentemente” (13.3%), y “Muy frecuentemente” (13.3%).

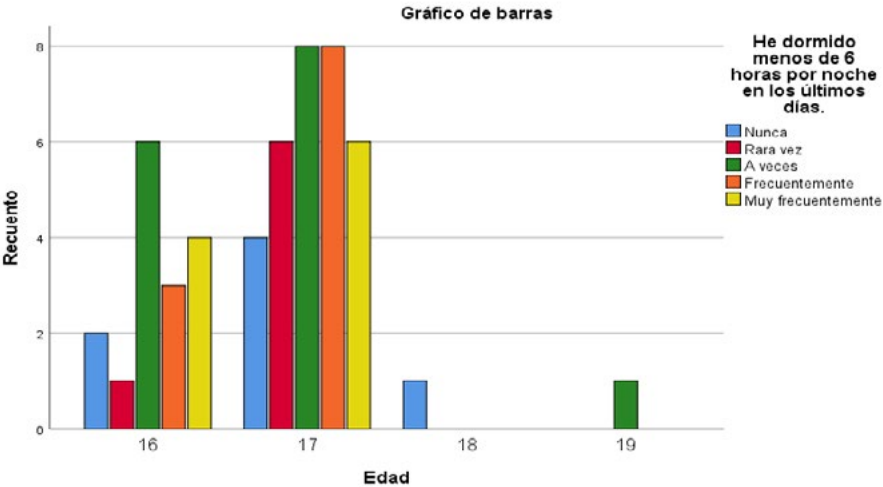
Tabla 4. Asociación entre edad y horas de descanso (Ítem 14)

He dormido menos de 6 horas por noche en los últimos días.							
Edad		Nun- ca	Rara vez	A ve- ces	Fre- cuen- temen- te	Muy frecuente- mente	Total
	16	2	1	6	3	4	16
	17	4	6	8	8	6	32
	18	1	0	0	0	0	1
	19	0	0	1	0	0	1
		7	7	15	11	10	50

Fuente: elaboración propia

Nota. Tabla cruzada obtenida en SPSS sobre las horas de sueño según las edades (2025)

Figura 4. Asociación entre edad y horas de descanso (Ítem 14)



Fuente: elaboración propia

Nota. Tabla cruzada obtenida en SPSS sobre las horas de sueño según las edades (2025)

Se realizó un cruce de variables entre la edad y el ítem “He dormido menos de 6 horas por noche en los últimos días”. Dando como resultado que, en el grupo de 16 años, la categoría más frecuente fue “A veces” (37.5%), seguida de “Muy frecuentemente” (25%), “Frecuentemente” (18.7%), “Nunca” (12.5%) y “Rara vez” (6.3%). En el grupo de 17 años, las respuestas se concentraron principalmente en “A veces” y “Frecuentemente” (25% cada una), seguidas de “Muy frecuentemente” (18.7%), “Rara vez” (18.7%) y “Nunca” (12.5%). Por su parte, los grupos de 18 y 19 años presentaron una participación mínima, con respuestas aisladas en las categorías “Nunca” y “A veces”, respectivamente.

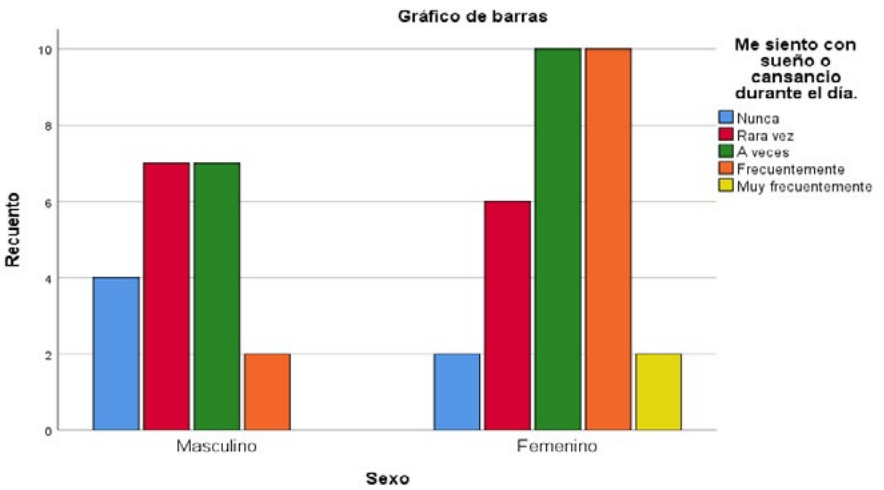
Tabla 5. Asociación entre sexo, el sueño y el cansancio diurno (Ítem 13)

Me siento con sueño o cansancio durante el día.							
Sexo		Nun- ca	Rara vez	A ve- ces	Fre- cuen- te- mente	Muy fre- cuen- te- mente	Total
	Mascu- lino	4	7	7	2	0	20
	Femeni- no	2	6	10	10	2	30
Total		6	13	17	12	2	50

Fuente: elaboración propia

Nota. Tabla cruzada obtenida en SPSS sobre el sueño y cansancio según el sexo (2025)

Figura 5. Asociación entre sexo, el sueño y el cansancio diurno (Ítem 13)



Fuente: elaboración propia

Nota. Tabla cruzada obtenida en SPSS sobre el sueño y cansancio según el sexo (2025).

Se llevó a cabo un análisis de variables entre el género y el ítem “Siento somnolencia o fatiga durante el día”. Los hallazgos revelaron que, en el grupo masculino, la respuesta más común fue

“A veces” (35%), seguida de “Rara vez” (30%), “Nunca” (20%) y “Frecuentemente” (10%); no hubo participantes del grupo masculino que escogieran “Muy frecuentemente”. En contraste, en el grupo femenino, las respuestas se distribuyeron principalmente entre “A veces” y “Frecuentemente” (33. 3% cada una), seguidas de “Rara vez” (20%), “Muy frecuentemente” (6. 7%) y, por último, “Nunca” (6. 7%).

Discusión

Los resultados de este estudio evidencian una relación clara entre el uso problemático de videojuegos y diversas alteraciones en la calidad del sueño en adolescentes, coincidiendo con estudios recientes. Se identificó que aquellos que mantienen un pensamiento constante respecto a los videojuegos presentan más dificultad para conciliar el sueño y una marcada somnolencia diurna. Estos hallazgos se ajustan con lo mencionado por Moshel et al. (2025), quienes señalan que el Gaming Disorder afecta tanto la duración como la calidad del sueño, así como con G et al. (2024), quienes explican que la exposición a pantallas antes de dormir altera de manera significativa los ritmos circadianos.

En cuanto al género, se observó que los hombres tienden a utilizar los videojuegos como un recurso de escape emocional, mientras que las mujeres reportan mayores niveles de cansancio y sueño durante el día. Estos resultados coinciden con Santiago et al. (2022), quienes indican que el consumo digital varía según el género y afecta de forma distinta la ansiedad y la calidad del sueño. También, se identificó que los adolescentes que juegan para evitar emociones presentan más problemas para descansar, lo que respalda lo planteado por González-Caino & Ressel (2024), sobre los efectos del juego nocturno y la dependencia emocional.

Respecto a la edad, los participantes de 16 y 17 años fueron quienes con mayor frecuencia reportaron dormir menos de seis horas, mostrando una mayor vulnerabilidad en esta etapa del desarrollo.

Esto coincide con Machimbarrena et al. (2023), quienes identificaron que los adolescentes con síntomas de Gaming Disorder presentan niveles más altos estrés y una peor calidad del sueño, especialmente en estudiantes que cursan la secundaria. Los resultados de este estudio apoyan la idea de que, en estas edades, la carga académica, el uso intensivo de dispositivos digitales y la búsqueda de actividades de gratificación inmediata aumentan el riesgo de adoptar hábitos digitales que afectan negativamente el descanso.

Finalmente, estos hallazgos se alinean con estudios como el de Peng et al. (2025), que indican que la mala calidad del sueño muestra los efectos negativos del uso compulsivo de videojuegos. En esta investigación, los adolescentes que duermen menos o presentan somnolencia diurna muestran también mayores indicadores de uso problemático. En conjunto, los resultados resaltan la importancia de promover en las escuelas el uso responsable de videojuegos, hábitos saludables de sueño y estrategias de regulación emocional, especialmente en contextos poco investigados como la provincia de Santa Elena

Conclusión

El presente estudio permitió identificar una asociación relevante entre el Gaming Disorder y la calidad del sueño en los estudiantes adolescentes analizados. Los principales hallazgos evidencian que el uso de videojuegos se asocia con dificultades para conciliar el sueño, lo que conlleva una reducción significativa en las horas de descanso.

En consecuencia, los hallazgos permiten responder a la pregunta de investigación planteada, al demostrar estos resultados, los cuales varían según el género y la edad. Además, se confirma la idea de que este trastorno no solo afecta el funcionamiento personal, sino que también incide en el bienestar integral de los adolescentes.

La evidencia de la investigación contribuye a profundizar la comprensión sobre los posibles riesgos asociados a patrones de uso problemático de videojuegos en esta población, especialmente en contextos donde la investigación sobre esta temática es limitada. De esta manera, el estudio aporta datos relevantes para futuras investigaciones y para sensibilizar sobre la problemática en ámbitos educativos y de salud adolescente. Se sugiere implementar programas escolares que promuevan la higiene del sueño y el uso responsable de videojuegos.

Referencias

- Agudelo Viana, L., & Aignerren Aburto, J. (2008). *Diseños de investigación experimental y no-experimental*. Universidad de Antioquia.
- Asociación Americana de Psiquiatría. (2014). *Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales (DSM-5)* (5ª ed.). Asociación Americana de Psiquiatría.
- Bansal, H., & Kranti, S. K. (2022). Gaming disorder among college students and correlation of gaming with self-esteem, perceived stress, and sleep quality. *Annals of Indian Psychiatry*, 6(3), 244–248. https://doi.org/10.4103/aip.aip_155_21
- Bernal, C. A. (2010). *Metodología de la investigación: administración, economía, humanidades y ciencias sociales*. Pearson Educación.
- Buyse, D. J., Reynolds III, C. F., Monk, T. H., Berman, S. R., & Kupfer, D. J. (1989). The Pittsburgh Sleep Quality Index: A new instrument for psychiatric practice and research. *Psychiatry Research*, 28(2), 193–213. [https://doi.org/10.1016/0165-1781\(89\)90047-4](https://doi.org/10.1016/0165-1781(89)90047-4)
- Díaz, V. (2009). *Metodología de la investigación científica y bioestadística: para médicos, odontólogos y estudiantes de ciencias de la salud*. Ril Editores.
- Espín, J. (2023). *Índices de calidad de sueño y su relación con el uso de videojuegos en adolescentes* [Tesis de licenciatura, Universidad Técnica de Ambato].
- G, C. S., V, H., Tumati, K. R., & Ramisetty, U. M. (2024). El impacto del tiempo de pantalla en los patrones de sueño en niños en edad escolar: un análisis transversal. *Cureus*, 16(2). <https://doi.org/10.7759/cureus.55229>
- González-Caino, P. C., & Resset, S. (2024). Adicción a los videojuegos, calidad de sueño y malestar psicológico en adolescentes y jóvenes adultos. *Revista Argentina de Ciencias del Comportamiento*, 16(3), 86–95.
- Hernández Sampieri, R., Fernández-Collado, C., & Baptista, P. (2006). *Metodología de la investigación* (4ª ed.). McGraw-Hill.
- Hernández Sampieri, R., Fernández-Collado, C., & Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación* (6ª ed.). McGraw-Hill.
- Limelight Networks. (2018). *The state of online gaming—2018*. <https://n9.cl/u5zmu3>

- Machimbarrena, J. M., Beranuy, M., Moragues-Vergara, E., Fernández-González, L., Calvete, E., & González-Cabrera, J. (2023). Uso problemático de Internet y trastorno de juego por Internet. *Adicciones*, 35(2), 107–118. <https://doi.org/10.20882/adicciones.1750>
- Moshel, M. L., Warburton, W., Thomasius, R., & Paschke, K. (2025). Sleep quality as a mediator of internet gaming disorder and executive dysfunction in adolescents: Cross-sectional questionnaire study. *Journal of Medical Internet Research*, 27. <https://doi.org/10.2196/68571>
- Notimex. (2018, 18 de junio). *Adicción a los videojuegos como trastorno de salud mental: OMS*. UNAM Global. <https://n9.cl/e37w2>
- Peng, P., Jin, J., Chen, Z., Ren, S., He, Y., Li, J., Shi, L., Zeng, J., Tang, M., Su, Q., Yan, Q., Ma, T., Wang, H., Xie, Y., & Liao, Y. (2025). Impaired sleep quality mediates the relationship between internet gaming disorder and behavioral problems among adolescents: A three-wave longitudinal study. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*, 19(1). <https://doi.org/10.1186/s13034-025-00889-2>
- Pontes, H. M., Király, O., Demetrovics, Z., & Griffiths, M. D. (2014). The conceptualisation and measurement of DSM-5 internet gaming disorder: The development of the IGD-20 test. *PLoS ONE*, 9(10). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0110137>
- Santiago, F. L., Oliveira da Silva, A., Silva, R. I., de Castro Melo, W. V., Rodrigues Filho, E. A., Torres Pirauá, A. L., & Machado-Oliveira, L. (2022). Association between screen time exposure, anxiety, and sleep quality in adolescents. *Salud Mental*, 14(3), 125–133. <https://doi.org/10.17711/SM.0185-3325.2022.017>
- Sucari Turpo, W. G., Sucari Turpo, H., Calsin Apaza, M., Mamani Condori, J., Choque Copari, C., & Gil Quispe, I. (2024). *Paradigmas y métodos de la investigación científica*. Inudi Perú.
- Toro Jaramillo, I. D., & Parra Ramírez, R. D. (2006). *Método y conocimiento: metodología de la investigación: investigación cualitativa/investigación cuantitativa*. Fondo Editorial Universidad EAFIT.

Gaming Disorder and Sleep Quality in Third-Year Baccalaureate Students at the “Americano” Educational Unit, Academic Period 2025-2026

Transtorno por Jogos Eletrônicos (Gaming Disorder) e Qualidade do Sono em Estudantes do Terceiro Ano do Ensino Médio da Unidade Educacional Americano, Período Acadêmico 2025-2026

Ronald Javier Orrala Balón

Universidad Estatal Península De Santa Elena | Santa Elena | Ecuador

<https://orcid.org/0009-0009-3660-7633>

ronald.orrabalabalon7881@upse.edu.ec

Estudiante

Ericka Dennisse Santillán Figueroa

Universidad Estatal Península De Santa Elena | Santa Elena | Ecuador

<https://orcid.org/0009-0007-6542-345X>

ericka.santillanfigueroa4879@upse.edu.ec

Estudiante

Karelis Edith Galarza Solórzano

Universidad Estatal Península De Santa Elena | Santa Elena | Ecuador

<https://orcid.org/0009-0001-8036-2380>

karelis.galarzasolorzano2907@upse.edu.ec

Estudiante

Giuliana Nayheli Soria Calderón

Universidad Estatal Península De Santa Elena | Santa Elena | Ecuador

<https://orcid.org/0009-0000-2218-3424>

giuliana.soriacalderon9942@upse.edu.ec

Estudiante

Abstract

This study analyzes the relationship between Gaming Disorder and sleep quality in third-year baccalaureate students at the “Americano” Educational Unit during the 2025-2026 academic period. A quantitative approach was employed, with a non-experimental and cross-sectional design, applying a 15-item questionnaire based on the IGDS9-SF scale and the PSQI index. The sample was obtained by convenience, considering students from paralelos B and C. The results obtained show that adolescents who are constantly concerned about video games have more difficulty falling asleep, leading to daytime sleepiness. Furthermore, male adolescents tend to use video games as a tool for emotional escape, while females reported a greater sensation of fatigue. Participants aged 16 and 17 show a higher frequency of insufficient rest. These findings coincide with previous research linking problematic video game use with alterations in sleep quality, elevated stress levels, and psychological distress. In this context, the need to promote healthy digital habits and propose strategies for emotional and behavioral self-regulation within the school environment is highlighted.

Keywords: Gaming Disorder; sleep quality; adolescents; video games; mental health.

Resumo

O presente estudo analisa a relação entre o Transtorno por Jogos Eletrônicos (Gaming Disorder) e a qualidade do sono em estudantes do terceiro ano do ensino médio da Unidade Educacional Americano durante o período acadêmico 2025-2026. Empregou-se uma abordagem quantitativa, com delineamento não

experimental e transversal, aplicando um questionário de 15 itens baseado na escala IGDS9-SF e no índice PSQI. A amostra foi obtida por conveniência, considerando-se os estudantes das turmas B e C. Os resultados evidenciam que os adolescentes que se preocupam constantemente com jogos eletrônicos apresentam mais dificuldades para iniciar o sono, o que leva à sonolência diurna. Além disso, os adolescentes do sexo masculino tendem a usar os jogos eletrônicos como uma ferramenta de escape emocional, enquanto as do sexo feminino relataram uma maior sensação de fadiga. Os participantes de 16 e 17 anos apresentam uma frequência mais alta de descanso insuficiente. Esses achados coincidem com pesquisas prévias que vinculam o uso problemático de jogos eletrônicos a alterações na qualidade do sono, níveis elevados de estresse e desconforto psicológico. Nesse contexto, destaca-se a necessidade de promover hábitos digitais saudáveis e propor estratégias de autorregulação emocional e comportamental no ambiente escolar.

Palavras-chave: Transtorno por Jogos Eletrônicos (Gaming Disorder); qualidade do sono; adolescentes; jogos eletrônicos; saúde mental.

Capítulo 8

Síndrome de Burnout y su relación con el rendimiento académico en estudiantes universitarios de la carrera de entrenamiento deportivo de la Universidad Estatal Península de Santa Elena 2025-2

Génesis Ximena Zambrano Orrala, Evelyn Vanessa Cevallos Moreira, Dennise Leizer Icaza Flores, Veronica Benita Cevallo Ávila, Evelin Lissette Muñoz Rivera

Resumen

Este estudio analiza la relación entre el síndrome de burnout y el rendimiento académico en estudiantes universitarios de la carrera de Entrenamiento Deportivo de la Universidad Estatal Península de Santa Elena (UPSE), durante el periodo 2025-2. Se empleó un enfoque cuantitativo con diseño descriptivo, sustentado en el paradigma positivista. La muestra estuvo conformada por estudiantes seleccionados mediante muestreo por conveniencia, a quienes se aplicó una encuesta estructurada basada en una escala de síndrome de burnout académico. La fiabilidad del instrumento alcanzó $\alpha = .820$ según el coeficiente Alfa de Cronbach, lo que evidencia una adecuada consistencia interna. Los resultados muestran niveles medios de agotamiento emocional y una relación directa entre el burnout y la disminución del rendimiento académico, especialmente en estudiantes que reportan agotamiento frecuente. Se identificó que la carga académica y física contribuye al estrés crónico, afectando la motivación y el desempeño. Estos hallazgos aportan evidencia científica para el diseño de programas de prevención y acompañamiento psicológico, orientados a mejorar el bienestar estudiantil, reducir el riesgo de deserción y fortalecer el rendimiento académico en carreras con altas exigencias físicas y mentales.

Palabras clave:
burnout;
rendimiento
académico;
estrés;
estudiantes
universitarios;
entrenamiento
deportivo;
salud mental.

Zambrano Orrala, G. X., Cevallos Moreira, E. V., Icaza Flores, D. L., Cevallo Ávila, V. B., & Muñoz Rivera, E. L. (2025). Síndrome de Burnout y su relación con el rendimiento académico en estudiantes universitarios de la carrera de entrenamiento deportivo de la Universidad Estatal Península de Santa Elena 2025-2. En H. M. Castillo Del Valle, J. L. Pozo Chele, & J. L. Alcivar Ponce, (Coords). *Psicología y Educación. Estrategias de aprendizaje y salud mental en contextos académicos*. (pp. 166-184). Religación Press. <http://doi.org/10.46652/religacionpress.373.c778>



Introducción

En el ámbito de la educación superior, los estudiantes universitarios se enfrentan a demandas académicas, personales y sociales que, en conjunto, configuran un entorno de presión. Esta atmósfera ha incrementado la prevalencia de problemáticas asociadas a la salud mental, siendo el síndrome de burnout académico uno de los fenómenos más relevantes y alarmantes.

Este síndrome, adaptado del ámbito laboral al educativo, se manifiesta principalmente a través del agotamiento emocional, la despersonalización o actitud cínica hacia los estudios y la sensación de ineficacia personal.

En específico, los estudiantes universitarios de la carrera de Entrenamiento Deportivo se encuentran comúnmente expuestos a estas presiones, al tener que relacionar el esfuerzo físico con las exigencias académicas. Esta situación de vulnerabilidad ha motivado la necesidad de abordar, de manera específica, cómo el burnout afecta el rendimiento académico de los estudiantes.

Pese al creciente interés que ha recibido el burnout en contextos académicos, persiste un vacío significativo de investigaciones orientadas a poblaciones estudiantiles con características particulares, como los estudiantes universitarios de carreras de Entrenamiento Deportivo.

En instituciones como la Universidad Estatal Península de Santa Elena (UPSE), los estudiantes de la carrera de Entrenamiento Deportivo enfrentan exigencias académicas rigurosas, complementadas con una formación física constante. Este contexto puede generar un nivel de estrés elevado que desemboque en síntomas de burnout.

En este sentido, se formula la siguiente problemática de investigación:

¿Cuál es la relación entre el síndrome de burnout y el rendimiento académico en los estudiantes de la carrera de Entrenamiento Deportivo de la UPSE durante el periodo académico 2025-2?

El síndrome de burnout fue conceptualizado por Maslach (1981), como una respuesta al estrés crónico, caracterizada por el agotamiento emocional, despersonalización, y una disminución en la realización personal.

En el ámbito educativo, este síndrome ha sido ampliamente estudiado por autores como Schaufeli (2002), quienes resaltan su efecto adverso sobre la motivación, el compromiso y el desempeño académico.

En cuanto al éxito escolar, según Vargas (2007), se entiende como el logro de metas educativas, evaluado mediante indicadores como las calificaciones, promedios generales, el cumplimiento de tareas además del desarrollo de habilidades cognitivas y personales.

Desde el punto de vista del modelo transaccional del estrés planteado por Folkman (2013), percepción de las demandas como excesivas y la valoración de los propios recursos como insuficientes puede generar un estado de estrés crónico, lo que conduce al burnout y afecta no sólo a la salud mental, sino también el rendimiento académico del estudiante.

El burnout académico se ha consolidado como un fenómeno fundamental no solo en el ámbito educativo, sino también en el laboral, especialmente en profesiones con alta interacción social y emocional, como el sector de salud, las finanzas, entre otros. Este síndrome, que suele ser la forma en que el cuerpo manifiesta agotamiento emocional, físico y mental, puede estar causado por el estrés extremo y prolongado. Diversos estudios comprueban que el burnout es una respuesta psicológica provocada por el estrés crónico, caracterizado por síntomas como el agotamiento, cinismo (desapego mental) y la disminución de la eficacia personal.

En el contexto internacional, Salmela (2017), demostró que el burnout implica un alto nivel de afectación, principalmente en estudiantes que presentan elevados niveles de agotamiento, quienes a mostrar menor satisfacción académica y una mayor propensión al abandono de sus estudios.

En el ámbito latinoamericano, Caballero (2007), identificó que más del 40% de los universitarios presentan signos relacionados con el burnout, con niveles significativos y prolongados, lo que evidencia la magnitud del problema de esta región. De forma complementaria, Zambrano (2022), menciona que el 35% de los deportistas universitarios están expuestos al síndrome de agotamiento, como respuestas a las altas demandas de entrenamiento inadecuadas o al llamado “estrés competitivo”, que en muchas ocasiones no saben cómo manejarlo.

Estos hallazgos permiten reflejar los principales elementos que causan el Síndrome de burnout en estudiantes universitarios. Esto puede definirse como una problemática que genera desviaciones en la conducta humana afectando tanto la salud física como la psicológica, y principalmente en el rendimiento académico. En este sentido, resulta necesario que las instituciones educativas implementen estrategias de prevención, acompañamiento psicológico y fortalecimiento de la salud mental, con el fin de promover entornos académicos más saludables y sostenibles.

La Universidad Estatal Península de Santa Elena (UPSE), ubicada en la provincia de Santa Elena-Libertad, cuenta con una población estudiantil variada cuyas historias socioeconómicas y familiares impactan su recorrido académico. Para aquellos estudiantes que se orientan en la carrera de entrenamiento deportivo, el programa incluye tanto aspectos teóricos y prácticos del deporte, además de ejercicio y actividades extracurriculares que requieren una preparación mental y física. Este ambiente riguroso puede dar lugar a situaciones de estrés persistente, las cuales pueden intensificarse por

la insuficiencia de recursos para manejar dichas circunstancias o por un escaso apoyo institucional en temas de salud mental.

El objetivo de esta investigación es analizar la relación entre el síndrome de burnout y el rendimiento académico en los estudiantes universitarios de la carrera de Entrenamiento Deportivo de la Universidad Estatal Península de Santa Elena, durante el periodo académico a partir de este análisis, se espera generar evidencia científica que contribuya a la creación de programas de prevención y acompañamiento psicológico que permita mejorar el bienestar estudiantil, reducir los índices de deserción y promover el éxito académico en carreras universitarias de alta exigencia física y mental.

Este estudio nos permite profundizar en el saber científico sobre la conexión entre las emociones y el desempeño escolar, focalizado en un grupo poco explorado: estudiantes de carreras deportivas ecuatorianos.

Los hallazgos quizás guíen el desarrollo de tácticas institucionales para impulsar el bienestar psicológico estudiantil, mejorar el soporte académico, y prevenir la deserción universitaria. Al final, aspiramos a que esta investigación aporte al forjar profesionales del deporte, quienes con calma emocional y buenas notas estarán mucho más listos para fomentar vidas sanas en la gente.

Hipótesis general:

Existe una relación significativa entre el síndrome de *burnout* y el rendimiento académico en los estudiantes universitarios de la carrera de Entrenamiento Deportivo de la Universidad Estatal Península de Santa Elena (UPSE).

Hipótesis nula (H_0):

No existe una relación significativa entre el síndrome de burnout y el rendimiento académico en los estudiantes universitarios de la

carrera de Entrenamiento Deportivo de la Universidad Estatal Península de Santa Elena (UPSE).

Hipótesis alternativa (H_1):

Sí existe una relación significativa entre el síndrome de burnout y el rendimiento académico en los estudiantes universitarios de la carrera de Entrenamiento Deportivo de la Universidad Estatal Península de Santa Elena (UPSE).

Metodología

La presente investigación se desarrolla bajo un enfoque metodológico cuantitativo, dado que este posibilita el análisis de la relación existente entre el síndrome de burnout y el rendimiento académico mediante la obtención y el tratamiento estadístico de datos numéricos. Este enfoque permite la cuantificación objetiva de las variables implicadas, favoreciendo la identificación de patrones, el establecimiento y la verificación de hipótesis a través de procedimientos estadísticos inferenciales. De esta manera, se pretende generar evidencias empíricas y fiables que sustenten como el agotamiento emocional, físico y mental repercute en el desempeño académico de los estudiantes universitarios de la carrera de Entrenamiento Deportivo (Arias, 2012, p. 136).

El estudio se fundamenta en el paradigma positivista, el cual se orienta en el conocimiento científico a partir de la observación sistemática, objetiva y verificable de fenómenos. Según Arias (2012), la investigación científica es “un proceso metódico y sistemático dirigido a la solución de problemas o preguntas científicas mediante la producción de nuevos conocimientos, apoyándose en el conocimiento de las ciencias” (p. 21). El paradigma positivista facilita la contrastación empírica de hipótesis, y la formulación de teorías

sostenidas en evidencias objetivas y verificables, garantizando la rigurosidad metodológica en el proceso investigativo.

El diseño de esta investigación corresponde al tipo descriptivo, como la estrategia metodológica general que orienta al investigador en la respuesta al problema planteado. Este diseño consiste en analizar y caracterizar de manera precisa el síndrome de burnout y su vinculación con el rendimiento académico, mediante la descripción detallada de las propiedades, conductas y relaciones que se manifiestan entre ambas variables. La investigación descriptiva se centraliza en la observación y análisis de los fenómenos en su contexto natural, sin manipular las variables de este estudio, con el propósito de determinar su incidencia y comportamientos. Por ello, este tipo de diseño resulta idóneo para examinar los niveles de agotamiento físico y emocional de los estudiantes y su impacto en el desempeño académico. (Arias, 2012, p. 27; Hernández Sampieri et al., 2014).

El objetivo de esta investigación es analizar la relación entre el síndrome de burnout y el rendimiento académico en los estudiantes universitarios de la carrera de Entrenamiento Deportivo de la Universidad Estatal Península de Santa Elena, durante el periodo académico 2025-2, con el fin de generar evidencia científica que favorezca a la creación de programas de prevención y acompañamiento psicológico. Para alcanzar este propósito, se aplicará un método cuantitativo y descriptivo, el cual permitirá medir objetivamente las variables y establecer su relación a través del análisis estadístico. “El método constituye el conjunto de pasos lógicos que guían al investigador en la obtención de conocimiento científico y garantiza la validez y confiabilidad de los resultados” (Arias, 2012, p. 45), además, utiliza la recolección de datos numéricos para probar hipótesis y comprobar teorías (Hernández et al., 2014, p. 5).

La investigación es de tipo descriptivo, por lo tanto, según Hernández Sampieri (2006), “la investigación descriptiva busca especificar las propiedades y características de personas, grupos o fenómenos” (p. 102). Por ende, este estudio se clasifica como

descriptivo, ya que busca especificar y examinar las características del síndrome de burnout y su relación con el rendimiento académico en los estudiantes universitarios de la carrera de Entrenamiento Deportivo de la Universidad Estatal Península de Santa Elena. A través de este tipo de investigación se intenta identificar cómo se exteriorizan los niveles de agotamiento físico y emocional, así como su impacto en el ámbito académico, sin interponerse directamente en las variables, sino observándolas tal como ocurren en su contexto originario.

El grupo de estudio está conformado por los estudiantes de entrenamiento deportivo de la Universidad Estatal Península de Santa Elena, cuyas características están relacionadas con su formación académica y su exposición a factores de estrés propios del ámbito universitario.

De esta población se seleccionará una muestra que permita obtener información precisa y válida. Según Arias (2012), “la muestra es un subconjunto representativo y finito que se extrae de la población accesible” (p. 82). En este caso, se empleará el muestreo no probabilístico por conveniencia, considerando a este grupo disponible y dispuesto a participar en este estudio.

Desde esta perspectiva, se facilitará el acceso a los estudiantes y permitirá obtener los resultados que reflejen la realidad del grupo del estudio, garantizando la validez y confiabilidad de los datos obtenidos.

Para la recopilación de datos se empleará la encuesta, definida por Arias (2012), como cualquier recurso físico o digital destinado a registrar información. Dada su capacidad para generar datos medibles y comparables, este instrumento resulta idóneo para la investigación cuantitativa.

De acuerdo con Hernández Sampieri et al. (2014), es esencial garantizar su validez y confiabilidad para asegurar la calidad de la información. Por lo tanto, se diseñará una encuesta estructurada con

preguntas cerradas que permita ejecutar un análisis estadístico de la relación entre el síndrome de burnout y el rendimiento académico de los estudiantes. Estructurada con preguntas cerradas que permitan analizar de forma estadística la relación entre el síndrome de burnout y el rendimiento académico de los estudiantes.

La muestra será no probabilística por conveniencia, considerando a los estudiantes disponibles y dispuestos a participar. Según Arias (2012), “la muestra es un subconjunto representativo y finito que se extrae de la población accesible”. p.83. Por esta razón la muestra estará conformada por un grupo representativo de estudiantes de la carrera de Entrenamiento Deportivo de la Universidad Estatal Península de Santa Elena, seleccionada a partir de la población total.

Este grupo se escogerá considerando criterios que garanticen la validez y confiabilidad de los resultados, accediendo a obtener información precisa sobre los niveles de síndrome de burnout y su relación con el rendimiento académico. La muestra será suficiente para detallar las características generales de la población estudiantil, proporcionando el análisis estadístico y la generalización de los resultados obtenidos.

Se utilizó un cuestionario sociodemográfico (edad, sexo, semestre y jornada) de síndrome de burnout académico formado por 10 ítems de la escala de Likert de 1 a 5 puntos (1 = nunca, 5 = siempre), diseñado para evaluar el nivel de agotamiento emocional, despersonalización y disminución de la realización personal en los estudiantes universitarios de la carrera de Entrenamiento Deportivo de la Universidad Estatal Península de Santa Elena. El análisis de consistencia interna mediante el coeficiente Alfa de Cronbach arrojó un valor de $\alpha = .820$, lo que indica una fiabilidad aceptable, de acuerdo con los criterios establecidos por George (2019). Las correlaciones ítem-total evidenciaron entre .023 y .792, evidenciando una adecuada homogeneidad entre los reactivos y confirmando que los ítems miden de manera coherente el constructo de burnout académico. En conjunto, la escala demuestra validez y confiabilidad

suficientes para su aplicación en contextos universitarios, cumpliendo con los estándares psicométricos recomendados para investigaciones aplicadas.

Resultados

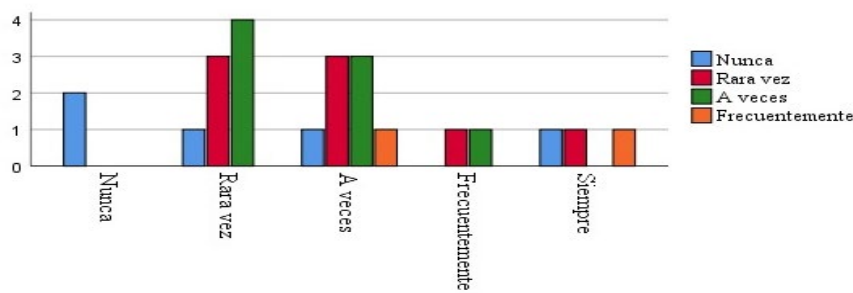
Tabla 1. Análisis de Fiabilidad

Estadísticas de fiabilidad	
Alfa de Cronbach	N de elementos
.820	9

Fuente: la fiabilidad general de la escala elaborada en SPSS (2025).

En la Tabla 1 se presentan los resultados del análisis de fiabilidad de la escala de síndrome de burnout académico, compuesta por 9 ítems aplicados a una muestra de 23 estudiantes. El coeficiente Alfa de Cronbach obtenido fue $\alpha = .820$, lo que indica una fiabilidad buena, de acuerdo con los criterios de George (2019), quienes señalan que valores entre .80 y .90 reflejan una consistencia interna adecuada.

Figura 1. Relación entre agotamiento emocional por carga académica y disminución del rendimiento académico por estrés.



Fuente: elaboración propia en SPSS (2025).

La tabla muestra la relación entre nivel de agotamiento por la carga académica y la disminución del rendimiento debido al estrés.

En general, los resultados revelan que, a medida que aumenta el agotamiento emocional, incrementa la frecuencia con la que los estudiantes logran que su rendimiento académico se ve afectado.

Los resultados señalan una correlación positiva entre estas variables: a mayor agotamiento emocional, mayor percepción de disminución del rendimiento académico por estrés. Esto indica que el agotamiento emocional derivado de la carga académico puede ser un elemento relevante en el deterioro del desempeño en los estudiantes, lo que destaca la necesidad de crear estrategias institucionales para el manejo del estrés y el bienestar académico en los estudiantes.

Tabla 2. Relación cruzada entre agotamiento emocional por carga académica y disminución del rendimiento académico por estrés.

Siento que mi rendimiento académico ha disminuido por el estrés.						
		Nunca	Rara vez	A veces	Frecuentemente	
Me siento emocionalmente agotado/a por la carga académica.	Nunca	2	0	0	0	2
	Rara vez	1	3	4	0	8
	A veces	1	3	3	1	8
	Frecuentemente	0	1	1	0	2
	Siempre	1	1	0	1	3
Total		5	8	8	2	23

Fuente:elaboración propia con base en datos cuantitativos del estudio de título del artículo, procesado con SPSS (2025).

Esta tabla muestra relación cruzada que evidencia una asociación entre el agotamiento emocional y la percepción de disminución del rendimiento académico por estrés. Se observa que los estudiantes que reportan sentirse emocionalmente agotados con mayor frecuencia tienden también a manifestar que su rendimiento académico ha disminuido por el estrés. Por ejemplo, entre quienes indican “siempre” sentirse agotados, la mayoría (3 casos) también señala que “frecuentemente” su rendimiento ha disminuido. De manera similar,

los que reportan agotamiento “a veces” presentan altos recuentos en las categorías “a veces” y “frecuentemente” respecto a la disminución del rendimiento. Estos resultados sugieren que el agotamiento emocional está estrechamente vinculado con la percepción de bajo rendimiento académico, lo que respalda la hipótesis de que el síndrome de burnout afecta negativamente el desempeño estudiantil.

Discusión

Los resultados obtenidos evidencian que los estudiantes universitarios de la carrera de Entrenamiento Deportivo presentan niveles moderados de síndrome de burnout académico, caracterizados principalmente por agotamiento emocional y dificultades para mantener la motivación. Este hallazgo coincide con el modelo teórico de Maslach (1981), que describe el burnout como una respuesta al estrés prolongado manifestada a través del agotamiento emocional, la despersonalización y la disminución de la realización personal.

La relación estadística observada entre agotamiento emocional y disminución del rendimiento académico confirma que, a medida que el estudiante experimenta mayores niveles de desgaste psicológico, también incrementa su percepción de bajo desempeño. La tabla de relación cruzada demuestra que quienes reportan sentirse “siempre” agotados presentan una frecuencia más alta de disminución del rendimiento, lo que respalda investigaciones previas como las de Schaufeli (2002) y Caballero (2007), que destacan el papel del estrés crónico en la afectación del rendimiento y la motivación académica.

Estos resultados también se alinean con el modelo transaccional del estrés de Folkman (2013), el cual establece que la forma en que el individuo evalúa las demandas externas y sus recursos personales condiciona la aparición de agotamiento crónico. En el caso de los estudiantes de entrenamiento deportivo, esta situación se intensifica al afrontar simultáneamente exigencias académicas y físicas, generando un doble desgaste. Esto es coherente con lo señalado

por Zambrano (2022), quien identificó síntomas de agotamiento en estudiantes deportistas expuestos a entrenamientos intensivos y cargas académicas simultáneas.

El análisis psicométrico del instrumento utilizado mostró una consistencia interna adecuada ($\alpha = .820$), lo que garantiza que los resultados obtenidos son fiables y representan de manera válida el constructo de burnout académico. Este aspecto metodológico respalda la pertinencia de las conclusiones y refuerza la solidez de la relación identificada entre las variables.

En síntesis, los hallazgos de este estudio coinciden con la literatura internacional y regional, confirmando que el burnout académico constituye un factor determinante en la disminución del rendimiento, especialmente en contextos universitarios donde se exige un alto compromiso físico y mental. Asimismo, la evidencia sugiere que, sin intervenciones institucionales oportunas, el agotamiento emocional puede progresar y aumentar el riesgo de deserción, disminución de la satisfacción académica y deterioro del bienestar estudiantil.

Conclusiones

El estudio confirma la existencia de una relación significativa entre el síndrome de burnout y el rendimiento académico en los estudiantes universitarios de la carrera de Entrenamiento Deportivo de la UPSE, respaldando así la hipótesis planteada. A mayor agotamiento emocional y desmotivación, mayor es la percepción de disminución del rendimiento académico.

Los estudiantes evaluados presentan niveles moderados de burnout, particularmente en la dimensión de agotamiento emocional, lo cual repercute en su capacidad para concentrarse, cumplir con las actividades académicas y mantener la motivación. Este hallazgo coincide con los planteamientos de Maslach (1981) y Schaufeli (2002), sobre los efectos del estrés crónico prolongado.

El análisis estadístico muestra que el agotamiento emocional se asocia directamente con la disminución del rendimiento académico, especialmente en estudiantes que reportan sentirse “frecuentemente” o “siempre” agotados. Esta relación evidencia que la doble carga física y académica propia de la carrera incrementa el riesgo de desgaste psicológico.

La fiabilidad del instrumento empleado fue alta ($\alpha = .820$), lo que garantiza la validez de los resultados y la coherencia interna de los ítems utilizados para medir el síndrome de burnout. Esto refuerza la credibilidad del análisis y de las conclusiones derivadas de los datos.

Apartir de los hallazgos, se recomienda que la Universidad Estatal Península de Santa Elena implemente programas institucionales de prevención del burnout, tales como talleres de manejo del estrés, acompañamiento psicológico, fortalecimiento de la tutoría académica y estrategias de equilibrio entre exigencias físicas y académicas.

Finalmente, se concluye que el abordaje del burnout académico debe ser una prioridad institucional, especialmente en carreras donde la demanda física es elevada, pues su adecuada gestión permitirá mejorar el bienestar emocional, disminuir el riesgo de deserción y fortalecer el rendimiento académico de los estudiantes.

Propósito del instrumento

La confiabilidad del instrumento se evaluó mediante el coeficiente de Alfa de Cronbach, el cual determina la consistencia interna entre los ítems que

Busca identificar el nivel de agotamiento emocional, desmotivación y cansancio físico o mental, así como la percepción del propio desempeño académico frente a las exigencias del entorno educativo.

Análisis de confiabilidad

La confiabilidad del instrumento fue evaluada mediante el coeficiente Alfa de Cronbach, el cual determina la consistencia interna entre los ítems que conforman la escala. El análisis realizado en SPSS arrojó un valor de $\alpha = 0.820$ para los 9 ítems, lo que indica una alta fiabilidad según los criterios psicométricos (valores superiores a 0.70 son aceptables). Este resultado evidencia que los ítems presentan una adecuada homogeneidad y miden de manera consistente el constructo de agotamiento académico, relacionado con el síndrome de burnout en estudiantes universitarios,

Por lo tanto, el instrumento es confiable para evaluar el nivel de agotamiento emocional, desmotivación y cansancio físico o mental, así como su impacto en el rendimiento académico.

Ítem eliminado

Durante este proceso de análisis estadístico, se identificó que el ítem: “Siento que no tengo suficiente tiempo para descansar adecuadamente.” Por ende, presentaba una correlación ítem-total baja y afectaba negativamente el valor del Alfa de Cronbach. Por este motivo, fue eliminado del instrumento, obteniendo así una mejora en la consistencia interna (α pasó de 0.781 a 0.820).

Análisis ítem-total corregido

Los resultados muestran que todos los ítems presentan correlaciones ítem-total corregidas superiores a 0.40, lo que indica una adecuada homogeneidad y que cada ítem contribuye significativamente al constructo medido (agotamiento académico). Las correlaciones oscilan entre 0.401 y 0.792, siendo el ítem relacionado con la dificultad para concentrarse por cansancio mental el que presenta la mayor correlación (0.792), evidenciando su fuerte

relación con la escala global. Además, el análisis del alfa si el ítem se elimina revela valores entre 0.770 y 0.815, lo que indica que la eliminación de cualquier ítem no mejoraría sustancialmente la consistencia interna del instrumento. En conjunto, estos resultados respaldan la confiabilidad del cuestionario, mostrando que los ítems son consistentes y miden de manera coherente el constructo de agotamiento académico.

Validez de contenido

La validez de contenido del instrumento fue establecida mediante el juicio de tres especialistas en psicología educativa y ciencias del deporte, quienes evaluaron la claridad, coherencia y pertinencia de cada ítem en relación con las dimensiones teóricas del síndrome de burnout y el rendimiento académico. Los expertos coincidieron en que los ítems evalúan con claridad la motivación, el desempeño y la autopercepción del rendimiento académico (dimensión rendimiento académico), así como reflejan de manera adecuada los factores de agotamiento emocional, despersonalización y baja realización personal (dimensión burnout). En consecuencia, el instrumento presenta una validez de contenido satisfactoria.

La validez del constructo se fundamentó en el modelo teórico del Síndrome de Burnout académico expresado por Maslach (1981), que incluye las dimensiones de agotamiento emocional, despersonalización y baja realización personal, adaptadas al contexto universitario. Los ítems del cuestionario fueron diseñados para representar estas dimensiones, mientras que los relacionados con el rendimiento académico se fundamentan en teorías de motivación y desempeño estudiantil. De esta forma, cada reactivo guarda relación directa con los componentes teóricos del burnout y su impacto en el rendimiento académico.

Referencias

- Ander-Egg, E. (1995). *Técnicas de investigación social*. El Cid Editor.
- Arias, F. G. (2012). *El proyecto de investigación: Introducción a la metodología científica*. Editorial Episteme.
- Bernal, C. A. (2010). *Metodología de la investigación: Administración, economía, humanidades y ciencias sociales*. Pearson Educación.
- Briones, G. (2006). *Metodología de la investigación cuantitativa en ciencias sociales*. Instituto Colombiano para el Fomento de la Educación Superior, ICFES.
- Caballero, C. C. (2007). La triangulación metodológica en la investigación educativa. *Revista de Investigación Educativa*, 11(19), 135-152.
- Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer Publishing Company.
- George, D., & Mallery, P. (2020). *IBM SPSS Statistics 26 step by step: A simple guide and reference*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780429056765>
- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, P. (2014). *Metodología de la investigación*. McGraw-Hill Interamericana. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/libro?codigo=775008>
- Maslach, C., & Jackson, S. E. (1981). The measurement of experienced burnout. *Journal of Organizational Behavior*, 2(2), 99-113. <https://doi.org/10.1002/job.4030020205>
- Salmela-Aro, K. (2017). Dark and bright sides of thriving – School burnout and engagement in the Finnish context. *European Journal of Developmental Psychology*, 14(3), 337-349. <https://doi.org/10.1080/17405629.2017.1287178>
- Schaufeli, W. B., & Bakker, A. B. (2002). *UWES Utrecht Work Engagement Scale: Preliminary manual*. Universidad de Utrecht.
- Snyder, C. R. (2013). Coping. In *Encyclopedia of behavioral medicine*. Springer. https://doi.org/10.1007/978-1-4419-1005-9_215
- Vargas, G. M. (2007). El análisis de contenido en la investigación educativa. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*, 9(2).
- Zambrano, C. (2022). Prevalencia del síndrome de burnout en docentes ecuatorianos: Una revisión sistemática. *Revista Andina de Educación*, 5(1). <https://doi.org/10.32719/26312816.2022.5.1.2201>

Burnout Syndrome and its relationship with academic performance in university students of the Sports Training program at the Peninsula State University of Santa Elena, 2025-2

Síndrome de Burnout e sua relação com o desempenho acadêmico em estudantes universitários do curso de Treinamento Esportivo da Universidade Estadual Península de Santa Elena 2025-2

Génesis Ximena Zambrano Orrala

Universidad Estatal Península De Santa Elena | Santa Elena | Ecuador

<https://orcid.org/0009-0008-3947-8681>

genesis.zambranoorrala9730@upse.edu.ec

Estudiante

Evelyn Vanessa Cevallos Moreira

Universidad Estatal Península De Santa Elena | Santa Elena | Ecuador

<https://orcid.org/0009-0009-0537-3416>

evelyn.cevallosmoreira4937@upse.edu.ec

Estudiante

Dennise Leizer Icaza Flores

Universidad Estatal Península De Santa Elena | Santa Elena | Ecuador

<https://orcid.org/0009-0005-9139-0802>

dennise.icazaflares3375@upse.edu.ec

Estudiante

Veronica Benita Cevallo Ávila

Universidad Estatal Península De Santa Elena | Santa Elena | Ecuador

<https://orcid.org/0009-0008-6199-9221>

veronica.cevalloavila1432@upse.edu.ec

Estudiante

Evelin Lissette Muñoz Rivera

Universidad Estatal Península De Santa Elena | Santa Elena | Ecuador

<https://orcid.org/0009-0005-0095-7800>

evelin.munozrivera8817@upse.edu.ec

Estudiante

Abstract

This study analyzes the relationship between burnout syndrome and academic performance in university students of the Sports Training program at the Peninsula State University of Santa Elena (UPSE), during the 2025-2 period. A quantitative approach with a descriptive design was used, based on the positivist paradigm. The sample consisted of students selected through convenience sampling, who were administered a structured survey based on an academic burnout syndrome scale. The reliability of the instrument reached $\alpha = .820$ according to Cronbach's Alpha coefficient, demonstrating adequate internal consistency. The results show moderate levels of emotional exhaustion and a direct relationship between burnout and decreased academic performance, especially among students reporting frequent exhaustion. It was identified that academic and physical workload contributes to chronic stress, affecting motivation and performance. These findings provide scientific evidence for designing prevention and psychological support programs aimed at improving student well-being, reducing the risk of dropout, and strengthening academic performance in programs with high physical and mental demands. Keywords: burnout; academic performance; stress; university students; sports training; mental health.

Resumo

Este estudo analisa a relação entre a síndrome de burnout e o desempenho acadêmico em estudantes universitários do curso de Treinamento Esportivo da Universidade Estadual Península de Santa Elena (UPSE), durante o período 2025-2. Foi utilizado um enfoque quantitativo com delineamento descritivo, sustentado no paradigma positivista. A amostra foi constituída por estudantes selecionados por meio de amostragem por conveniência, aos quais foi aplicado um questionário estruturado baseado em uma escala de síndrome de burnout acadêmico. A confiabilidade do instrumento atingiu $\alpha = ,820$ segundo o coeficiente Alfa de Cronbach, o que evidencia uma consistência interna adequada. Os resultados mostram níveis médios de exaustão emocional e uma relação direta entre o burnout e a diminuição do desempenho acadêmico, especialmente em estudantes que relatam cansaço frequente. Identificou-se que a carga acadêmica e física contribui para o estresse crônico, afetando a motivação e o desempenho. Esses achados fornecem evidências científicas para o desenho de programas de prevenção e acompanhamento psicológico, voltados a melhorar o bem-estar estudantil, reduzir o risco de evasão e fortalecer o desempenho acadêmico em cursos com altas exigências físicas e mentais. Palavras-chave: burnout; desempenho acadêmico; estresse; estudantes universitários; treinamento esportivo; saúde mental.

Capítulo 9

Relación entre el síndrome de Burnout y la salud mental en los estudiantes de la carrera de psicología de la Universidad Estatal Península de Santa Elena. Ciclo 2025-2

Freddy David Orrala Domínguez, Bryan Adrián Avilés Pozo, Laura Ríos Giraldo, Alicia Fátima González Láinez, Scarley Monserrate Tomalá Santiana

Resumen

La presente investigación tiene como objetivo general analizar la relación que existe entre el síndrome de burnout y la salud mental, considerando de igual forma en este estudio el impacto que tiene el agotamiento emocional, la despersonalización y la baja realización personal en el bienestar psicológico de las personas. La investigación se enmarca en un enfoque cuantitativo, el mismo que se encuentra sustentado en el paradigma positivista, con un diseño de investigación no experimental, transeccional descriptivo. Mediante la metodología aplicada se busca describir la correlación existente entre las variables de estudio con los datos que se han obtenido a través de instrumentos estandarizados sin que estas sean manipuladas. Se utilizó una muestra no probabilística por conveniencia conformada por 45 participantes. De igual forma se aplicó el cuestionario Maslach Burnout Inventory (MBI) y otro relacionado a la salud mental bajo una escala de Likert. Los resultados obtenidos permitieron identificar el grado de incidencia que existe entre el síndrome de burnout y el bienestar psicológico de los participantes, lo que aportó evidencia empírica que ayudará a promocionar estrategias para prevenir esta condición en los contextos escolares y laborales.

Palabras clave:

Síndrome de burnout;
salud mental;
bienestar psicológico;
agotamiento emocional;
estrés laboral.

Orrala Domínguez, F. D., Avilés Pozo, B. A., Ríos Giraldo, L., González Láinez, A. F., & Tomalá Santiana, S. M. (2025). Relación entre el síndrome de Burnout y la salud mental en los estudiantes de la carrera de psicología de la Universidad Estatal Península de Santa Elena. Ciclo 2025-2. En H. M. Castillo Del Valle, J. L. Pozo Chele, & J. L. Alcívar Ponce, (Coords). *Psicología y Educación. Estrategias de aprendizaje y salud mental en contextos académicos*. (pp. 186-209). Religación Press. <http://doi.org/10.46652/religacionpress.373.c779>



Introducción

En la actualidad según Maslach y Jackson el burnout se ha convertido en un problema de salud pública que durante mucho tiempo ha ido en aumento, sobre todo en entornos laborales y en el ámbito académico pues este fenómeno estudiado (considerado así por su naturaleza) se caracteriza por el agotamiento emocional y la disminución del rendimiento que posee normalmente, lo que afecta directamente la salud mental de las personas.

Esta investigación sobre el burnout es considerada importante porque este síndrome, además de impactar el bienestar psicológico individual, influye en la baja productividad, la calidad deficiente de las relaciones interpersonales y la dinámica social, dicho por la OMS (Organización Mundial de la Salud). Entonces, es posible considerar que este tema es importante pues ayudará a entender que estas relaciones en cierta medida permiten desarrollar estrategias más efectivas de prevención y atención en un entorno cada vez más exigente y estresante.

Actualmente existe un creciente interés sobre la salud mental de las personas, y esto posiblemente se debe a que aún existen brechas en la comprensión de cómo el burnout, la ansiedad y la depresión afectan considerablemente la calidad de vida y el desempeño académico de los estudiantes. Existen ocasiones en que el agotamiento se normaliza y esto provoca que la persona afectada evite buscar ayuda; es por esto que la presente investigación es necesaria puesto que ayudaría a entender cómo el burnout se relaciona con la salud mental y la vida diaria lo que ayudaría a promover bienestar en entornos existentes.

A nivel internacional existen investigaciones que han demostrado una fuerte conexión entre el burnout y los problemas de salud mental que padecen algunas personas, como por ejemplo la depresión y la ansiedad, los cuales son los más comunes entre la población adolescente. Dentro del continente americano han realizado estudios involucrando a docentes y profesionales de la salud, cuyos hallazgos

revelaron una prevalencia de burnout asociada con la falta de bienestar psicológico.

En el plano ecuatoriano, estudios reportan que un 40% aproximadamente de los profesionales de la salud en algún momento de su vida han experimentado burnout, esto se vio con mayor intensidad durante la pandemia del COVID-19, momento en el cual la sociedad a nivel mundial sintió mucha más ansiedad y estrés de lo inhabitual

Maslach, Jackson (1981), definieron al burnout como un estado en el cual la persona siente agotamiento no solo físico, sino también emocional, baja satisfacción personal y despersonalización, lo cual fue el resultado de exigencias agudas o crónicas de trabajo o estudio.

Por otro lado, Salud (2018), entiende la salud mental como un estado de bienestar en el que una persona desarrolla sus capacidades, afronta las tensiones normales de la vida y contribuye a su sociedad. El agotamiento empeora la salud mental al aumentar los síntomas de depresión, ansiedad y estrés percibido. Teorías como el modelo de demandas y recursos laborales (Demerouti et al., 2001), explican cómo un desequilibrio entre las demandas y el apoyo disponible aumenta el agotamiento psicológico.

El burnout afecta tanto a estudiantes como a profesionales, provocando agotamiento emocional, despersonalización y una disminución del sentido de realización personal. En los estudiantes universitarios, este síndrome se asocia con altos niveles de estrés académico, baja resiliencia psicológica y agotamiento emocional, lo que perjudica su bienestar mental y rendimiento académico (Gong et al., 2023). En el lugar de trabajo como por ejemplo en el de los profesionales de la salud, el burnout se asocia con síntomas depresivos, y el estrés psicológico es un mediador clave de esta relación (Cisneros-Vidal et al., 2025). Poder entender cómo estos factores se asocian es necesario y un aspecto clave para poder crear estrategias que ayuden

a prevenir más casos y que también promuevan una buena salud mental dentro de todos los contextos.

En el Ecuador se ha visto la salud mental impactada por diversos factores, entre estos tenemos la economía en la que se desenvuelven las personas actualmente y el exceso de trabajo, sobre todo en época de la pandemia. Las personas que tienen mayor probabilidad de padecer burnout son los profesionales de la salud, los docentes y los estudiantes, estos últimos son los más propensos a padecer este síndrome debido a los altos niveles de exigencia a los que están expuestos y la falta de recursos que pudieran tener.

Instituciones públicas o privadas como los establecimientos educativos y los hospitales han reportado un considerable aumento en las licencias o permisos médicos que sus trabajadores han solicitado, pues son conscientes de que su desempeño no es el óptimo para cumplir con sus responsabilidades por el agotamiento emocional que padecen. Es por esto que se considera necesario e importante investigar este fenómeno para de alguna manera encontrar estrategias que mitiguen esta situación.

Para establecer una relación entre las reflexiones y la realidad local es importante considerar las apreciaciones con respecto a la incidencia del síndrome de burnout en el contexto ecuatoriano, lo cual está respaldado por el Ministerio de Salud Pública (2019). Diversos estudios nacionales como internacionales presentan variaciones tanto por población como por periodo; las encuestas que se han realizado a nivel nacional a profesionales de la salud demuestran un aumento significativo de hasta un 50% de probabilidad de padecer burnout, esta cifra se elevó a raíz de la pandemia.

Un estudio del 2019 del Ministerio de Salud Pública encontró que el 17.24% de los trabajadores de la salud en Ecuador sufría de burnout. Esto muestra que es un problema importante, especialmente en sectores con mucha presión laboral. El objetivo de estudio es analizar cómo se relaciona el burnout con la salud mental en estudiantes y

profesionales de Ecuador en 2025, para obtener datos concretos y poder tomar medidas de prevención efectivas.

Metodología

Analiza la asociación entre el síndrome de burnout y la salud mental entre estudiantes universitarios y población general en el Ecuador en el año 2025.

La investigación se basa en un enfoque cuantitativo, caracterizado por el uso de mediciones numéricas y análisis estadístico para probar la hipótesis (Hernández Sampieri et al., 2014), este enfoque permite determinar la relación entre el síndrome de burnout y la salud mental, el estudio examina el agotamiento emocional, la despersonalización y el bienestar psicológico de los participantes para entender como burnout impacta la salud mental. Busca evidencia empírica para recomendar acciones preventivas. Se sigue un enfoque positivista, priorizando la objetividad y la verificación de hechos (Bernal, 2010).

A partir de este paradigma, se pretende analizar la relación causal entre el síndrome de burnout y la salud mental de los participantes, a partir de la adquisición de datos verificables que permitan extraer conclusiones basadas en evidencia.

Este estudio utiliza un diseño transversal no experimental porque las variables se observan sin manipulación y los datos se recogen en un único momento (Hernández Sampieri et al., 2014). Este diseño nos permite analizar la relación entre el síndrome de burnout y la salud mental en la población de estudio e identificar posibles correlaciones entre ambas variables.

El método cuantitativo se basa en la recopilación de datos numéricos para determinar hipótesis y analizar estadísticamente la relación entre el burnout y salud mental (Hernández Sampieri et al., 2014).

Un estudio correlacional, según Arias (2012), lo que busca es determinar la relación que existe en este caso entre el síndrome de burnout y la salud mental de los participantes, donde a través de un análisis estadístico se pretende identificar las conexiones entre las variables de estudio, en este caso el burnout y el bienestar psicológico de un individuo, lo que a su vez ayudará a interpretar mejor este fenómeno de manera técnica y científica.

La población de estudio está formada por profesionales que trabajan en instituciones con altas exigencias emocionales y de desempeño, como docentes, profesionales de la salud o funcionarios administrativos. Por ejemplo, un estudio realizado en el Hospital Especializado Teodoro Maldonado Carbo de Guayaquil por el Instituto Ecuatoriano de Seguridad Social (IESS), reportó una prevalencia de burnout entre los profesionales de la salud del 17.24%.

Un estudio de revisión publicado en 2024. Indicó que la prevalencia de burnout entre el personal médico ecuatoriano durante el período de pandemia alcanzó el 47.8%, reflejando un impacto significativo en la salud emocional y laboral de este grupo profesional (Ministerio de Salud Pública del Ecuador, 2019). Este grupo es significativo porque son los más vulnerables al agotamiento y posibles cambios en la salud mental, debido a factores como la sobrecarga de trabajo, el estrés constante y la presión organizacional.

La muestra considerada para este estudio se centra en establecer la correlación entre el síndrome de Burnout (entendido desde sus tres dimensiones: agotamiento emocional, despersonalización y baja realización personal) y la salud mental. Una muestra específica de 45 personas (estudiantes de la universidad estatal península de Santa Elena) que fueron elegidas bajo un muestreo y cuya participación es voluntaria, La evaluación se realizó mediante el Test: “Inventario de Burnout de Maslach (MBI)” lo que permitirá analizar de una manera objetiva la relación que existe entre el síndrome de burnout y la salud mental, lo que asegura resultados confiables.

De igual forma, para llevar a cabo la recolección de datos se utilizará una encuesta estructurada, la misma que consta de preguntas cerradas valoradas bajo una escala de Likert. Estas preguntas fueron diseñadas para evaluar cada una de las percepciones de los participantes (muestra de estudio) acerca del estado emocional en el que se encontraban, relacionándolo con su carga laboral y bienestar psicológico.

Este instrumento de recolección de datos permitirá recopilar información cuantitativa y comparar el nivel de agotamiento y salud mental de los sujetos, proporcionando datos objetivos para el análisis estadístico.

Resultados

Bloque 1: agotamiento emocional y físico (Estrés crónico).

Resultado del Alfa de Cronbach: $\alpha = 0.490$ a 0.588

Interpretación: fiabilidad y validez convergente Fuerte (Correlaciones entre $0,341$ y $0,588$). Este bloque demuestra una excelente consistencia interna. Los ítems miden de manera sólida la dimensión de Agotamiento, que es la característica más evidente del *burnout*. Las altas correlaciones sugieren que el individuo que experimenta una forma de agotamiento también tiende a sentirse aislado y a percibir sus responsabilidades como una carga pesada.

Bloque 2: dudas sobre la eficacia y autoestima reducida.

Resultado del Alfa de Cronbach: $\alpha = 0.309$

Interpretación: fiabilidad aceptable, pero sensible (correlación de 0.309). Aunque el valor de $0,309$ es el umbral mínimo aceptable para la correlación ítem-total, el ítem sobre **pérdida de autoestima/ confianza** es coherente con la dimensión de **realización**

personal reducida del *burnout* (sensación de ser ineficaz). Mide la autoevaluación negativa derivada del estrés crónico, aunque su contribución a la escala es menos robusta que la de los ítems de Agotamiento.

Consistencia interna global

El Alfa de Cronbach calculado para la totalidad del instrumento (preguntas 1 a 21) fue de $\alpha = 0.678$, lo cual indica una fiabilidad general aceptable ($\alpha=0,678$). No obstante, existe una oportunidad clara e inmediata de optimización. La escala contiene un elemento que actúa como un contaminante psicométrico. La eliminación de un solo ítem (el de “enfrentamiento”) es crucial y necesaria para alcanzar una consistencia interna buena ($\alpha\approx0,756$), lo que aumentaría la precisión y la validez de constructo del instrumento.

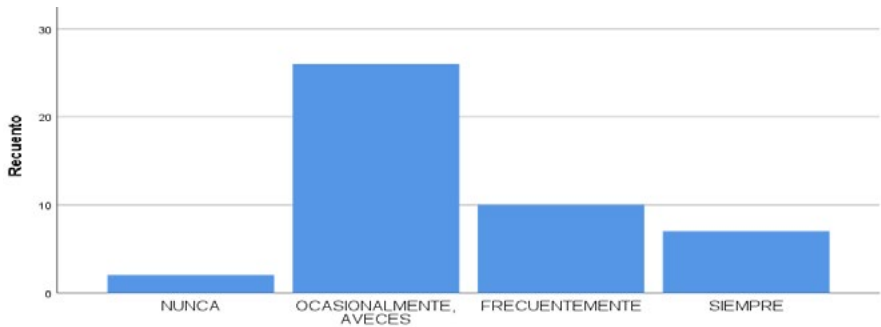
Los datos obtenidos son los siguientes:

Tabla 1. ¿Tiene la sensación de que su energía se drena por completo al cumplir con sus responsabilidades?

	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	7	15,56%
FRECUENTEMENTE	10	22,22%
OCACIONALMENTE	13	28,89%
A VECES	13	28,89%
NUNCA	2	4,44%
TOTAL	45	100%

Fuente: elaboración propia con base en datos cualitativos del estudio “Síndrome de Burnout y la salud mental”, procesado con SPSS (2025).

Figura 1. ¿Tiene la sensación de que su energía se drena por completo al cumplir con sus responsabilidades?



Fuente: elaboración propia.

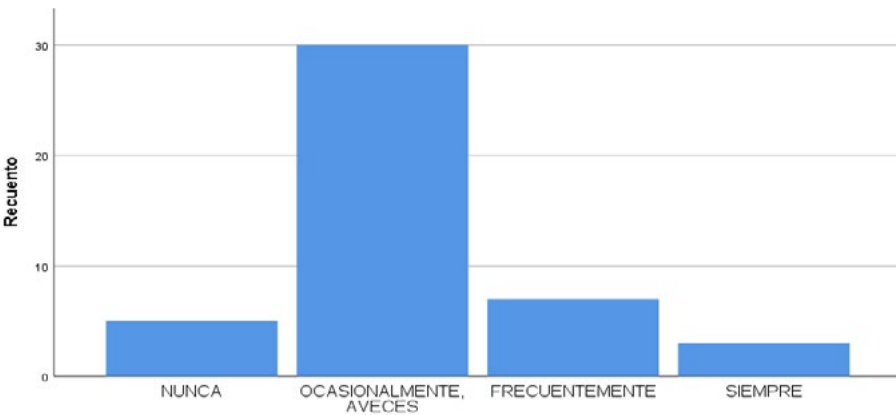
Los resultados evidencian que una parte importante de los participantes experimenta un notable agotamiento energético al cumplir sus responsabilidades, El 37,78% señala que esto ocurre siempre o frecuentemente, lo que indica una presencia significativa de síntomas asociados al síndrome de burnout. Además, un 57,78% lo experimenta ocasionalmente o a veces, lo que sugiere un malestar recurrente que podría progresar si no se atiende. Solo un 4,44% nunca presenta esta sensación. En conjunto, los datos muestran que el desgaste emocional es generalizado y representa un factor de riesgo para la salud mental de la población estudiada.

Tabla 2. ¿Siente que sus responsabilidades diarias son una carga pesada?

	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	3	6,67%
FRECUENTEMENTE	6	13,33%
OCASIONALMENTE	9	20,00%
A VECES	22	48,89%
NUNCA	5	11,11%
TOTAL	45	100%

Fuente: elaboración propia con base en datos cualitativos del estudio “Síndrome de Burnout y la salud mental”, procesado con SPSS (2025).

Figura 2. ¿Tiene la sensación de que su energía se drena por completo al cumplir con sus responsabilidades?



Fuente: elaboración propia.

Los resultados muestran que casi la mitad de los estudiantes 48,89% percibe sus responsabilidades como una carga pesada “a veces”, mientras que un 20% lo experimenta de forma ocasional. Aunque solo un 20% lo siente siempre o frecuentemente, este grupo revela señales claras de sobrecarga. En conjunto, los datos indican que la mayoría enfrenta algún nivel de peso laboral o emocional en su rutina diaria, lo que constituye un factor relevante en la aparición o mantenimiento del síndrome de burnout.

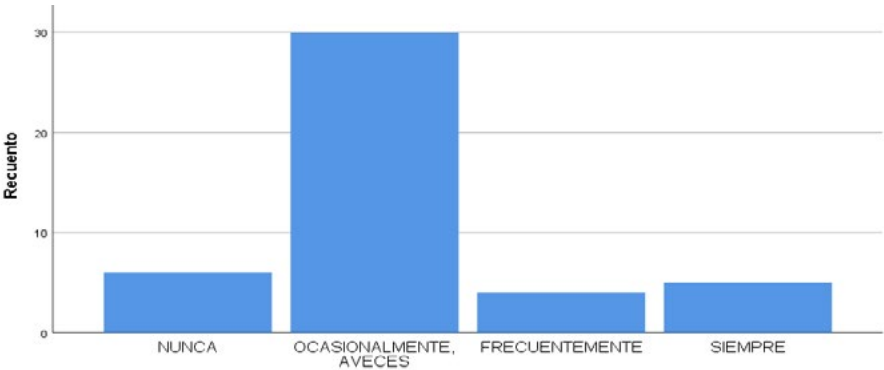
Tabla 3. ¿Está cansado/a de tener que lidiar con las presiones de su trabajo o vida cotidiana?

	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	5	11,11%
FRECUENTEMENTE	4	8,89%
OCACIONALMENTE	12	26,67%
A VECES	18	40,00%
NUNCA	6	13,33%

	FRECUENCIA	PORCENTAJE
TOTAL	45	100%

Fuente: elaboración propia con base en datos cualitativos del estudio “Síndrome de Burnout y la salud mental”, procesado con SPSS (2025).

Figura 3. ¿Está cansado/a de tener que lidiar con las presiones de su trabajo o vida cotidiana?



Fuente: elaboración propia.

Los resultados muestran que la mayoría de los participantes (66,67%) se siente cansada de lidiar con las presiones de su trabajo o vida cotidiana al menos ocasionalmente, y un 20% lo experimenta con alta frecuente (Siempre o frecuentemente). Esto revela que el cansancio ante la presión es un malestar común en la población estudiada y constituye un indicador relevante de estrés continuo, relacionado directamente con el riesgo de desarrollar síndrome de burnout.

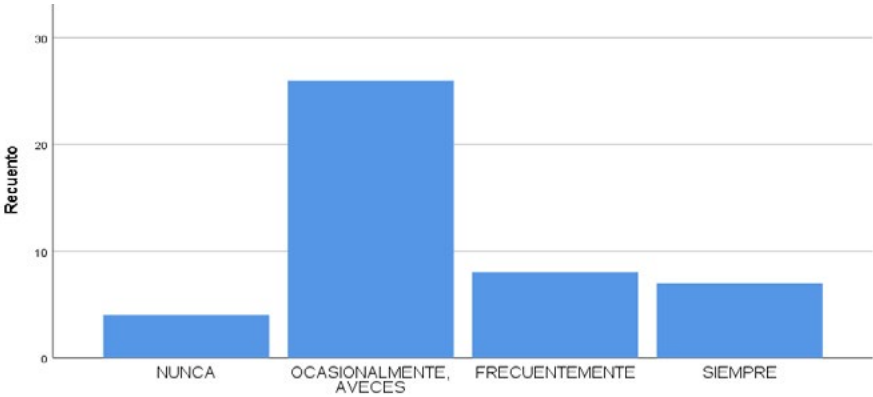
Tabla 4. ¿Le cuesta levantarse por las mañanas debido al cansancio y estrés?

	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	7	15,56%
FRECUENTEMENTE	8	17,78%

FRECUENCIA PORCENTAJE		
OCACIONALMENTE	10	22,22%
A VECES	16	35,56%
NUNCA	4	8,89%
TOTAL	45	100%

Fuente: Elaboración propia con base en datos cualitativos del estudio “Síndrome de Burnout y la salud mental”, procesado con SPSS (2025).

Figura 4. ¿Le cuesta levantarse por las mañanas debido al cansancio y estrés?



Fuente: elaboración propia.

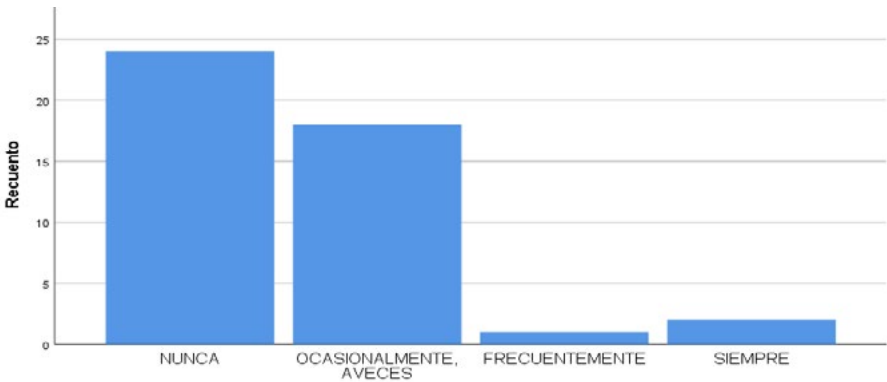
Los resultados muestran que la mitad de los participantes 53,34% presenta dificultades para levantarse por las mañanas debido al cansancio y el estrés, ya sea siempre, frecuente u ocasionalmente. Además, un 33,56% lo experimenta a veces, lo que evidencia un malestar recurrente. Solo 8,89% no enfrenta este problema. En conjunto, los datos indican que la fatiga matutina es un síntoma ampliamente presente y constituye un indicador claro de desgaste asociado al síndrome de burnout.

Tabla 5. ¿Considera que las personas a su alrededor son solo objetos para conseguir sus metas?

	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	2	4,44%
FRECUENTEMENTE	1	2,22%
OCASIONALMENTE	7	15,56
A VECES	10	22,22%
NUNCA	25	55,56%
TOTAL	45	100%

Fuente: elaboración propia con base en datos cualitativos del estudio “Síndrome de Burnout y la salud mental”, procesado con SPSS (2025).

Figura 5. ¿Considera que las personas a su alrededor son solo objetos para conseguir sus metas?



Fuente: elaboración propia.

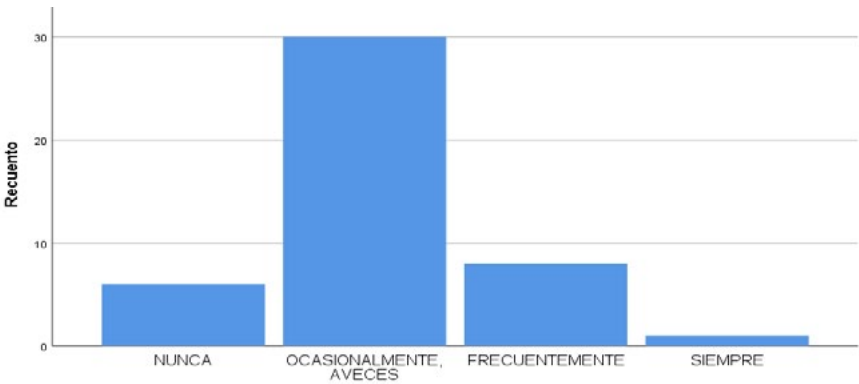
Los datos muestran que más de la mitad de los estudiantes 55,56% nunca considera a las personas como objetivos para lograr sus metas, lo que indica una baja despersonalización. Solo un 6,66% expresa esta percepción con alta frecuencia (Siempre o frecuentemente). Aunque existe un pequeño grupo que presenta indicios de este componente de burnout, en general la tendencia refleja relaciones interpersonales saludables dentro de la muestra.

Tabla 6. ¿Se ha sentido constantemente agobiado/a o bajo presión?

	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	2	2,38%
FRECUENTEMENTE	5	11,90%
OCACIONALMENTE	10	23,81%
A VECES	22	47,62%
NUNCA	6	14,29%
TOTAL	45	100%

Fuente: elaboración propia con base en datos cualitativos del estudio “Síndrome de Burnout y la salud mental”, procesado con SPSS (2025).

Figura 6. ¿Se ha sentido constantemente agobiado/a o bajo presión?



Fuente: elaboración propia.

Los resultados indican que la mayoría de los participantes 71,43% se ha sentido agobiada o bajo presión al menos ocasionalmente, y un 14,28% lo experimenta con alta frecuencia. Esto evidencia que la presión constante es una experiencia común en la muestra y constituye un factor relevante de estrés sostenido, asociado al desarrollo del síndrome de burnout.

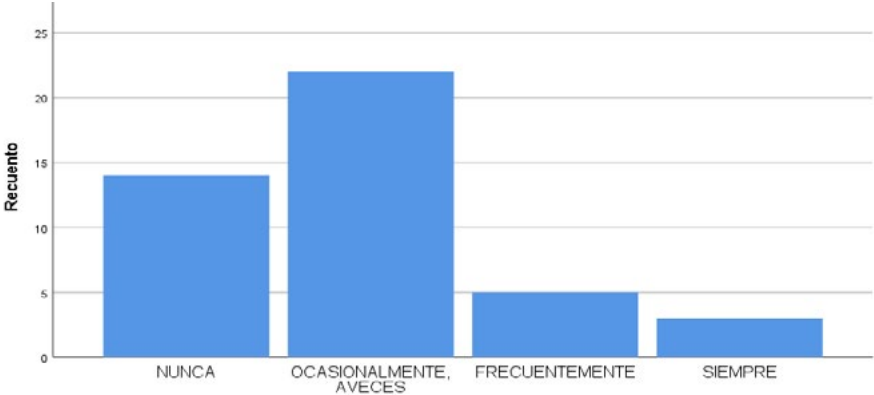
Tabla 7. ¿Ha perdido confianza en sí mismo?

	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	4	8,89%

	FRECUENCIA	PORCENTAJE
FRECUENTE-MENTE	5	11,11%
OCACIONALMENTE	8	17,78%
A VECES	14	31,11%
NUNCA	14	31,11%
TOTAL	45	100%

Fuente: elaboración propia con base en datos cualitativos del estudio “Síndrome de Burnout y la salud mental”, procesado con SPSS (2025).

Figura 7. ¿Ha perdido confianza en sí mismo?



Fuente: elaboración propia.

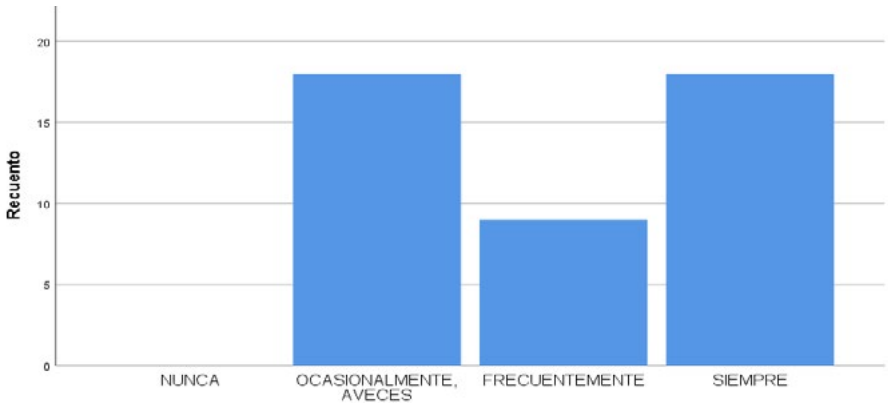
Los resultados muestran que cerca de la mitad de los participantes 48,89% ha experimentado pérdida de confianza en sí mismo en algún grado y un 20% lo vive con mayor frecuencia. Sin embargo, el 31,11% afirma no haberla perdido. Esto indica que, aunque existe un grupo afectado por disminución de autoestima un componente vinculado al burnout.

Tabla 8. ¿Ha sido capaz de afrontar adecuadamente sus problemas?

	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	18	40,00%
FRECUENTEMENTE	10	22,22%
OCACIONALMENTE	7	15,56%
A VECES	10	22,22%
NUNCA	0	0,00%
TOTAL	45	100%

Fuente: elaboración propia con base en datos cualitativos del estudio “Síndrome de Burnout y la salud mental”, procesado con SPSS (2025).

Figura 8. ¿Ha sido capaz de afrontar adecuadamente sus problemas?



Fuente: elaboración propia.

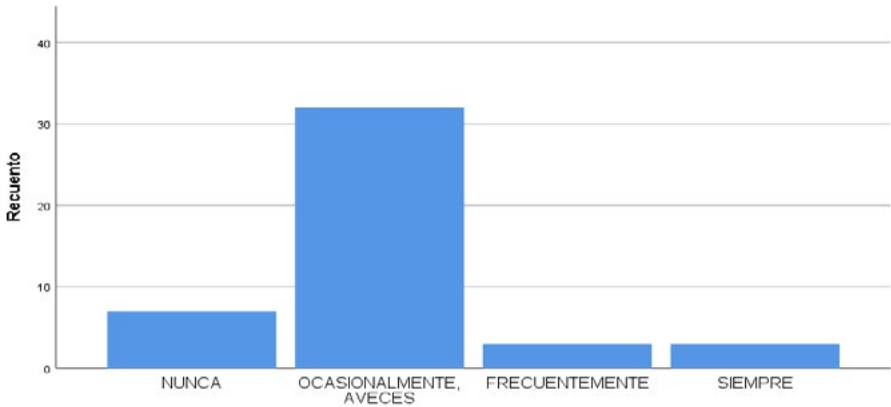
Los resultados muestran que la mayoría de los participantes 62,22% considera que siempre o frecuentemente ha sido capaz de afrontar adecuadamente sus problemas, mientras que el resto lo logra solo ocasionalmente o a veces. No se registran casos que indiquen incapacidad total para afrontar dificultades. Esto sugiere que, pese a la presencia de estrés o desgaste en algunos participantes, la percepción de afrontamiento personal se mantiene mayormente positiva en la muestra

Tabla 9. ¿Con qué frecuencia te sientes aislado/a o solo/a?

	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	3	6,67%
FRECUENTEMENTE	3	6,67%
OCACIONALMENTE	11	24,44%
A VECES	22	48,89%
NUNCA	6	13,33%
TOTAL	45	100%

Fuente: elaboración propia con base en datos cualitativos del estudio “Síndrome de Burnout y la salud mental”, procesado con SPSS (2025).

Figura 9. ¿Con qué frecuencia te sientes aislado/a o solo/a?



Fuente: elaboración propia.

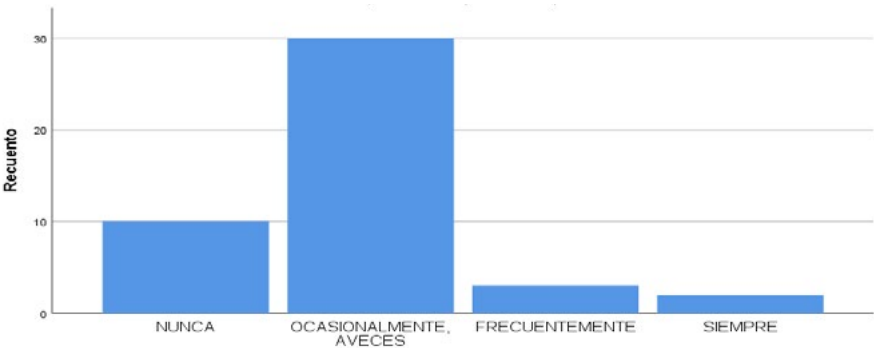
Los resultados indican que la mayoría de los participantes 73,33% se siente aislado o solo al menos ocasionalmente, aunque solo un 13,34% lo experimenta con alta frecuencia (siempre o frecuentemente). Esto muestra que el sentimiento de aislamiento es relativamente común, pero no extremo en la mayoría. Aun así, su presencia recurrente puede relacionarse con desgaste emocional y vulnerabilidad ante el síndrome de burnout.

Tabla 10. ¿Sientes que tus problemas emocionales han interferido en tu vida diaria (trabajo, estudios, relaciones personales)?

	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	2	4,44%
FRECIENTEMENTE	3	6,67%
OCASIONALMENTE	10	22,22%
A VECES	21	46,67%
NUNCA	9	20,00
TOTAL	45	100%

Fuente: elaboración propia con base en datos cualitativos del estudio “Síndrome de Burnout y la salud mental”, procesado con SPSS (2025).

Figura 10. ¿Sientes que tus problemas emocionales han interferido en tu vida diaria (trabajo, estudios, relaciones personales)?



Fuente: elaboración propia.

Los resultados muestran que la mayoría de los participantes 79,56% percibe que sus problemas emocionales han interferido en su vida diaria al menos ocasionalmente, aunque solo un 11,11% lo experimentan con alta frecuencia. Esto indica que la interferencia emocional es una experiencia común, pero generalmente moderada. Aun así, su presencia sostenida refleja vulnerabilidad emocional y posibles manifestaciones relacionadas con el síndrome de burnout.

Discusión

Los resultados del estudio muestran que una proporción importante de estudiantes presenta síntomas compatibles con el síndrome de burnout, particularmente en la dimensión de agotamiento emocional. La mayoría refiere cansancio ante las presiones cotidianas, dificultades para levantarse por la mañana y sensación de que sus responsabilidades representan una carga pesada al menos ocasionalmente. Estos hallazgos son consistentes con el modelo clásico de Maslach, Jackson (1981), que describe el burnout como un estado de desgaste emocional acompañado de despersonalización y baja realización personal.

Los datos también señalan la presencia de malestar psicológico asociado, manifestado en sentimientos de aislamiento, interferencia de los problemas emocionales en el desempeño diario y, en algunos casos, disminución de la confianza en sí mismos. Este patrón coincide con lo reportado por Bianchi & Schonfeld (2019), quienes plantean un importante solapamiento entre burnout, síntomas depresivos y ansiedad, y con estudios recientes que muestran que el estrés académico y la baja resiliencia se vinculan con un mayor riesgo de agotamiento en estudiantes universitarios.

En términos psicométricos, el Alfa de Cronbach global indica una consistencia interna aceptable del instrumento aplicado, lo que respalda la validez de los resultados obtenidos. La identificación de ítems cuya eliminación mejora la fiabilidad sugiere, además, la necesidad de continuar refinando las escalas para su uso en población universitaria ecuatoriana.

En conjunto, los hallazgos confirman que el síndrome de burnout constituye un riesgo relevante para la salud mental de los estudiantes, en línea con la (Salud, 2018) que advierte sobre el impacto del estrés crónico en la capacidad para afrontar las demandas cotidianas. Aunque el nivel de desgaste no es extremo en todos los casos, la presencia recurrente de síntomas indica la

importancia de implementar estrategias preventivas y programas de apoyo psicológico dentro de las instituciones de educación superior.

Conclusión

El estudio permitió analizar la relación entre el síndrome de burnout y la salud mental en estudiantes de Psicología de la Universidad Estatal Península de Santa Elena, evidenciando que ambos fenómenos se encuentran estrechamente vinculados. Se constató que los niveles de agotamiento emocional, presión constante y dificultades para afrontar las demandas académicas se asocian con un mayor malestar psicológico, manifestado en síntomas de estrés, cansancio físico, sentimientos de aislamiento e interferencia de los problemas emocionales en la vida diaria.

Desde el enfoque cuantitativo y el diseño no experimental transversal, fue posible describir el patrón de asociación entre las dimensiones del burnout y los indicadores de salud mental en un contexto académico real, sin manipulación de variables. La consistencia psicométrica aceptable de los instrumentos utilizados respalda la fiabilidad de los resultados y aporta evidencia sobre la pertinencia del MBI y de las escalas de salud mental en población universitaria ecuatoriana.

En este sentido, se concluye que el burnout representa un problema relevante de salud mental en estudiantes universitarios y que requiere atención prioritaria por parte de las instituciones de educación superior. La detección temprana del desgaste emocional y la implementación de programas de prevención, apoyo psicológico y promoción del autocuidado pueden contribuir a reducir el impacto del estrés crónico y favorecer el bienestar integral del estudiantado.

Finalmente, esta investigación ofrece una base empírica útil como referencia para futuros estudios y para el diseño de intervenciones psicoeducativas e institucionales orientadas a crear

entornos académicos más saludables, humanos y emocionalmente sostenibles.

Referencias

- Arias, F. G. (2012). *El proyecto de investigación: Introducción a la metodología científica*. Abaco.
- Bernal, C. A. (2010). *Metodología de la investigación: Administración, economía, humanidades y ciencias sociales*. Pearson Educación.
- Bianchi, R., & Schonfeld, I. S. (2019). Burnout-depression overlap: A review. *Clinical Psychology Review*, 70, 1-13. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2019.01.002>
- Cisneros-Vidal, M. A., Paredes-Manosalvas, T. A., & Vélez-Sánchez, P. G. (2025). Rethinking the distinction between job burnout and depression: The mediating role of stress among healthcare professionals in Ecuador. *Frontiers in Psychology*, 16, 1516762. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1516762>
- Demerouti, E., Bakker, A. B., Nachreiner, F., & Schaufeli, W. B. (2001). The job demands-resources model of burnout. *Journal of Applied Psychology*, 86(3), 499–512. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.86.3.499>
- Gong, Z., Yang, Z., & Zhang, L. (2023). College students' learning stress, psychological resilience and learning burnout: A cross-sectional study. *BMC Psychiatry*, 23(1). <https://doi.org/10.1186/s12888-023-04783-z>
- Hernández-Sampieri, R., & Fernández-Collado, C., & Baptista-Lucio, P. (2014). *Metodología de la investigación*. McGraw-Hill.
- Maslach, C., & Jackson, S. E. (1981). The measurement of experienced burnout. *Journal of Organizational Behavior*, 2(2), 99–113. <https://doi.org/10.1002/job.4030020205>
- Ministerio de Salud Pública del Ecuador. (2019). *Prevalencia del síndrome de burnout en el personal del Hospital Teodoro Maldonado Carbo – Guayaquil*.
- Organización Mundial de la Salud. (2018, 30 de marzo). *Salud mental: fortalecer nuestra respuesta*. <https://n9.cl/e65>

Relationship between Burnout Syndrome and Mental Health in Psychology Students at the Peninsula State University of Santa Elena. Cycle 2025-2

Relação entre a Síndrome de Burnout e a Saúde Mental em Estudantes do Curso de Psicologia da Universidade Estadual Península de Santa Elena. Ciclo 2025-2

Freddy David Orrala Domínguez

Universidad Estatal Península De Santa Elena | Santa Elena | Ecuador

<https://orcid.org/0009-0005-9746-1704>

freddy.orraladominguez3169@upse.edu.ec

Estudiante de Psicología

Bryan Adrián Avilés Pozo

Universidad Estatal Península De Santa Elena | Santa Elena | Ecuador

<https://orcid.org/0009-0006-4328-9264>

bryan.avilespozo1517@upse.edu.ec

Estudiante de Psicología

Laura Ríos Giraldo

Universidad Estatal Península De Santa Elena | Santa Elena | Ecuador

<https://orcid.org/0009-0003-6528-6150>

laura.riosgiraldo0690@upse.edu.ec

Estudiante de Psicología

Alicia Fátima González Láinez

Universidad Estatal Península De Santa Elena | Santa Elena | Ecuador

<https://orcid.org/0009-0000-4740-6882>

alicia.gonzalezlainez6933@upse.edu.ec

Estudiante de Psicología

Scarley Monserrate Tomalá Santiana

Universidad Estatal Península De Santa Elena | Santa Elena | Ecuador

<https://orcid.org/0009-0007-6737-8672>

scarley.tomalasantiana1592@upse.edu.ec

Estudiante de Psicología

Abstract

The general objective of this research is to analyze the relationship between burnout syndrome and mental health, also considering the impact of emotional exhaustion, depersonalization, and low personal accomplishment on individuals' psychological well-being. The research is framed within a quantitative approach, supported by the positivist paradigm, with a non-experimental, descriptive cross-sectional research design. The applied methodology aims to describe the correlation between the study variables using data obtained through standardized instruments without manipulating them. A non-probability convenience sample of 45 participants was used. The Maslach Burnout Inventory (MBI) questionnaire and another related to mental health on a Likert scale were applied. The results obtained allowed for the identification of the degree of association between burnout syndrome and the participants' psychological well-being, providing empirical evidence that will help promote strategies to prevent this condition in academic and professional contexts. Keywords: Burnout syndrome; mental health; psychological well-being; emotional exhaustion; work-related stress.

Resumo

O objetivo geral desta pesquisa é analisar a relação entre a síndrome de burnout e a saúde mental, considerando também o impacto do esgotamento emocional, da despersonalização e da baixa realização pessoal no bem-estar psicológico dos indivíduos. A pesquisa se enquadra em uma abordagem quantitativa, sustentada pelo paradigma positivista, com um delineamento de pesquisa não experimental, transversal descritivo. Por meio da metodologia aplicada, busca-se descrever a correlação entre as variáveis do estudo com os dados obtidos por meio de instrumentos padronizados, sem manipulá-las. Utilizou-se uma amostra não probabilística por conveniência, composta por 45 participantes. Da mesma forma, foram aplicados o questionário Maslach Burnout Inventory (MBI) e outro relacionado à saúde mental em uma escala Likert. Os resultados obtidos permitiram identificar o grau de associação existente entre a síndrome de burnout e o bem-estar psicológico dos participantes, o que forneceu evidências empíricas que ajudarão a promover estratégias para prevenir essa condição nos contextos acadêmicos e profissionais. Palavras-chave: Síndrome de burnout; saúde mental; bem-estar psicológico; esgotamento emocional; estresse laboral.

Capítulo 10

El estrés y el rendimiento académico en estudiantes de nivelación de la carrera de psicología de la Universidad Estatal Península de Santa Elena. Ciclo 2025-2

Naidelyn Geraldine Beltrán Veliz, María Fernanda Tomalá Malavé, César Andrés Chanalath Solano, Melanie Anahí Suárez Orrala

Resumen

El objetivo de la presente investigación fue analizar la relación entre el estrés académico y el rendimiento académico en estudiantes de nivelación de la carrera de Psicología de la Universidad Estatal Península de Santa Elena (UPSE). Se empleó un enfoque cuantitativo con un diseño descriptivo-correlacional y transversal. Participaron 100 estudiantes seleccionados mediante muestreo aleatorio simple. El estrés académico se evaluó mediante una escala de estrés percibido y el rendimiento académico a través del promedio de calificaciones; ambos instrumentos mostraron una adecuada consistencia interna ($\alpha=0.927$). Los análisis descriptivos y correlacionales evidenciaron niveles moderados de estrés académico y una correlación inversa y estadísticamente significativa entre el estrés percibido y el rendimiento académico, de modo que, a mayor estrés, menor promedio de calificaciones. Entre los factores estresores más frecuentes se identificaron la dificultad para organizar el tiempo de estudio y el miedo de reprobar. Se concluye que el estrés académico constituye un factor de riesgo para el desempeño académico de los estudiantes de nivelación, por lo que se recomienda incorporar programas de prevención temprana que fortalezcan las estrategias de afrontamiento y la autorregulación del aprendizaje.

Palabras clave:
estrés académico;
rendimiento
académico;
estudiantes
universitarios;
psicología
educativa.

Beltrán Veliz, N. G., Tomalá Malavé, M. F., Chanalath Solano, C. A., & Suárez Orrala, M. A. (2025). El estrés y el rendimiento académico en estudiantes de nivelación de la carrera de psicología de la Universidad Estatal Península de Santa Elena. Ciclo 2025-2. En H. M. Castillo Del Valle, J. L. Pozo Chele, & J. L. Alcivar Ponce, (Coords). *Psicología y Educación. Estrategias de aprendizaje y salud mental en contextos académicos*. (pp. 211-232). Religación Press. <http://doi.org/10.46652/religacionpress.373.c780>



Introducción

El estrés académico se ha convertido en uno de los principales factores que inciden en el bienestar psicológico y el desempeño de los estudiantes universitarios. En el ámbito de la educación superior, las exigencias académicas, la carga de tareas y la presión por alcanzar un buen rendimiento generan niveles de tensión que pueden afectar tanto la salud mental como los logros académicos. Comprender esta relación resulta de gran relevancia científica y social, dado que el rendimiento académico influye en la trayectoria profesional, el desarrollo personal y la futura inserción laboral de los estudiantes.

A pesar de los múltiples estudios sobre la relación entre estrés y aprendizaje, aún persisten interrogantes respecto a cómo estas variables se manifiestan en contextos universitarios específicos, particularmente en estudiantes que se encuentran en etapa de nivelación (Ramírez, 2021). Esta población enfrenta retos particulares, pues su adaptación al sistema de educación superior implica ajustarse a nuevas demandas académicas, sociales y emocionales. Surge así la pregunta: ¿De qué manera el estrés influye en el rendimiento académico de los estudiantes de nivelación de la carrera de Psicología de la UPSE? Abordar esta problemática es necesario, ya que permite generar aportes teóricos al campo de la psicología educativa y diseñar estrategias prácticas de acompañamiento y prevención en el ámbito universitario.

Estrés: Cuando las exigencias superan la capacidad de una persona, se produce un estado de tensión física o psicológica (Lazarus y Folkman, 1986). **Rendimiento académico:** El grado de éxito alcanzado por los estudiantes, indicado por calificaciones, desempeño y conocimientos adquiridos (Pizarro, 1985).

Lazarus y Folkman desarrollaron la teoría del estrés y el afrontamiento en la cual describen cómo las personas tienden a evaluar las exigencias y de igual forma cómo estas tienen la capacidad para gestionar cada situación. Por otra parte, el modelo de agotamiento

académico expone cómo la sobrecarga de trabajos provoca cansancio físico y mental afectando significativamente el rendimiento de una persona. De igual forma, la teoría cognitivo-conductual hace énfasis en que las emociones y pensamientos excesivos afectan directamente el rendimiento y la motivación de una persona.

Existen varios estudios que se han realizado en los últimos años, como el de Gómez & Vargas (2022) y el de Molina & Herrera (2023), en la cual se destaca que el estrés que llegan a sentir los estudiantes afecta significativamente la autorregulación y el desempeño de estos, generando un mayor grado de vulnerabilidad emocional. Dentro del Ecuador destaca el estudio realizado por Vera & Espinoza (2023), en el cuál hacen énfasis en que el estrés que llega a sentir un estudiante interfiere en el bienestar psicológico del mismo dando como resultado un bajo rendimiento en sus estudios.

Según estudios que se han realizado anteriormente muestran que el 80% de los estudiantes universitarios a nivel mundial reportan un nivel muy alto de estrés, lo cual afecta la concentración y el rendimiento de los futuros profesionales (Misra & Castillo, 2004). Ya en América Latina, los síntomas de ansiedad que tienen los estudiantes se relaciona con los bajos promedios académicos (Ramírez & Hernández, 2019).

Contextualizando el estudio, dentro del Ecuador, más del 70% de los estudiantes universitarios que cursan el primer año de la universidad han reportado en algún momento un estrés moderado que en ocasiones se ha vuelto severo durante el período de adaptación en la institución (Cedeño & Martínez, 2021).

Dentro del ámbito local, y tomando en cuenta que la investigación se desarrolla en la UPSE, ha sido evidente una prevalencia del estrés en los estudiantes que en ella estudian lo cual de una u otra forma ha repercutido en su aprendizaje, desempeño académico y salud emocional (Vera % Espinoza, 2023).

El estudio se llevará a cabo en la Universidad Estatal Península de Santa Elena (UPSE), ubicada en la provincia ecuatoriana de Santa Elena. Al iniciar su educación universitaria, los estudiantes de nivelación del programa de psicología representan un grupo importante, ya que deben adaptarse a nuevas exigencias académicas, cambios de horario y la necesidad de cultivar hábitos de estudio más rigurosos. Este contexto local permite analizar cómo el estrés podría afectar su rendimiento académico y su adaptación al entorno universitario.

El objetivo del presente estudio es analizar la relación que existe entre el estrés y el rendimiento académico de los estudiantes de nivelación de la carrera de Psicología de la Universidad Estatal Península de Santa Elena (UPSE), con el fin de aportar evidencias que permitan comprender mejor este fenómeno y diseñar estrategias de apoyo institucional para mejorar el desempeño académico y el bienestar estudiantil.

Metodología

El estudio adopta un enfoque cuantitativo por ser el idóneo para medir y analizar numéricamente la relación entre las variables. Este criterio se fundamenta en: Prueba de Hipótesis con Datos Numéricos: Como establecen Hernández Sampieri et al. (2014), este enfoque permite probar hipótesis mediante medición numérica. Por ello: El estrés se medirá con (Hernández Sampieri et al., 2014; Creswell, 2014). Del mismo modo la investigación está aplicada bajo el método correlacional y medida de forma cuantitativa mediante el Alfa de Cronbach, lo que ayudará a determinar la relación que existe entre el estrés y el rendimiento académico.

Este estudio, además, estará basado en la objetividad y la generalización según lo mencionado por Creswell (2014). Se utilizarán instrumentos de recolección de datos estandarizados en una muestra representativa de la población, lo que brindará resultados medibles y

confiables. En definitiva, el enfoque cuantitativo es el más adecuado para obtener evidencia objetiva y cuantificable sobre la relación entre el estrés y el rendimiento académico en este contexto específico

El paradigma adoptado es el positivista, que asume una realidad única y medible, utilizando métodos cuantitativos para obtener conocimiento objetivo (Guba & Lincoln, 1994). Ontología: asume una realidad única y medible (el estrés y rendimiento académico existen objetivamente).

Epistemología: el investigador se mantiene independiente de lo investigado, buscando conocimiento objetivo.

Metodología: utiliza métodos cuantitativos para medir variables y analizar relaciones estadísticas.

Este paradigma, como marco de creencias que guía la práctica científica (Guba y Lincoln, 1994), permite definir supuestos claros (Kerlinger, 1986) para estudiar las variables de manera objetiva y sistemática.

El presente trabajo de investigación adopta un diseño no experimental con un eje transversal y correlacional, puesto que busca medir en cierta forma la relación que existe en las variables de estudio sin manipular los resultados obtenidos a través de los instrumentos de recolección de información.

De acuerdo con lo que menciona Creswell (2014), un estudio correlacional busca medir la relación que existe entre las variables de estudio, que en este caso son el rendimiento académico y el estrés, sin manipular las variables.

Este estudio, por ser ejecutado en un periodo de tiempo determinado se considera transversal, puesto que los datos se recogen durante este transcurso.

De igual forma, según el control, se considera no experimental, puesto que las variables se observan en un contexto natural sin

intervenir en el proceso lo que Hernández et al. (2014), lo considera como un plan lógico que es adecuado para obtener las evidencias necesarias y válidas sobre la relación que existe entre el estrés y el rendimiento académico en la población de estudio seleccionada.

La presente investigación según su profundidad se considera descriptiva-correlacional pues busca describir las características de lo estudiado y examinar la relación existente entre las variables de estudio para determinar si se asocian o no sin alterar ni buscar una relación de causa y efecto (Hernández et al., 2014).

La parte descriptiva va a medir y caracterizar los niveles acerca del estrés y el rendimiento académico de los estudiantes universitarios (variables de estudio), y la parte correlacional analizará la posible relación que exista entre ambas variables.

Algo que destacar de esta investigación es que no es explicativa, pues según Arias (2012), este trabajo no busca establecer algún tipo de causalidad, por el contrario, busca interpretar y asociar las variables. Esta combinación de enfoques va a permitir describir y analizar el grado de posible relación entre las variables de estudio sin que se afirme de manera directa que por el estrés es que los estudiantes tienen un bajo rendimiento académico.

Está constituida por el conjunto de todos los estudiantes matriculados en el curso de nivelación de la carrera de Psicología de la UPSE durante el período académico 2025-I. Esta población cumple con: Características comunes (Hernández Sampieri et al., 2014):

Ser estudiantes de nivelación, Pertenecer a la carrera de Psicología, Estar matriculados en la UPSE

Delimitación clara (Arias, 2012):

Espacio: Universidad Estatal Península de Santa Elena (UPSE)

Tiempo: Período académico 2025-I

Características: estudiantes de nivelación de Psicología

Esta delimitación permite identificar y acceder a todos los elementos que conforman la población de estudiantes.

Muestra probabilística: aleatoria simple, estratificada, por conglomerados

Muestra no probabilística: por conveniencia, intencional o por criterio, bola de nieve.

Tipo: muestra probabilística - aleatoria simple

Representatividad: la muestra de estudio, según Hernández et al. (2014), debe ser representativa en relación a la población, es decir, una porción de esta para garantizar unos resultados que sean confiables. Mediante el muestreo aleatorio simple, cada estudiante que se encuentre en el periodo de nivelación tendrá igual probabilidad de ser seleccionado para el estudio.

Generalización: Se utilizará el muestreo aleatorio simple que según Creswell brinda seguridad al minimizar el sesgo en la información y asegura la validez y la fiabilidad de los resultados obtenidos durante el estudio que se realizará a los estudiantes de nivelación de la carrera de Psicología de la UPSE.

Procedimiento: La muestra representativa de los estudiantes que se seleccionaron mediante el muestreo aleatorio simple serán a los que se le aplicarán los instrumentos de recolección de datos, estos mantendrán las características del grupo de estudio normal.

Una vez hecho el cálculo para determinar la cantidad de personas que componen la muestra se obtuvo que 100 estudiantes formarán parte de este estudio. Esta forma de obtener la cantidad de participantes asegura que los resultados sean confiables y medibles.

Resultados

A partir de las encuestas dirigidas a estudiantes de la UPSE, se realizó la interpretación y análisis de la información mediante el programa SPSS, herramienta esencial para el procesamiento de datos cuantitativos.

Este proceso permitió organizar, depurar y codificar los datos de manera rigurosa, realizando análisis descriptivos e inferenciales que sustentan los hallazgos del estudio. Específicamente, se calcularon correlaciones y regresiones para determinar la relación entre el Estrés percibido y el Rendimiento Académico de los estudiantes. Se obtuvieron las siguientes categorías centrales para el análisis: Nivel de Estrés Académico, Factores Estresores (académicos y personales), Estrategias de Afrontamiento y Rendimiento Académico (promedios de notas). Los resultados presentados a continuación fueron elaborados íntegramente a partir del análisis desarrollado con este instrumento estadístico, garantizando la validez y confiabilidad de la interpretación cuantitativa.

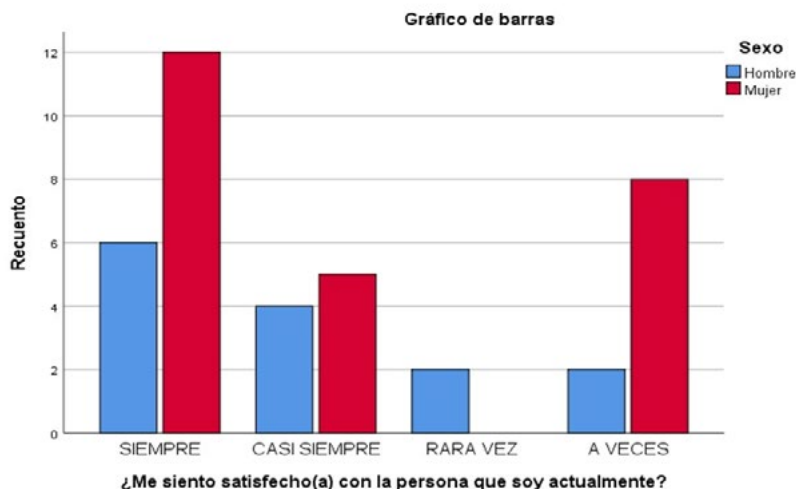
Figura 1. Me siento satisfecho con la persona que soy actualmente. Sexo

→

Tabla cruzada ¿Me siento satisfecho(a) con la persona que soy actualmente?* Sexo				
Recuento		Sexo		Total
		Hombre	Mujer	
¿Me siento satisfecho(a) con la persona que soy actualmente?	SIEMPRE	6	12	18
	CASI SIEMPRE	4	5	9
	RARA VEZ	2	0	2
	AVECES	2	8	10
Total		14	25	39

Fuente: elaboración propia con base en datos cuantitativos del estudio “El estrés y el rendimiento académico en estudiantes de nivelación de la carrera de psicología”, procesados con SPSS

Figura 2. Me siento satisfecho con la persona que soy actualmente. Sexo



Fuente: elaboración propia con base en datos cuantitativos del estudio “El estrés y el rendimiento académico en estudiantes de nivelación de la carrera de psicología”, procesados con SPSS

El gráfico de barras muestra la relación entre el nivel de satisfacción con la persona que cada participante considera actualmente y su género. En general, se observa que las mujeres reportan niveles más altos de satisfacción personal que los hombres. En la categoría “Siempre”, el número de mujeres es significativamente mayor (12) que el de hombres (6), lo que indica una mayor autoaceptación o bienestar personal en este grupo. Además, en la categoría “Casi siempre” la frecuencia es ligeramente mayor en las mujeres (5) respecto a los hombres (4), manteniéndose esta tendencia. Por otro lado, también hay una diferencia significativa en la categoría “A veces”: 8 mujeres, frente a sólo 2 hombres, admiten que se sienten satisfechas con una persona que sólo está a veces. Esto podría indicar fluctuaciones en la autoestima personal, que son más frecuentes en las mujeres, aunque no alcanzan un bajo nivel de satisfacción. Finalmente, la categoría “Rara vez” aparece sólo para hombres (2), mientras que ninguna mujer eligió esta opción. Esto podría interpretarse en el sentido de que algunos hombres tienen niveles más bajos de satisfacción personal que las mujeres del estudio.

Figura 3. En general, me inclino a pensar que soy un fracasado/a. Sexo

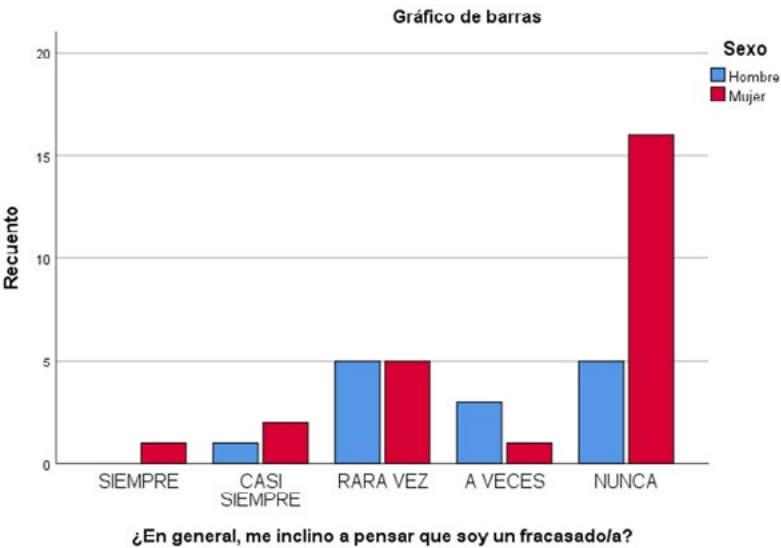
Tabla cruzada ¿En general, me inclino a pensar que soy un fracasado/a?* Sexo

Recuento

		Sexo		Total
		Hombre	Mujer	
¿En general, me inclino a pensar que soy un fracasado/a?	SIEMPRE	0	1	1
	CASI SIEMPRE	1	2	3
	RARA VEZ	5	5	10
	A VECES	3	1	4
	NUNCA	5	16	21
Total		14	25	39

Fuente: elaboración propia con base en datos cuantitativos del estudio “El estrés y el rendimiento académico en estudiantes de nivelación de la carrera de psicología”, procesados con SPSS

Figura 4. En general, me inclino a pensar que soy un fracasado/a. Sexo



Fuente: elaboración propia con base en datos cualitativos del estudio “El estrés y el rendimiento académico en estudiantes de nivelación de la carrera de psicología”, procesados con SPSS

El gráfico de barras muestra la relación entre la tendencia a pensar “soy un fracaso” y el género de los participantes. Los resultados muestran que tanto hombres como mujeres generalmente reportan una baja autoestima negativa, aunque esta tendencia es particularmente baja en el caso de las mujeres. La categoría más frecuente es “Nunca”, donde se puede observar que la mayoría de las mujeres (16) y un número importante de hombres (5) indican que no son proclives a considerarse un fracaso. Esto refleja una autoimagen predominantemente positiva en ambos grupos con una presencia más pronunciada de mujeres. En la categoría “Rara vez”, los valores son similares para hombres y mujeres (5 en cada grupo), lo que sugiere que ciertos niveles de autocritica ocasional son relativamente iguales entre ambos sexos, aunque sin un efecto significativo.

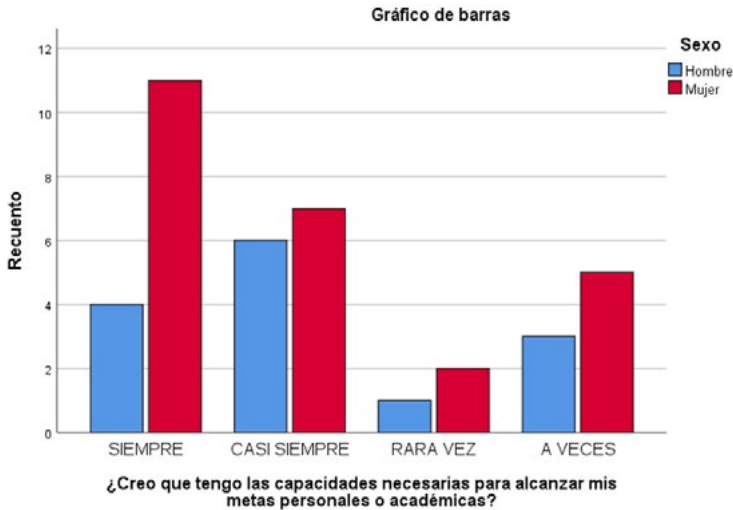
Las categorías “A veces” y “Casi siempre” tienen bajas frecuencias en ambos grupos. Sólo un hombre y dos mujeres tienden a “casi siempre” pensar negativamente sobre sí mismos, y “a veces” la presencia también es reducida (3 hombres y 1 mujer). Esto indica que estos pensamientos negativos no son comunes en la muestra. Por último, la categoría “Siempre” es prácticamente inexistente, registrándose sólo un caso para mujeres y ningún caso para hombres. Esto refuerza la idea de que los pensamientos negativos persistentes sobre el fracaso personal son muy raros.

Figura 5. Creo que tengo las capacidades necesarias para alcanzar mis metas personales o académicas. Sexo

Recuento		Sexo		Total
		Hombre	Mujer	
¿En general, me inclino a pensar que soy un fracasado/a?	SIEMPRE	0	1	1
	CASI SIEMPRE	1	2	3
	RARA VEZ	5	5	10
	A VECES	3	1	4
	NUNCA	5	16	21
Total		14	25	39

Fuente: elaboración propia con base en datos cuantitativos del estudio “El estrés y el rendimiento académico en estudiantes de nivelación de la carrera de psicología”, procesados con SPSS

Figura 6. Creo que tengo las capacidades necesarias para alcanzar mis metas personales o académicas. Sexo



Fuente: elaboración propia con base en datos cualitativos del estudio “El estrés y el rendimiento académico en estudiantes de nivelación de la carrera de psicología”, procesados con SPSS

El gráfico de barras muestra las percepciones de los estudiantes sobre si tienen las habilidades necesarias para alcanzar sus objetivos personales o académicos, diferenciando los resultados por género. En general, los datos muestran que la mayoría de los estudiantes, tanto hombres como mujeres, tienen una percepción positiva de sus capacidades, aunque las mujeres muestran mayores niveles de autoeficacia. En la categoría “Siempre”, se observa que 11 mujeres valoran tener las competencias necesarias en su totalidad, frente a sólo 4 hombres. Esta diferencia refleja la mayor confianza de las mujeres en sus capacidades personales y académicas. En la categoría “Casi siempre”, las frecuencias se mantienen relativamente equilibradas con 7 mujeres y 6 hombres. Esto muestra que un número importante de participantes de ambos sexos admiten sentirse competentes la mayor parte del tiempo, lo que refuerza la tendencia general hacia una alta autoeficacia. Por el contrario, las categorías de percepción más bajas – “A veces” y “Rara vez” – tienen valores más bajos. “A veces” se registraron 5 mujeres y 3 hombres, lo que indica fluctuaciones moderadas en la autoconcepción de las capacidades. En el apartado “Raro”, la presencia es mínima con 2 mujeres y 1 hombre, lo que indica que la percepción de discapacidad es menos común en la muestra.

En general, los resultados muestran que independientemente del género, los estudiantes mantienen una percepción mayoritariamente positiva sobre sus capacidades, aunque esta percepción es más acusada entre las mujeres, quienes concentran los valores más altos en las categorías positivas.

Figura 7. Siento que las opiniones de los demás influyen mucho en la forma en que me percibo. Sexo

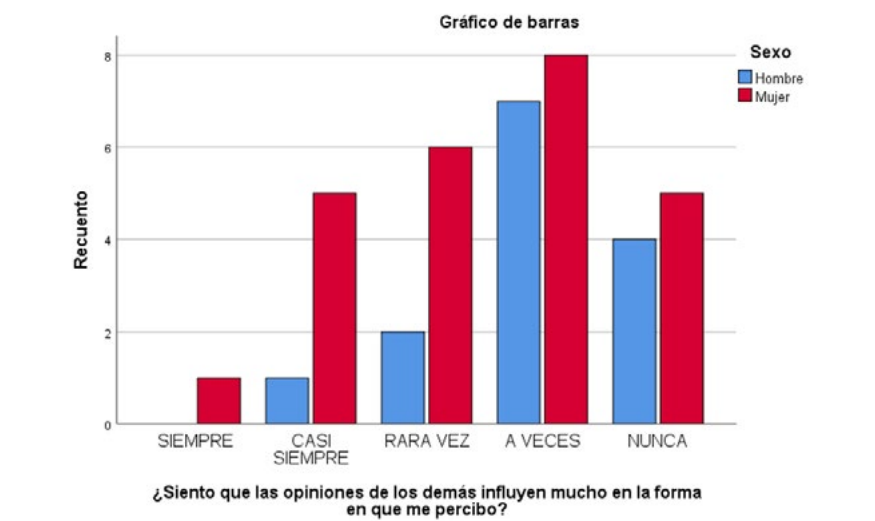
Tabla cruzada ¿Siento que las opiniones de los demás influyen mucho en la forma en que me percibo? *Sexo

Recuento

		Sexo		Total
		Hombre	Mujer	
¿Siento que las opiniones de los demás influyen mucho en la forma en que me percibo?	SIEMPRE	0	1	1
	CASI SIEMPRE	1	5	6
	RARA VEZ	2	6	8
	A VECES	7	8	15
	NUNCA	4	5	9
Total		14	25	39

Fuente: elaboración propia con base en datos cuantitativos del estudio “El estrés y el rendimiento académico en estudiantes de nivelación de la carrera de psicología”, procesados con SPSS

Figura 8. Siento que las opiniones de los demás influyen mucho en la forma en que me percibo. Sexo

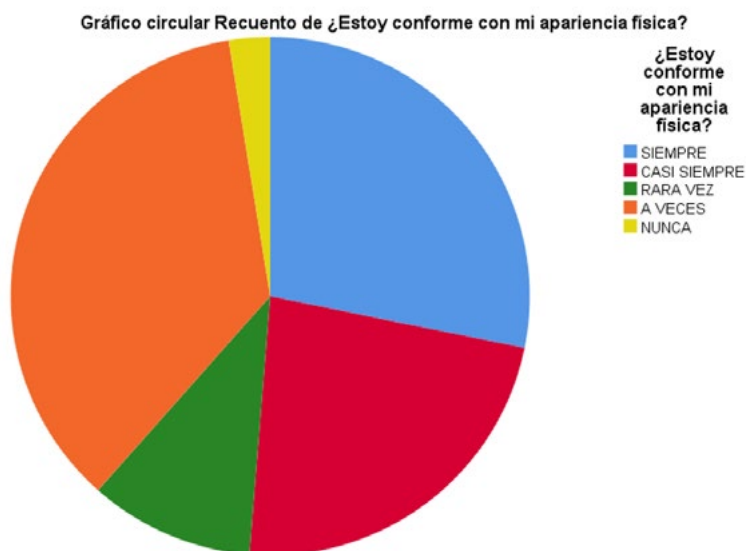


Fuente: elaboración propia con base en datos cualitativos del estudio “El estrés y el rendimiento académico en estudiantes de nivelación de la carrera de psicología”, procesados con SPSS

El gráfico de barras analiza en qué medida los estudiantes creen que las opiniones de los demás influyen en sus percepciones, y los resultados se diferencian por género. Los datos muestran que tanto hombres como mujeres experimentan algún grado de influencia externa, aunque esta tendencia es más pronunciada para las mujeres. La categoría más frecuente es “A veces”, donde se observa una alta presencia para ambos sexos: 7 hombres y 8 mujeres. Esto muestra que para gran parte de los estudiantes la influencia de las opiniones externas no es constante, sino que aparece con intervalos. En la categoría “Rara vez” se puede observar que 6 mujeres y 2 hombres consideran que la opinión de los demás tiene poca influencia en su autopercepción. Esta diferencia sugiere que algunas mujeres tienden a mostrar una sensibilidad moderada a la evaluación externa, aunque no en un nivel alto. En la categoría “Casi siempre” también destacan las mujeres con 5 casos frente a sólo 1 hombre, lo que refuerza la idea de que la influencia social en la autoimagen es más común en el grupo femenino.

Las categorías extremas tienen valores muy bajos. En “Alta influencia” sólo está registrada una mujer y ningún hombre, lo que demuestra que la influencia externa permanente prácticamente no existe. Por otro lado, en “Ninguna influencia” hay 5 mujeres y 4 hombres, lo que demuestra que algunos estudiantes mantienen una autoimagen más independiente y poca dependencia de las opiniones de los demás. En general, los resultados muestran una tendencia general: las mujeres afirman sentirse más influenciadas por las opiniones de los demás, mientras que los hombres se centran más en niveles de influencia bajos a moderados.

Figura 9. Estoy conforme con mi apariencia física.



Fuente: elaboración propia con base en datos cuantitativos del estudio “El estrés y el rendimiento académico en estudiantes de nivelación de la carrera de psicología”, procesados con SPSS

El gráfico circular muestra que la categoría dominante es “A veces”, lo que indica que muchos estudiantes experimentan una satisfacción variable con su apariencia física. Le siguen proporcionalmente las categorías “Siempre” y “Casi siempre”, que en conjunto reflejan que una parte importante de la muestra mantiene una percepción mayoritariamente positiva sobre su imagen corporal. Por otro lado, las categorías “Rara vez” y “Nunca” tienen los porcentajes más bajos, lo que indica que existe una insatisfacción inusualmente frecuente o constante con la apariencia física entre los participantes. En general, los resultados indican una tendencia hacia niveles moderados a altos de aceptación corporal, aunque con algunas diferencias.

Discusión

El objetivo de este estudio fue analizar la relación entre el estrés académico y el rendimiento académico en estudiantes de nivelación de la carrera de Psicología de la UPSE. Los resultados muestran que el estrés percibido se asocia de manera inversa y estadísticamente significativa con el promedio de calificaciones, lo que indica que, a medida que aumentan los niveles de estrés académico, el rendimiento académico tiende a disminuir. Este hallazgo coincide con lo reportado en investigaciones previas realizadas en contextos universitarios latinoamericanos, donde se ha evidenciado que el estrés académico impacta negativamente la concentración, la autorregulación emocional y el desempeño académico (Cedeño & Martínez, 2021; Gómez & Vargas, 2022; Ramírez & Hernández, 2019; Vera & Espinoza, 2023).

Asimismo, los factores estresores identificados —especialmente la dificultad para organizar el tiempo de estudio y el miedo a reprobación— son consistentes con lo descrito por Molina y Herrera (2023), quienes señalan que la sobrecarga de tareas, las demandas evaluativas y la presión por alcanzar promedios altos incrementan la vulnerabilidad emocional del estudiantado. Desde la teoría del estrés y afrontamiento de Lazarus y Folkman (1986), estos resultados pueden interpretarse como el efecto de una evaluación cognitiva de las exigencias académicas que se perciben como superiores a los recursos personales, lo que genera respuestas de tensión que afectan la motivación, la atención y, en consecuencia, el rendimiento académico.

A pesar de estas limitaciones, los hallazgos tienen implicaciones prácticas importantes para la gestión académica y el acompañamiento psicológico en la educación superior. La asociación entre altos niveles de estrés y menor rendimiento académico sugiere la necesidad de implementar programas institucionales de prevención y manejo del estrés que incluyan talleres de organización del tiempo, estrategias

de estudio, promoción de habilidades de afrontamiento y espacios de apoyo socioemocional. Intervenir tempranamente en la etapa de nivelación puede contribuir a favorecer la adaptación al entorno universitario, disminuir el riesgo de deserción y potenciar el éxito académico de los estudiantes.

En síntesis, la presente investigación aporta evidencia empírica sobre el papel del estrés académico como factor de riesgo para el rendimiento en estudiantes de nivelación de Psicología, reafirmando la importancia de abordar la salud mental y el bienestar emocional como componentes centrales de la calidad educativa en la educación superior.

Conclusiones

Existe una relación inversa y estadísticamente significativa entre el estrés académico y el rendimiento académico en los estudiantes de nivelación de la carrera de Psicología de la UPSE. A mayores niveles de estrés percibido, menores son los promedios de calificaciones.

Los principales factores estresores identificados se relacionan con la organización del tiempo de estudio, la carga de tareas y el miedo a reprobado, los cuales afectan negativamente la concentración, la motivación y la autorregulación del aprendizaje.

La mayoría de estudiantes reporta niveles moderados de estrés académico y mantiene una percepción globalmente positiva de sí mismos y de sus capacidades; sin embargo, se observan fluctuaciones en la autoestima y en la percepción de autoeficacia, así como una influencia variable de la opinión de los demás.

El estrés académico se configura como un factor de riesgo para el desempeño académico, por lo que se considera necesario que la institución implemente programas de prevención e intervención

temprana en el curso de nivelación, orientados al desarrollo de habilidades de afrontamiento, estrategias de estudio y gestión del tiempo.

Dado el diseño no experimental y transversal, así como la delimitación a una sola carrera y universidad, se recomienda que futuras investigaciones incluyan muestras de otras carreras y contextos, diseños longitudinales e incluso enfoques mixtos que integren técnicas cualitativas, con el fin de profundizar en los mecanismos mediante los cuales el estrés académico impacta el rendimiento y la adaptación al entorno universitario.

Referencias

- Cedeño, L., & Martínez, P. (2021). Estrés académico en estudiantes universitarios ecuatorianos. *Revista Científica Dominio de las Ciencias*, 7(2), 841–854.
- Creswell, J. W. (2014). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches*. SAGE.
- Gómez, D., & Vargas, M. (2022). Estrés académico y autorregulación emocional en estudiantes universitarios post pandemia. *Revista Latinoamericana de Psicología Educativa*, 14(1), 34–45.
- Guba, E. G., & Lincoln, Y. S. (1994). Competing paradigms in qualitative research. En N. K. Denzin, & Y. S. Lincoln, (eds.). *Handbook of qualitative research* (pp. 105–117). SAGE.
- Hernández-Sampieri, R., Fernández-Collado, C., & Baptista-Lucio, P. (2014). *Metodología de la investigación*. McGraw-Hill.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer.
- Misra, R., & Castillo, L. G. (2004). Academic stress among college students: Comparison of American and international students. *International Journal of Stress Management*, 11(2), 132–148. <https://doi.org/10.1037/1072-5245.11.2.132>
- Molina, F., & Herrera, L. (2023). Factores de estrés académico en estudiantes de Psicología en Latinoamérica. *Psicología y Educación*, 59(3), 78–89.
- Pizarro, A. (1985). *El rendimiento académico y sus factores determinantes*. Editorial Universitaria.
- Ramírez, L., & Hernández, M. (2019). Estrés académico y rendimiento universitario en estudiantes latinoamericanos. *Revista de Psicología Educativa*, 9(2), 24–36.
- Vera, M., & Espinoza, R. (2023). Estrés académico y bienestar emocional en jóvenes ecuatorianos. *Revista Ecuatoriana de Ciencias Sociales*, 5(1), 99–110.

Stress and Academic Performance in Psychology Foundation-Year Students at the Peninsula State University of Santa Elena. Cycle 2025-2

O Estresse e o Desempenho Acadêmico em Estudantes do Nivelamento do Curso de Psicologia da Universidade Estadual Península de Santa Elena. Ciclo 2025-2

Naidelyn Geraldine Beltrán Veliz

Universidad Estatal Península De Santa Elena | Santa Elena | Ecuador

<https://orcid.org/0009-0003-4252-6262>

naidelyn.beltranveliz7799@upse.edu.ec

Estudiante

María Fernanda Tomalá Malavé

Universidad Estatal Península De Santa Elena | Santa Elena | Ecuador

<https://orcid.org/0009-0000-4742-3121>

maria.tomalamalave7866@upse.edu.ec

César Andrés Chanalath Solano

Universidad Estatal Península De Santa Elena | Santa Elena | Ecuador

<https://orcid.org/0009-0008-0740-6704>

chanalathsolano6116@upse.edu.ec

Melanie Anahí Suárez Orrala

Universidad Estatal Península De Santa Elena | Santa Elena | Ecuador

<https://orcid.org/0009-0005-7770-3155>

melanie.suarezorrala8558@upse.edu.ec

Abstract

The objective of this research was to analyze the relationship between academic stress and academic performance in foundation-year students of the Psychology program at the Peninsula State University of Santa Elena (UPSE). A quantitative approach with a descriptive-correlational and cross-sectional design was employed. One hundred students selected through simple random sampling participated. Academic stress was assessed using a perceived stress scale, and academic performance was measured through grade point average; both instruments showed adequate internal consistency ($\alpha=0.927$). Descriptive and correlational analyses revealed moderate levels of academic stress and an inverse, statistically significant correlation between perceived stress and academic performance, such that higher stress was associated with a lower grade point average. Among the most frequent stressors, difficulty organizing study time and fear of failing were identified. It is concluded that academic stress constitutes a risk factor for the academic performance of foundation-year students. Therefore, it is recommended to incorporate early prevention programs that strengthen coping strategies and learning self-regulation. Keywords: academic stress; academic performance; university students; educational psychology.

Resumo

O objetivo desta pesquisa foi analisar a relação entre o estresse acadêmico e o desempenho acadêmico em estudantes do nivelamento do curso de Psicologia da Universidade Estadual Península de Santa Elena (UPSE). Empregou-se uma abordagem quantitativa com um delineamento descritivo-correlacional e transversal. Participaram 100 estudantes selecionados por meio de amostragem aleatória simples. O estresse acadêmico foi avaliado por meio de uma escala

de estresse percebido, e o desempenho acadêmico, pela média de notas; ambos os instrumentos apresentaram adequada consistência interna ($\alpha=0,927$). As análises descritivas e correlacionais evidenciaram níveis moderados de estresse acadêmico e uma correlação inversa e estatisticamente significativa entre o estresse percebido e o desempenho acadêmico, de modo que quanto maior o estresse, menor a média de notas. Entre os fatores estressores mais frequentes, foram identificadas a dificuldade em organizar o tempo de estudo e o medo de reprovar. Conclui-se que o estresse acadêmico constitui um fator de risco para o desempenho acadêmico dos estudantes do nivelamento, recomendando-se a incorporação de programas de prevenção precoce que fortaleçam as estratégias de enfrentamento e a autorregulação da aprendizagem. Palavras-chave: estresse acadêmico; desempenho acadêmico; estudantes universitários; psicologia educacional.

Capítulo 11

Percepciones y experiencias de docentes sobre las estrategias de manejo de estudiantes con trastorno por déficit de atención e hiperactividad (TDAH) en el aula

Jenny Katherine Santos Guillen, Sandy Marlene Segovia Pilay, Angeline Gabriela Quinde del Pezo, Ketty Jazmin Yagual Suárez

Resumen

Este estudio analiza las percepciones y experiencias de los docentes respecto al manejo de estudiantes con trastornos por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH) en el aula, a través de entrevista. Bajo un enfoque cualitativo, se aplicaron entrevistas procesadas mediante ATLAS. Ti. Los resultados muestran que los docentes emplean estrategias como apoyos visuales, actividades lúdicas, rutinas claras y ajustes en el tiempo de trabajo para favorecer la atención, la autorregulación y la participación. También se identifican barreras como el tamaño del curso, la falta de tiempo y la insuficiente formación específica, lo que limita la implementación plena de estas técnicas. La coordinación con las familias, el respaldo del departamento de consejería Escolar (DECE) y el apoyo institucional emergen como elementos clave para asegurar prácticas inclusivas. Se concluye que la atención efectiva al TDAH requiere una combinación de estrategias pedagógicas adaptadas, formación continua y una red de apoyo articulada entre docentes, institución y las familias.

Palabras clave:
TDAH;
estrategias pedagógicas;
inclusión educativa;
formación docente;
autorregulación;
apoyo institucional.

Santos Guillen, J. K., Segovia Pilay, S. M., Quinde del Pezo, A. G., & Yagual Suárez, K. J. (2025). Percepciones y experiencias de docentes sobre las estrategias de manejo de estudiantes con trastorno por déficit de atención e hiperactividad (TDAH) en el aula. En H. M. Castillo Del Valle, J. L. Pozo Chele, & J. L. Alcivar Ponce, (Coords). *Psicología y Educación. Estrategias de aprendizaje y salud mental en contextos académicos*. (pp. 234-251). Religación Press. <http://doi.org/10.46652/religacionpress.373.c781>



Introducción

El Trastorno por déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH) es uno de los trastornos neuropsiquiátricos más comúnmente diagnosticados en niños y adolescentes a nivel mundial, con una prevalencia global estimada cercana al 8%, lo que representa un reto significativo para los sistemas educativos y el desarrollo social (Rivera, 2024). Su impacto en el rendimiento escolar y la dinámica en el aula es considerable, generando un desafío creciente para los docentes debido a síntomas como inatención, hiperactividad e impulsividad, que afectan profundamente tanto el proceso de enseñanza-aprendizaje como el ambiente escolar.

Diversos estudios han demostrado que la falta de una formación adecuada para los docentes, así como la escasez de recursos apropiados en las instituciones educativas, genera importantes dificultades en la práctica pedagógica, dificultando la correcta atención a los estudiantes con TDAH (Jiménez García, 2021; Molinar Monsiváis, 2021). En la literatura especializada, se sugieren varias estrategias pedagógicas efectivas para tratar este trastorno. Estas incluyen la organización clara tanto del espacio como de las actividades, el establecimiento de normas bien definidas, el uso de refuerzos positivos, la aplicación de métodos de modificación conductual, el trabajo conjunto con las familias y la promoción del autocontrol en los estudiantes (Cortés Leiton, 2023; AEPap, 2024; Jiménez García, 2021).

El estudio se enmarca en un estudio cualitativo adecuado para comprender en profundidad las percepciones y experiencias subjetivas de los docentes en su entorno natural, con el objetivo de comprender los significados y perspectivas de los participantes (p. 29). En lo que respecta al nivel de contextualización, la investigación se ubica en el nivel meso, dado que se lleva a cabo en un contexto local, específicamente en la provincia de Santa Elena, Ecuador, en la Unidad Educativa Básica Angélica Villón. Este nivel permite examinar cómo se expresan las percepciones y prácticas de la docente en su

entorno institucional y sociocultural, sin la intención de generalizar los resultados a otros contextos, ya sean nacionales o internacionales.

Para entender mejor el problema, se definen tres categorías teóricas clave: estrategias de manejo conductual, prácticas pedagógicas inclusivas y formación docente especializada. Estas categorías servirán como base para analizar las percepciones y experiencias de los docentes en relación con su labor educativa frente al TDAH, facilitando una interpretación más crítica y fundamentada del fenómeno.

En el desarrollo de este estudio, se busca responder a la siguiente pregunta: ¿Cómo perciben los docentes las estrategias para manejar a los estudiantes con TDAH en el aula y cómo impactan estas estrategias en su desarrollo académico y social?

En el objetivo general de este estudio es examinar la aplicación de las estrategias de manejo para alumnos con TDAH por parte de los educadores, con el objetivo de favorecer la mejora de las prácticas pedagógicas inclusivas y ajustadas a las necesidades particulares de estos estudiantes.

El estudio considerará a un docente de la Escuela de Educación Básica “Lic. Angélica Villón Lindao” de la provincia de Santa Elena - Cantón Santa Elena, en formación y experiencias a estudiantes con TDAH.

Metodología

En el enfoque cualitativo, el estudio se enmarca en el enfoque cualitativo, adecuado para comprender a profundidad las percepciones y experiencias subjetivas de los docentes en su entorno natural. Como señala Quintana Peña (2006), “El enfoque cualitativo se orienta a estudiar los fenómenos en su contexto natural, buscando comprender los significados y perspectivas de los participantes” (p. 29).

En cuanto al paradigma de investigación, se elige el enfoque interpretativo, que se centra en comprender de qué manera los docentes construyen su realidad a partir de sus propias experiencias y significados. Según Bernal (2010), “El paradigma interpretativo se enfoca en entender la realidad a partir de los significados que los actores sociales asignan a sus experiencias” (p. 45).

En cuanto al diseño de la investigación, se utiliza una combinación de enfoques. Por un lado, se aplica el diseño narrativo, que facilita la recolección de relatos personales y experiencias de los docentes. Por otro lado, se incorpora el estudio de caso, lo que permite un análisis profundo del fenómeno dentro de un contexto educativo específico.

Según Quintana Peña (2006), “El diseño narrativo permite explorar y analizar relatos personales para comprender los significados en la experiencia de los sujetos” (p. 58), mientras que Hernández Sampieri et al. (2018), describen el estudio de caso como un análisis integral de un fenómeno en contexto (p. 110).

Se emplea el método inductivo para analizar los datos, construyendo significados a partir de las experiencias particulares narradas por los docentes mencionan que “El método inductivo en la investigación cualitativa consiste en partir de datos específicos para llegar a generalizaciones que emerjan del análisis” (p. 26).

La técnica principal será la entrevista semiestructurada, que facilita la exploración flexible de las percepciones y experiencias del docente a través de preguntas abiertas, permitiendo profundizar en las respuestas. Según Quintana Peña (2006), “La entrevista semiestructurada es una técnica que permite recoger información cualitativa a través de preguntas abiertas, facilitando la expresión de significados y experiencias” (p. 74).

Como instrumento, se diseñará una guía de entrevista semiestructurada validada para asegurar su pertinencia, claridad y eficacia. El registro se hará mediante grabaciones para garantizar la fidelidad del dato. Bernal (2010) indica que “Una guía de entrevista

debe validarse previamente para asegurar la pertinencia y claridad de los ítems, lo cual garantiza la calidad del instrumento” (p. 77).

Respecto a la población y muestra, la población incluye al docente que atiende estudiantes con TDAH. Se aplicará un muestreo intencional para seleccionar la experiencia variada y relevante que enriquecen la comprensión del fenómeno, tal como lo detalla Hernández Sampieri et al. (2018): “El muestreo cualitativo es intencional y busca seleccionar casos ricos en información. para profundizar en el análisis del fenómeno estudiado” (p. 95).

Tabla 1. Cuestionario de Entrevistas

	PREGUNTAS	SONDAS
PP1	¿Podría contarme su experiencia atendiendo a estudiantes con diagnósticos de TDAH o con indicios compatibles en el aula?	¿Cómo suele coordinarse con DECE, psicología o con las familias en estos casos?
PP2	¿Qué estrategias pedagógicas concretas implementa para favorecer la atención, autorregulación y participación de estudiantes con TDAH?	¿Cómo entrega instrucciones claras (por ejemplo, breves y paso a paso) y utiliza apoyos visuales?
PP3	¿De qué manera ha impactado su formación inicial y continua (cursos, talleres, autoformación) en su enfoque para atender a estudiantes con TDAH?	¿Qué cambios concretos introdujo en su práctica después de recibir alguna capacitación específica? ¿Qué plan personal o institucional considera viable para seguir fortaleciendo su preparación?
PP4	¿Cuáles son las principales barreras o dificultades encuentra al implementar estas estrategias y cómo las afronta?	¿Cómo impactan estas barreras en el clima del aula y en el aprendizaje del grupo?
PP5	¿Cuáles son los recursos y colaboraciones que considera fundamental para mejorar la atención a los estudiantes con TDAH?	¿Qué actores (familias, DECE, directivos, especialistas externos) deberían participar de qué manera?

Fuente: elaboración propia

El instrumento (cuestionario de entrevista) fue validado mediante juicio de expertos, de acuerdo con los criterios propuestos por Ventura y Arancibia (2017). La validación fue realizada por dos profesionales expertos en el área de Psicología Educativa y Metodología de la Investigación, cuyos nombres se detallan a continuación:

Experto/a: Lic. Johanna Lilibeth Alcívar Ponce, Mgtr.

Correo: jalcivarp@upse.edu.ec

Experto/a: Lic. Harol Marcial Castillo del Valle, MSc.

Correo: hcastillo@upse.edu.ec

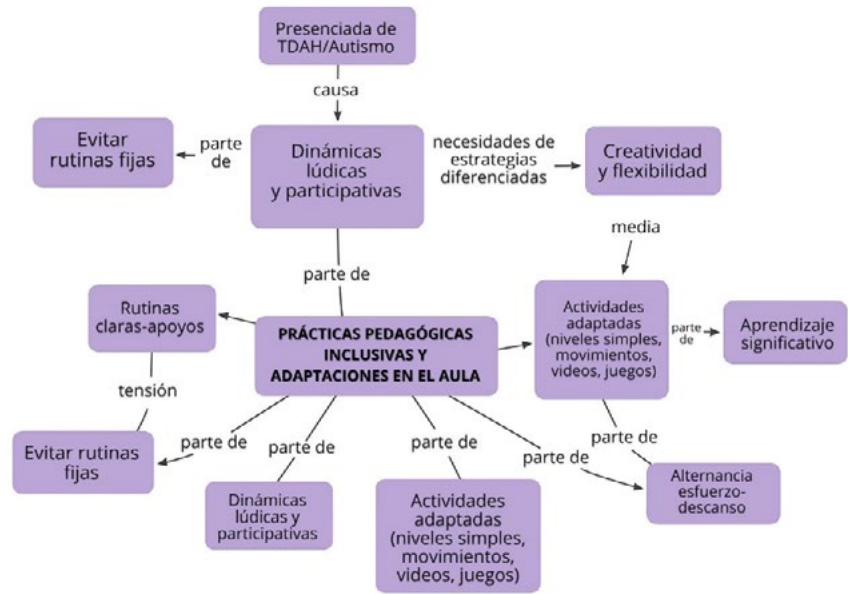
La validación, al basarse en el juicio de expertos, garantiza la pertinencia, claridad y efectividad de las preguntas y sondas incluidas en el cuestionario, asegurando que estos sean adecuados para explorar las percepciones y experiencias de los docentes sobre las estrategias de manejo de estudiantes con Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH) en el aula.

Resultados

A partir de las entrevistas dirigidas al docente, se realizó la interpretación y análisis de la información mediante el programa ATLAS.ti23, generando redes semánticas que sustentan los hallazgos del estudio. Ese proceso permitió organizar y codificar los datos, identificando como categorías centrales, las prácticas pedagógicas inclusivas y adaptaciones del aula, la coordinación escuela-familia-DECE, la formación docente, las barreras y afrontamientos socioemocionales, y los apoyos y recursos necesarios. Los docentes implementan estrategias que combinan flexibilidad y estímulos multi sensoriales para favorecer la atención y autorregulación de estudiantes con TDAH, mientras que la colaboración con familias y el deseo es clave para un acompañamiento integral. La formación continua aparece como Pilar fundamental para la adaptación pedagógica,

aunque limitada por factores como la falta de tiempo y tamaños de grupo. Así mismo, el manejo emocional y la comunicación empática facilitan un clima armonioso en el aula. Finalmente, el ecosistema de apoyos institucionales y sociales fortalece la efectividad de las prácticas inclusivas, garantizando una educación adaptada y comprensiva para estudiantes con TDAH.

Figura 1. Red Semántica: prácticas pedagógicas inclusivas y adaptaciones de aula.



Fuente: elaboración propia con base en datos cualitativos del estudio “Percepciones y experiencias de docentes sobre las estrategias de manejo de estudiantes con trastorno por déficit de atención e hiperactividad (TDAH) en el aula”, procesados mediante ATLAS.ti (2025).

La red semántica de Prácticas pedagógicas inclusivas y adaptaciones de aula revela que la labor docente con estudiantes que tienen TDAH se fundamenta en la diferenciación pedagógica y la flexibilidad metacognitiva. Se emplean estrategias como dinámicas lúdicas, actividades que implican movimiento y apoyos visuales para ajustar la enseñanza al ritmo de atención del alumno, lo que facilita su

autorregulación y reduce la sobrecarga cognitiva. Desde la perspectiva de la Psicología Educativa, estas prácticas se alinean con el principio de Vygotsky, que aboga por adaptar el entorno de aprendizaje para promover la participación. Además, la creatividad del docente y un tono afectuoso y motivador son esenciales para mantener la atención y fortalecer el vínculo pedagógico. La combinación de rutinas claras y flexibles, junto con ajustes visuales y de ritmo, logra un equilibrio entre la necesidad de estructura y la autonomía, evidenciando que la inclusión es un compromiso ético y empático para alcanzar aprendizajes significativos.

Figura 2. Red Semántica: coordinación Escuela–Familia–Dece.



Fuente: elaboración propia con base en datos cualitativos del estudio “Percepciones y experiencias de docentes sobre las estrategias de manejo de estudiantes con trastorno por déficit de atención e interactividad (TDAH) en el aula”, procesados mediante ATLAS.ti (2025).

La Red 2: Coordinación escuela–familia–DECE se sostiene en la idea de que el avance de los estudiantes con TDAH proviene de una mediación sistémica, donde tanto la escuela como el hogar tienen metas en común y el DECE se encarga de alinear las expectativas.

Cuando surgen dificultades en el aula, se activa la coordinación con el DECE, que proporciona apoyo socioemocional y pautas de intervención. Al mismo tiempo, una buena comunicación entre la escuela y la familia ayuda a evitar frustraciones y a fortalecer las rutinas en casa, creando un ciclo de retroalimentación que mejora la atención y el comportamiento en el aula.

Esta mediación es informativa, normativa y emocional, integrando diferentes criterios para reducir la desorganización del estudiante. Se logra mediante ajustes como el uso de apoyos visuales y periodos de descanso, que facilitan la atención. Desde un enfoque psicoeducativo, la coordinación entre los diferentes actores es la clave para que las practicas inclusivas sean realmente efectivas. Sin la participación de la familia y el apoyo constante del DECE, las adaptaciones pierden fuerza. Cuando los directivos proporcionan los recursos necesarios y el DECE acompaña en el proceso, la implementación de estas estrategias se vuelve más sólida, lo que contribuye a una mejor autorregulación, un clima positivo en el aula y un impacto positivo en los aprendizajes. Así, la coordinación se convierte en el mecanismo clave para transformar intervenciones aisladas en apoyos coherentes para el TDAH.

Figura 3. Red Semántica: formación docente (inicial, continua y aplicada)

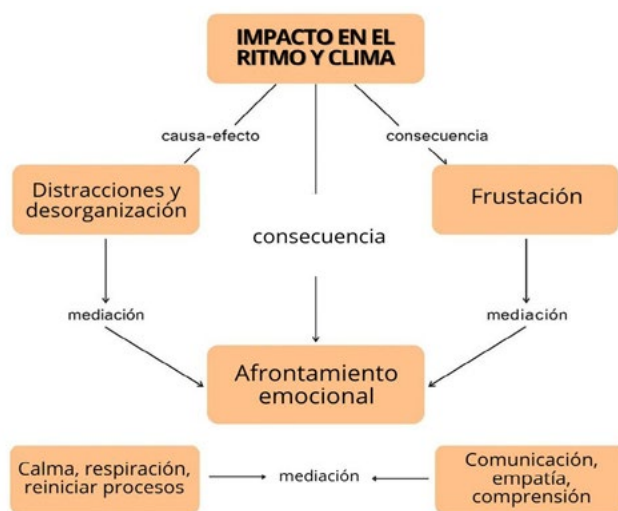


Fuente: elaboración propia con base en datos cualitativos del estudio “Percepciones y experiencias de docentes sobre las estrategias de manejo de estudiantes con trastorno por déficit de atención e hiperactividad (TDAH) en el aula”, procesados mediante ATLAS.ti (2025).

La Red 3: Formación docente (inicial, continua y aplicada) muestra que mejorar la atención a estudiantes con TDAH implica que la formación debe ser un proceso continuo y no un evento aislado. En este enfoque, los cursos y la autoformación proporcionan el soporte conceptual necesario, mientras que los directivos crean las condiciones adecuadas y el DECE ajusta las estrategias a la realidad del aula. Esto genera cambios notables, como la adaptación de las clases y un manejo más favorable del comportamiento, lo que ayuda a reducir la carga cognitiva y facilita la implementación de prácticas inclusivas de manera más efectiva. Sin embargo, la falta de tiempo y el tamaño de los grupos pueden dificultar la transferencia del aprendizaje. Por esta razón, se propone una mediación dual: capacitaciones conjuntas con la familia y el apoyo del DECE, para poder tomar micro decisiones didácticas que mejoren el proceso de enseñanza-aprendizaje. De esta

manera, con el apoyo institucional, se establece un ciclo virtuoso que fortalece competencias, autorregulación, clima de aula y motivación docente, demostrando que una formación eficaz debe ser continua, aplicada y mediada para superar barreras y lograr aprendizajes significativos.

Figura 4. Red Semántica: barreras y afrontamiento socioemocional.



Fuente: elaboración propia con base en datos cualitativos del estudio “Percepciones y experiencias de docentes sobre las estrategias de manejo de estudiantes con trastorno por déficit de atención e hiperactividad (TDAH) en el aula”, procesados mediante ATLAS.ti (2025).

La Red 4: Barreras y afrontamiento socioemocional muestra que, en estudiantes con TDAH, la desorganización y las distracciones aumentan la carga cognitiva y afectan las funciones ejecutivas. Esto, a su vez, impacta el clima del grupo y eleva la frustración, creando un ciclo de reactividad que dificulta la atención y la participación. Para abordar esto, el docente puede utilizar estrategias de afrontamiento socioemocional, como la calma deliberada, la respiración guiada y la comunicación empática. Estas prácticas ayudan a regular la activación del grupo, disminuyen la percepción de amenaza y restauran normas con sentido, lo que mejora la previsibilidad del aula

y la disposición para aprender. Así, el clima del aula depende en gran medida de la gestión emocional del docente, quien tiene la capacidad de transformar las barreras en oportunidades para enseñar sobre regulación emocional y convivencia.

Figura 5. Red Semántica: apoyos y recursos necesarios.



Fuente: elaboración propia con base en datos cualitativos del estudio “Percepciones y experiencias de docentes sobre las estrategias de manejo de estudiantes con trastorno por déficit de atención e hiperactividad (TDAH) en el aula”, procesados mediante ATLAS.ti (2025).

La Red 5: Apoyos y recursos necesarios, se destaca que, para lograr una inclusión efectiva de los estudiantes con TDAH, es fundamental contar con un entorno de apoyo. En este entorno, la familia, el DECE, los directivos y los especialistas externos trabajan de manera unida, brindando recursos que abarcan aspectos materiales, cognitivos y emocionales. Esta colaboración actúa como una conexión, alineando expectativas y coordinando intervenciones que aseguran la continuidad entre el aula y el hogar, lo que crea un ambiente más predecible y menos estresante para el estudiante. Desde la perspectiva de la Psicología Educativa, estos apoyos no solo fortalecen la fidelidad en la implementación de las prácticas educativas, sino que además reducen la carga cognitiva y ejecutiva del estudiante, favoreciendo así un aprendizaje más eficaz. La dirección

institucional proporciona los recursos y la formación necesarios, los especialistas aplican estrategias sustentadas en la evidencia científica, y la capacitación continua promueve un ciclo permanente en el desarrollo profesional del docente. En conjunto, estos elementos contribuyen al fortalecimiento de los resultados de aprendizaje y al desarrollo de un clima de aula más equilibrado y favorable para el desarrollo integral del estudiante. En resumen, los apoyos no son simples complementos, sino elementos estructurales que sostienen prácticas inclusivas y transforman esfuerzos aislados en trayectorias de progreso.

Discusión

Los resultados obtenidos relevan que atender a estudiantes con Trastornos por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH) exige una labor docente dinámica, flexible y empática, donde la planificación pedagógica debe adaptarse constantemente a las necesidades particulares de cada alumno. En concordancia con lo señalado por Rivera (2024) y Jiménez García (2021), los docentes reconocen que el TDAH constituye un reto significativo en el aula, ya que requiere equilibrar la atención individualizada con la gestión grupal. En este sentido, estrategias como el uso de apoyos visuales, actividades lúdicas y tiempo de trabajo flexibles favorecen la autorregulación, disminuye la frustración y facilitan la permanencia atencional. Estas prácticas coinciden con las recomendaciones de la Asociación Española de pediatría de atención primaria (AEPap, 2024), destaca la fortaleza de utilizar métodos de enseñanza activos y reforzadores positivos para potenciar la motivación y el autocontrol. Además, la creación de un ambiente afectivo y seguro es un elemento transversal, pues, como plantea Cortés Leitón (2023), el clima emocional del aula actúa como mediador del aprendizaje, generando condiciones propicias para el vínculo pedagógico y la estabilidad socioemocional del estudiante.

Asimismo, los hallazgos confirman que la inclusión educativa de alumnos con TDAH no puede concebirse como una tarea aislada del docente, sino como un proceso colaborativo y multidimensional. En línea con lo planeado por Molinar Monsiváis (2021) y Rodríguez y Morales (2019), la coordinación entre escuela, familia y profesionales de apoyo es determinante para sostener la continuidad de las estrategias pedagógicas y evitar rupturas en la atención. Cuando existe comunicación abierta entre estos actores, el aprendizaje del estudiante se refuerza dentro y fuera del aula, generando una red de acompañamiento que fortalece tanto su rendimiento académico como su bienestar emocional. Del mismo modo, y la gestión socioemocional del propio docente emerge como un componente clave, ya que, según Vinuesa y Arancibia (2024), el autocontrol y la empatía del maestro influyen directamente en la regulación conductual del grupo. En conjunto, estos resultados evidencian que una inclusión efectiva requiere más que ajustes metodológicos: implica un compromiso institucional sosteniendo que integre apoyos emocionales, materiales y formativos, promoviendo un entorno digno, comprensivo y equitativo para el desarrollo integral de los estudiantes con TDAH.

En síntesis, los docentes perciben que las estrategias de manejo del TDAH son efectivas cuando combinan ajustes pedagógicos, gestión emocional y coordinación institucional, elementos que inciden en el desempeño académico como el bienestar social de los estudiantes

Conclusiones

Este estudio permite concluir que, la atención efectiva a los estudiantes con TDAH en el aula requiere la combinación articulada de estrategias pedagógicas, coordinar esfuerzos entre las instituciones, ofrecer formación continua a los docentes, gestionar los aspectos socioemocionales y brindar un apoyo integral. Los maestros utilizan actividades dinámicas, recursos visuales y flexibilidad en su

enseñanza para facilitar la concentración y autorregulación de los estudiantes, mientras crean un ambiente acogedor que fortalece la relación pedagógica.

Además, los hallazgos muestran que la comunicación constante y la colaboración entre la institución educativa, la familia y el DECE son fundamentales para asegurar estabilidad y coherencia en las intervenciones. La gestión emocional del docente también juega un papel clave para mantener un buen clima en el aula y fomentar la participación.

De igual manera, la gestión emocional del docente emerge como un factor decisivo. La capacidad del maestro para mantener la calma, aplicar comunicación empática y regular las emociones del grupo contribuye a sostener un clima de aula favorable, disminuye la frustración y fomenta la participación activa de los estudiantes con TDAH. Esto evidencia que la inclusión no solo depende de técnicas pedagógicas, sino también de la disposición afectiva y relacional del docente.

Finalmente, los resultados confirman que el éxito de la inclusión educativa de estudiantes con TDAH depende de un sistema de apoyo integral que combine recursos materiales, emocionales y formativos. La formación continua de docentes, el respaldo institucional y la participación conjunta de docentes, directivos, especialistas y familias permiten aliviar la sobrecarga del estudiante y promover aprendizajes significativos. Aspectos que resaltan la necesidad de un compromiso ético, coordinado y flexible que favorezca el desarrollo integral y una inclusión real, justa y sostenida para los estudiantes con TDAH.

Referencias

- Asociación Española de Pediatría de Atención Primaria. (2024). *TDAH - Estrategias recomendadas*.
- Bernal, C. A. (2010). *Metodología de la investigación: Administración, economía, humanidades y ciencias sociales*. Pearson Educación.
- Denzin, N. K., & Lincoln, Y. S. (1994). *Metodología de la investigación cualitativa: una perspectiva interpretativa*. Benessère, Centro de Intervención para el Bienestar Físico y Mental A.C.
- García, J. (2021). *60 recomendaciones para intervenir el TDAH en el aula*. Fundación CADAH.
- Hernández-Sampieri, R., & Fernández-Collado, C. (2018). *Metodología de la investigación*. McGraw-Hill.
- Millán, M. J. (2023). *Relación entre el trastorno por déficit de atención con hiperactividad (TDAH) y el rendimiento académico en estudiantes de educación básica* [Trabajo de Fin de Grado, Universidad Internacional de La Rioja].
- Mora, M. R. (2021, 31 de enero). Estrategias de intervención educativa para estudiantes con TDAH. *Revista Cubana de Educación Superior*, 40(1), 358-374.
- Morales, R. (2023). *Inclusión educativa y TDAH: Un análisis desde la perspectiva docente en Ecuador* [Tesis de maestría, Universidad Tecnológica Indoamérica].
- Quintana Peña, A. (2006). *Psicología: Tópicos de actualidad*. Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Facultad de Psicología.
- Rodríguez, A., & López, C. (2019, 19 de diciembre). Abordajes psicoeducativos en el TDAH: Una revisión sistemática. *Revista de Psicología*, 17(2), 45-60.
- Sánchez, M., & Torres, L. (2020). Evaluación e intervención en TDAH: Perspectivas actuales. *Revista Iberoamericana de Psicología*, 12(3), 112-125.
- Ventura, J. L., & Arancibia, M. (2017). La importancia de reportar la validez y confiabilidad en los instrumentos de medición. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 49(3), 123-131. <https://doi.org/10.1016/j.rlp.2017.05.001>
- Vinueza, M., & Castillo, P. (2024, 30 de abril). Prevalencia y factores asociados al TDAH en escolares ecuatorianos. *Revista Científica y Tecnológica UPSE*, 11(1), 199-210. ç

Teachers' Perceptions and Experiences Regarding Management Strategies for Students with Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) in the Classroom

Percepções e Experiências de Docentes sobre as Estratégias de Manejo de Estudantes com Transtorno do Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH) em Sala de Aula

Jenny Katherine Santos Guillen

Universidad Estatal Península De Santa Elena | Santa Elena | Ecuador

<https://orcid.org/0000-0003-3916-5454>

jenny.santosguillen9907@upse.edu.ec

Estudiante

Sandy Marlene Segovia Pilay

Universidad Estatal Península De Santa Elena | Santa Elena | Ecuador

<https://orcid.org/0009-0008-6340-6573>

sandy.segoviapilay2952@upse.edu.ec

Estudiante

Angeline Gabriela Quinde del Pezo

Universidad Estatal Península De Santa Elena | Santa Elena | Ecuador

<https://orcid.org/0009-0001-9537-6486>

angeline.quindedelpezo0249@upse.edu.ec

Estudiante

Ketty Jazmin Yagual Suárez

Universidad Estatal Península De Santa Elena | Santa Elena | Ecuador

<https://orcid.org/0009-0000-1859-9419>

ketty.yagualsuarez3903@upse.edu.ec

Estudiante

Abstract

This study analyzes teachers' perceptions and experiences regarding the management of students with Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) in the classroom, using a qualitative interview-based approach. Under a qualitative framework, interviews were conducted and processed using ATLAS.ti software. The results show that teachers employ strategies such as visual supports, playful activities, clear routines, and adjustments to task duration to foster attention, self-regulation, and participation. Commonly used practices include breaking tasks into manageable steps and using positive reinforcement systems. The study also identifies barriers such as large class sizes, lack of time, and insufficient specific training, which limit the full implementation of these techniques. Coordination with families, support from the School Counseling Department (DECE), and institutional backing emerge as key elements for ensuring inclusive practices. The study concludes that effective support for students with ADHD requires a combination of adapted pedagogical strategies, continuous professional development, and a coordinated support network among teachers, the institution, and families. Keywords: ADHD; pedagogical strategies; educational inclusion; teacher training; self-regulation; institutional support.

Resumo

Este estudo analisa as percepções e experiências dos docentes no manejo de estudantes com Transtorno do Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH) em sala de aula, por meio de entrevistas. Em uma abordagem qualitativa, foram aplicadas

entrevistas processadas com o software ATLAS.ti. Os resultados mostram que os docentes empregam estratégias como suportes visuais, atividades lúdicas, rotinas claras e ajustes no tempo de trabalho para favorecer a atenção, a autorregulação e a participação. Práticas frequentemente utilizadas incluem a divisão de tarefas em etapas menores e o uso de sistemas de reforço positivo. Também foram identificadas barreiras como o tamanho da turma, a falta de tempo e a formação específica insuficiente, o que limita a implementação plena dessas técnicas. A coordenação com as famílias, o respaldo do Departamento de Orientação Educacional (DECE) e o apoio institucional emergem como elementos-chave para assegurar práticas inclusivas. Conclui-se que a atenção efetiva ao TDAH requer uma combinação de estratégias pedagógicas adaptadas, formação docente continuada e uma rede de apoio articulada entre docentes, instituição e famílias. Palavras-chave: TDAH; estratégias pedagógicas; inclusão educacional; formação docente; autorregulação; apoio institucional.

Capítulo 12

Experiencias de las familias del cantón Santa Elena frente al trastorno de estrés postraumático posterior a la pandemia de COVID-19

Katty Amanda Gonzabay Cabrera, Kasandra Romina Romero Velez, Diana Carolina Carreño Celi, Mitchell Alexander Valles Castillo

Resumen

El estudio tuvo como propósito comprender cómo las familias del cantón Santa Elena vivieron e interpretaron las secuelas del trastorno de estrés postraumático (TEPT) tras la pandemia de COVID-19. Se desarrolló una investigación cualitativa con diseño fenomenológico, mediante entrevistas semiestructuradas a cinco familias seleccionadas de forma intencional. Los relatos fueron codificados y analizados con ATLAS.ti 23. Antes de la pandemia, estas familias mantenían sus rutinas claras, pero con la llegada de este virus, esa vida tranquila comenzó a ser afectada, por el miedo a que se contagien, eso los llevó a las familias a que se aislen, a dejar sus trabajos lo cual más adelante comenzaron a tener problemas económicos, entonces, comenzaron a tener estos cambios bruscos en su vida. Esto llevó que las familias comiencen a desarrollar diferentes formas para afrontar esta situación compleja por la que estaban pasando, por ejemplo una de estas sería, comunicación más abierta, apoyo mutuo, reorganizar las actividades de cada uno y también el autocuidado para evitar contagiarse. Estos resultados nos muestra que es necesario e importante implementar servicios de salud mental comunitarios, que se enfoquen en las familias como un espacio importante para su protección e ir mejorando su estado emocional.

Palabras clave:
Estrés
postraumático;
familias;
pandemia;
afrontamiento;
Santa Elena.

Gonzabay Cabrera, K. A., Romero Velez, K. R., Carreño Celi, D. C., & Valles Castillo, M. A. (2025). PExperiencias de las familias del cantón Santa Elena frente al trastorno de estrés postraumático posterior a la pandemia de COVID-19. En H. M. Castillo Del Valle, J. L. Pozo Chele, & J. L. Alcivar Ponce, (Coords). *Psicología y Educación. Estrategias de aprendizaje y salud mental en contextos académicos*. (pp. 253-274). Religación Press. <http://doi.org/10.46652/religacionpress.373.c782>



Introducción

La pandemia por COVID-19, declarada emergencia sanitaria mundial en 2020 generó repercusiones profundas en la esfera psicológica y social. Diversas investigaciones internacionales han demostrado que los síntomas de trastorno de estrés postraumático (TEPT) tras la crisis sanitaria; un meta-análisis reportó *“la prevalencia combinada de síntomas de estrés postraumático fue del 28,34 % en personas afectadas por la crisis sanitaria”* (Qiu et al., 2021, p. 5). Lo que confirma el peso de este fenómeno a nivel global. Asimismo, Shang et al. (2024), identificaron que el 23,5 % de los pacientes recuperados de COVID-19 presentaron síntomas compatibles con TEPT en los tres meses posteriores a la infección.

Los grupos vulnerables fueron los más afectados: la prevalencia global de TEPT oscila alrededor del 30 %, siendo mayor en mujeres, personas con bajo soporte social y que vivieron confinamientos estrictos (Bajoulvand et al., 2022, p. 2). Además, profesionales de la salud mostraron sobrecarga emocional; un estudio en Perú con médicos-docentes identificó secuelas vinculadas al síndrome de burnout, aunque el uso de técnicas de afrontamiento (mindfulness, relajación, religión y estrategias cognitivo-conductuales) favoreció la recuperación (Elisa et al., 2023).

En Ecuador, la provincia de Santa Elena constituye un ejemplo representativo de estas repercusiones. Según Cevallos (2023), la evolución epidemiológica de COVID-19 en esta zona estuvo marcada por “altas tasas de incidencia, mortalidad, ocupación hospitalaria y dificultades en el cumplimiento de medidas de control sanitario” (p. 4), factores que incrementaron la vulnerabilidad de la población local y junto a limitaciones en el acceso a servicios de salud mental, probablemente intensificaron la aparición de síntomas relacionados con el TEPT en el cantón.

Según la *American Psychiatric Association* (2022), el TEPT se caracteriza por intrusión de recuerdos, evitación, alteraciones

cognitivas y afectivas, y reactividad aumentada frente a estímulos asociados al trauma. Aunque el Ministerio de Salud Pública implementó lineamientos para que las personas se puedan hacer atender(2020, 2022, 2023), existieron barreras estructurales, económicas y culturales que modulan la accesibilidad a servicios de salud mental (Organización Mundial de la Salud, 2020. 2022. 2023; Instituto Nacional de Estadística y Censos, 2024). Estas alteraciones en las rutinas escolares y laborales afectaron demasiado a la unión de cada familia y obviamente los recursos económicos de muchos hogares.

Dentro del entorno familiar, el TEPT aumenta lo que es el estrés, la tensión emocional, cosa que esta situación puede llevar a estas familias a las discusiones e incluso a llegar el distanciamiento hacia los padres. Incluso los adultos pueden sentirse preocupados, cansados, hasta tristes, por la situación de su propia carga emocional o por los problemas que tienen los hijos (Conger et al., 1994; Fernández-Canani et al., 2022).

En el campo de la psicología, el TEPT se concibe como un trastorno relacionado con el trauma que emerge tras la exposición a acontecimientos altamente estresantes, como enfermedades graves, duelos o emergencias sanitarias. El TEPT afectó mucho en las familias, porque este los obligaba a seguir nuevas rutinas lo cuales tienen que ver con la comunicación, protocolos de cuidado y también las diferentes formas de apoyo mutuo dentro de cada familia (APA, 2022; OMS, 2022). Desde la perspectiva ecológica, las vivencias traumáticas que han venido teniendo estas familias se entiende que el resultado de la interacción entre las características personales y en sus contextos cercanos como pueden ser la familia, escuela y comunidad de cada una de estas personas e incluso en sistemas más abiertos, entre ellos la economía (Bronfenbrenner, 1994).

Otra idea importante de este estudio es el afrontamiento, ya que en la psicología de la salud se entiende como las acciones y pensamientos que una persona utiliza para manejar situaciones que

percibe como difíciles o abrumadoras (Lazarus & Folkman, 1984). Las familias pueden recurrir a nuevas estrategias de afrontamiento problemático como pueden ser la búsqueda de información, reorganización de roles y apoyo social o también pueden centrarse en el emocional en donde tienen que estos puntos que son la regulación afectiva, revaloración cognitiva entre otros, con diferentes efectos que estén relacionados con el bienestar psicológico (Carver, 1997; OMS, 2022). Esto nos permitirá poder identificar qué estrategias son las adecuadas para orientar la intervención psicosocial en las familias que han atravesado situaciones traumáticas.

La familia funciona como un grupo en el que todos dependen entre sí, por lo que cualquier cambio de cualquiera de uno de los miembros del hogar, puede llegar a afectar al resto, como por ejemplo dentro del modelo del estrés familiar pueden ser: los problemas económicos o cosas inesperadas, esto puede llevar a que la familia tenga un ambiente tenso, esto generaría los conflictos y poco a poco va deteriorando el bienestar entre padres e hijos (Conger et al., 1994).

En el contexto de la pandemia por COVID-19, la combinación de pérdidas, incertidumbre económica y restricciones sanitarias ha intensificado estos procesos, aumentando el riesgo de disfunción familiar y de síntomas de TEPT (Fernández-Canani et al., 2022; Bajoulvand et al., 2022).

A partir de tener estas consideraciones, hemos planteado la siguiente pregunta de investigación: ¿Cuál ha sido el impacto de la pandemia de COVID-19 en la aparición de síntomas de TEPT en familias del cantón Santa Elena y qué estrategias de afrontamiento han utilizado para enfrentar estas secuelas?

En coherencia con el enfoque cualitativo, el estudio se propuso como objetivo general comprender las experiencias familiares relacionadas con la aparición de síntomas de TEPT y las estrategias de afrontamiento utilizadas por las familias del cantón Santa Elena tras la pandemia de COVID-19. De este se derivan dos objetivos

específicos: (a) describir los significados y manifestaciones de los síntomas de TEPT en las narrativas de las familias y (b) identificar y analizar las estrategias de afrontamiento familiares empleadas para enfrentar dichas secuelas.

El cantón Santa Elena, perteneciente a la provincia del mismo nombre, cuenta con una población aproximada de 54 565 habitantes, según el Instituto Nacional de Estadística y Censos (INEC, 2022). La elección de este contexto se justifica por la alta carga epidemiológica reportada durante la pandemia, las limitaciones en el acceso a servicios especializados de salud mental y la necesidad de generar evidencia situada que oriente intervenciones psicoeducativas y comunitarias dirigidas a familias en situación de vulnerabilidad (Cevallos, 2023; MSP, 2022). Desde la teoría ecológica de Bronfenbrenner (1994), este contexto local permite observar cómo los sistemas familiares y comunitarios se reconfiguran frente a experiencias traumáticas colectivas.

Diversos estudios recientes (Elisa et al., 2023; Bajoulvand et al., 2022; Cevallos, 2023; Fernández-Canani et al., 2022), han demostrado que las repercusiones psicológicas del COVID-19 trascienden el ámbito individual y afectan la estructura familiar y social. En Ecuador, las investigaciones sobre el TEPT en familias aún son limitadas, por lo que este estudio busca aportar evidencia contextualizada al cantón Santa Elena, fortaleciendo la comprensión del fenómeno y ofreciendo insumos para futuras estrategias de prevención e intervención en salud mental comunitaria.

Metodología

La investigación siguió un enfoque cualitativo, centrado en comprender a fondo las vivencias de las familias de Santa Elena ante el trastorno de estrés postraumático que dejó la pandemia. El objetivo no es medir variables, sino interpretar significados, percepciones y narrativas familiares.

Según Cevallos (2014), *“La investigación cualitativa se centra en comprender fenómenos sociales desde la perspectiva de los participantes, en sus ambientes naturales y a través de métodos no numéricos”* (p. 7). Este enfoque permite acceder a las dimensiones emocionales y sociales del fenómeno.

El estudio se sustenta en el paradigma interpretativo, el cual se orienta a comprender la realidad social desde las perspectivas subjetivas de los actores. Se busca interpretar las experiencias familiares y sus significados frente al trastorno postraumático. Según Sandín (2003), el paradigma interpretativo “concibe la realidad como una construcción social múltiple, dinámica y cambiante” (p. 48), por lo que resulta adecuado para analizar las experiencias familiares en un contexto post-pandemia.

Se opta por un diseño fenomenológico, ya que este permite explorar las vivencias y percepciones de las familias respecto a un fenómeno específico: el trastorno de estrés postraumático. La fenomenología busca “describir y comprender la esencia de las experiencias humanas vividas” (Moustakas, 1994).

Este diseño posibilita captar cómo las familias del cantón Santa Elena han experimentado y significado las secuelas emocionales después del COVID-19.

El método utilizado será inductivo, porque parte de las experiencias particulares de las familias entrevistadas para generar interpretaciones generales sobre el fenómeno. Se construyen categorías y patrones emergentes a partir de la información obtenida. (Taylor & Bogdan, 1987), señalan que “la lógica inductiva permite que las teorías y comprensiones emerjan de los datos en lugar de imponer estructuras predefinidas” (p. 34).

La técnica principal será la entrevista semiestructurada, debido a que permite obtener información profunda, flexible y contextualizada sobre las experiencias familiares. Esta técnica facilita que los participantes narren sus vivencias de manera

abierta, pero con una guía que orienta el diálogo hacia temas clave. De acuerdo con (Kvale, 2011), la entrevista semiestructurada “equilibra la estructura y la apertura, permitiendo explorar temas en profundidad mientras se mantiene un foco temático” (p. 27).

El instrumento de recolección será una guía de entrevista semiestructurada, compuesta por preguntas abiertas diseñadas para explorar las percepciones, emociones y cambios en las dinámicas familiares relacionados con el trastorno de estrés postraumático post-pandemia. La validación del instrumento se realizará mediante juicio de expertos, asegurando la pertinencia y claridad de las preguntas. Según Hernández, Fernández y Baptista (2014), la validación por expertos “garantiza que el instrumento sea adecuado para los objetivos del estudio” (p. 207).

La población está conformada por familias residentes en el cantón Santa Elena que vivieron de forma directa las consecuencias psicológicas y sociales derivadas de la pandemia del COVID-19.

La muestra será intencional, seleccionando familias que hayan manifestado signos relacionados con el trastorno de estrés postraumático, ya sea de forma clínica o percibida. (Martínez-Salgado, 2012), explica que en el muestreo intencional “Se eligen participantes que pueden proporcionar información rica y relevante para la comprensión profunda del fenómeno” (p. 617).

Instrumento

Tabla 1. Cuestionario De Entrevista

PREGUNTAS		SONDAS
P1	¿Cómo era la vida en su familia antes de que llegara la pandemia?	¿Qué solían hacer juntos?
		¿Cómo se llevaban entre ustedes?
		¿Cómo se sentían en casa?
		¿Qué cosas eran importantes para su familia en ese tiempo?
		Si pudiera describir a su familia con una palabra antes de la pandemia, ¿cuál sería?

	PREGUNTAS	SONDAS
P2	¿Qué situaciones resultaron más significativas durante la pandemia dentro de su familia?	¿Qué fue lo más difícil que pasaron? ¿Hubo algún momento que nunca olvidarán? ¿Qué cambios sintieron en esos días? ¿Qué cosas buenas o malas les dejó esa etapa?
P3	¿Qué cambios emocionales han notado en su familia después de la pandemia?	¿Han sentido miedo, tristeza o preocupación? ¿Alguien cambió su forma de ser o de actuar? ¿Les cuesta hablar del tema? ¿Todavía recuerdan cosas que les ponen nerviosos? ¿Alguna de esas emociones se mantiene actualmente?
P4	¿Qué han hecho como familia para sentirse mejor después de lo que vivieron?	¿Qué cosas les ayudaron a calmarse o distraerse? ¿Buscaron ayuda de alguien? ¿Se apoyaron entre ustedes? ¿Han intentado hablar sobre lo ocurrido? ¿Qué los ha fortalecido como familia tras lo vivido?
P5	¿Qué cambios o aprendizajes cree que se dieron en su familia a partir de la pandemia?	¿Qué cosas valoran más ahora? ¿Qué los hace sentir más unidos? ¿Qué esperan del futuro? ¿Qué les gustaría dejar atrás? ¿Qué mensaje o aprendizaje dejarían a otras familias?

Fuente: elaborado por los autores

El instrumento (cuestionario de entrevista) fue validado mediante juicio de expertos, quienes determinaron su validez teórica y metodológica, conforme a los criterios propuestos por Ventura, Arancibia y Madrid (2017). La validación fue realizada por dos profesionales expertos en el área de Psicología Educativa y Metodología de la Investigación, cuyos nombres se detallan a continuación: **Experto/a:** Psic. Clínico Gabriel Humberto Espinoza Rodríguez

Correo: gabrielh.espinoza@educacion.gob.ec

Experto/a: Psic. Clínica Grace Adriana Lolin *Párraga*

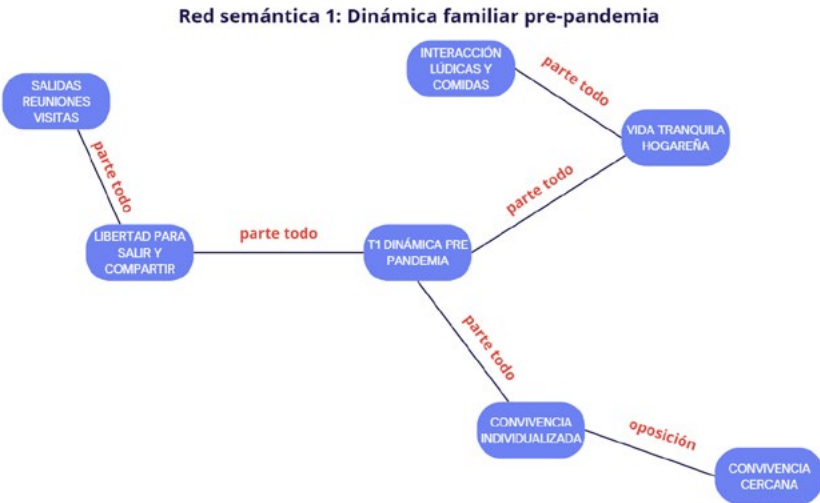
Correo: gialinp@gmail.com

Posteriormente, la información recolectada a través de las entrevistas fue procesada utilizando la herramienta de análisis del programa ATLAS.ti, mediante la cual se codificó y categorizó la información, aplicando criterios de reducción de datos, organización, presentación, interpretación y verificación, lo que permitió sustentar y demostrar los resultados obtenidos en la presente investigación.

Resultados

A partir de las entrevistas dirigidas a las familias, se realizó la interpretación y análisis de la información mediante el programa ATLAS.ti 23, herramienta con la cual se generaron las redes semánticas que sustentan los hallazgos del estudio. Este proceso permitió organizar, codificar e interpretar los datos de manera rigurosa, obteniéndose las siguientes categorías centrales: dinámica familiar pre-pandemia, impactos de la pandemia (estresores y cambios contextuales), cambios emocionales post-pandemia, afrontamiento y prácticas de cuidado familiar, y aprendizajes y transformaciones familiares. Los resultados presentados a continuación fueron elaborados íntegramente a partir del análisis desarrollado con este instrumento, garantizando la validez y coherencia de la interpretación cualitativa.

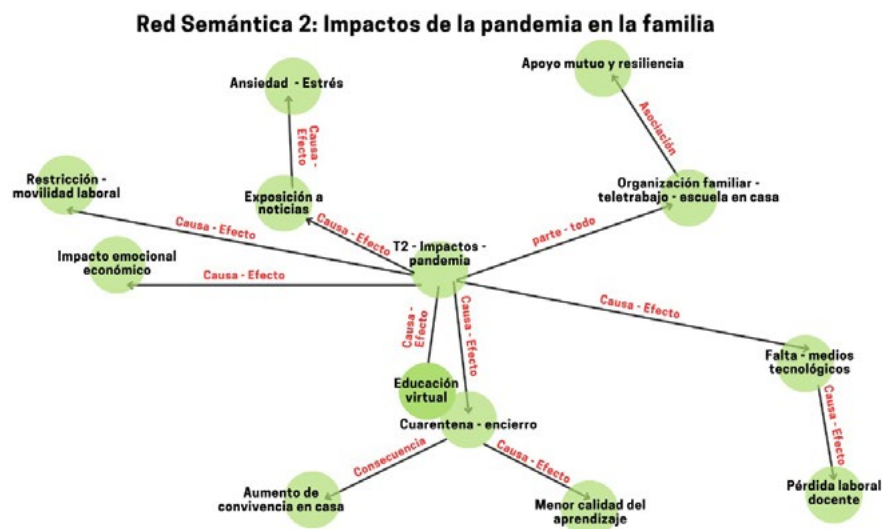
Figura 1. Red semántica 1: dinámica pre-pandemia



Fuente: este material fue elaborado a partir de los datos cualitativos del estudio “Experiencias de las Familias del Cantón Santa Elena frente al Trastorno de Estrés Posttraumático posterior a la pandemia de COVID-19”, los cuales han sido procesados mediante el software ATLAS.ti (2025).

La red semántica sobre la vida familiar previa a la pandemia evidencia que las familias del cantón Santa Elena disfrutaban de una convivencia armónica, sustentada en rutinas estables y relaciones afectivas sólidas. El nodo central, identificado como *estabilidad cotidiana*, se vincula con los códigos *tiempo compartido*, *salidas familiares* y *seguridad emocional*, a través de relaciones de tipo *parte–todo* y *causa–efecto*. Los testimonios de los participantes, como “Antes todo era más tranquilo; salíamos juntos sin miedo” (F2), reflejan un ambiente de confianza y bienestar que estructuraba la vida familiar. En este sentido, la red muestra que, antes del COVID-19, la cotidianidad se desarrollaba en un contexto de previsibilidad, acompañamiento y apoyo emocional, elementos que fortalecían la estabilidad y el equilibrio afectivo dentro del hogar.

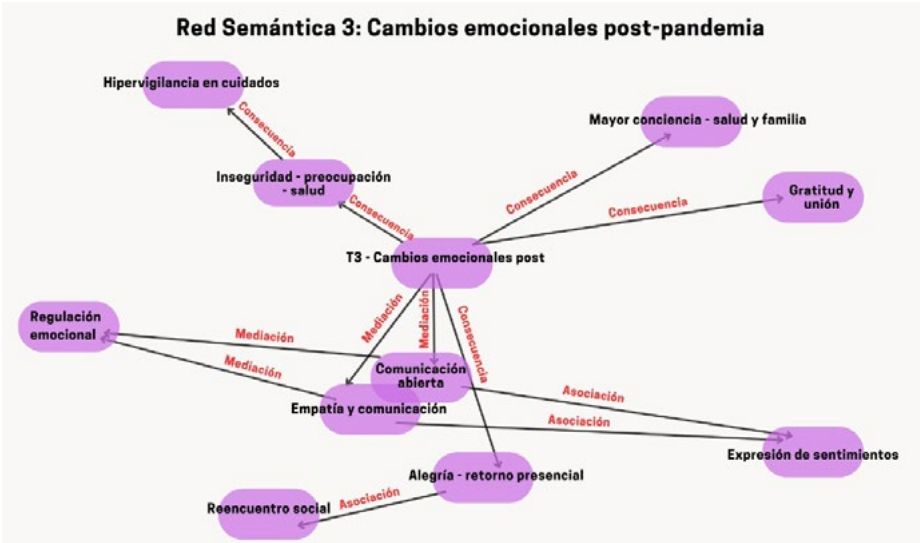
Figura 2. Red semántica 2: impactos de la pandemia en la familia



Fuente: este material fue elaborado a partir de los datos cualitativos del estudio “Experiencias de las Familias del Cantón Santa Elena frente al Trastorno de Estrés Postraumático posterior a la pandemia de COVID-19”, los cuales han sido procesados mediante el software ATLAS.ti (2025).

La red semántica sobre el impacto del COVID-19 evidencia que la *ruptura del equilibrio familiar* se configuró como el nodo central, vinculado con los códigos *miedo al contagio*, *aislamiento social*, *pérdida de rutinas* y *tensión emocional*. Estas relaciones, de tipo *causa*, *mediación* y *consecuencia*, muestran que el confinamiento no solo transformó la estructura de convivencia, sino también los mecanismos previos de afrontamiento. Los testimonios, como “Nos daba miedo escuchar sirenas; sentíamos que todo podía terminar” (F1), reflejan un sentimiento colectivo de vulnerabilidad y temor. En conjunto, la red revela que la incertidumbre y el miedo se convirtieron en ejes que desorganizaron la vida cotidiana y modificaron la percepción del entorno familiar, generando un clima persistente de estrés y desestabilidad emocional.

Figura 3. Red semántica 3: cambios emocionales post-pandemia



Fuente: este material fue elaborado a partir de los datos cualitativos del estudio “Experiencias de las Familias del Cantón Santa Elena frente al Trastorno de Estrés Postraumático posterior a la pandemia de COVID-19”, los cuales han sido procesados mediante el software ATLAS.ti (2025).

La red relacionada con los *cambios emocionales posteriores* a la pandemia se estructura en torno al nodo *persistencia del miedo*, vinculado con los códigos *hipervigilancia*, *ansiedad*, *problemas de sueño* y *recuerdos intrusivos*. Estas categorías se conectan a través de relaciones de *condición* y *retroalimentación*, lo que evidencia que las emociones negativas se mantuvieron incluso después del levantamiento de las restricciones sanitarias. El testimonio “Hasta ahora me cuesta dormir cuando alguien tose” (F4) refleja la permanencia de síntomas postraumáticos que se reactivan ante situaciones cotidianas, mostrando cómo el cuerpo y la memoria conservan las huellas del miedo. En conjunto, la red revela la continuidad del impacto emocional del confinamiento y la dificultad de restablecer plenamente el bienestar psicológico.

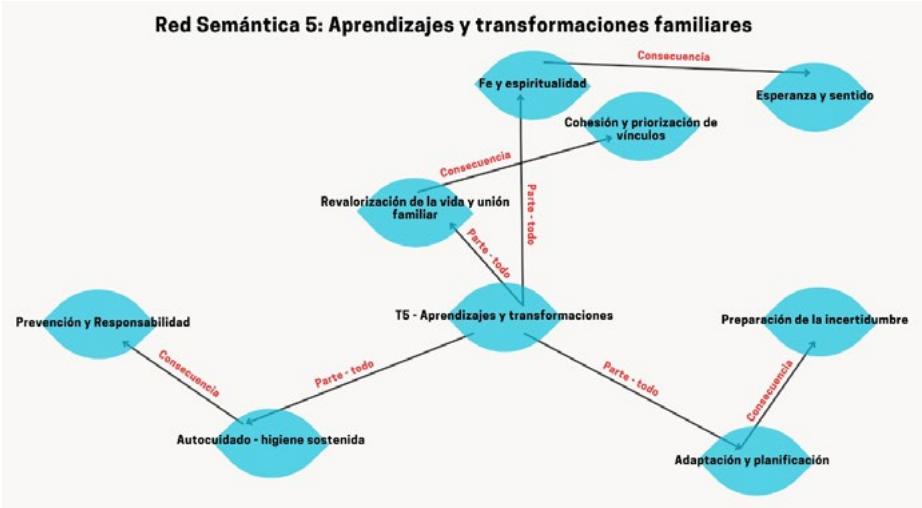
Figura 4. Red semántica 4: afrontamiento y prácticas de cuidado familiar



Fuente: este material fue elaborado a partir de los datos cualitativos del estudio “Experiencias de las Familias del Cantón Santa Elena frente al Trastorno de Estrés Postraumático posterior a la pandemia de COVID-19”, los cuales han sido procesados mediante el software ATLAS.ti (2025).

La red semántica sobre *estrategias de afrontamiento* organiza el nodo central *reconstrucción emocional familiar*, asociado con los códigos *fe religiosa*, *comunicación intrafamiliar*, *apoyo mutuo* y *resignificación del miedo*. Las conexiones entre ellos responden a relaciones de *mediación* y *funcionalidad*, ya que cada estrategia actúa como un recurso que mitiga los efectos del trauma. Los testimonios como “Nos unimos más; rezar juntos nos calmaba” (F3) evidencian un proceso de reorganización emocional basado en la espiritualidad, el diálogo y la cooperación familiar. De este modo, la red muestra que el afrontamiento no implicó negar el sufrimiento, sino transformarlo mediante la búsqueda de sentido compartido, fortaleciendo la cohesión y el bienestar familiar como mecanismos protectores ante la adversidad.

Figura 5. Red semántica 5: aprendizajes y transformaciones familiares



Fuente: este material fue elaborado a partir de los datos cualitativos del estudio “Experiencias de las Familias del Cantón Santa Elena frente al Trastorno de Estrés Posttraumático posterior a la pandemia de COVID-19”, los cuales han sido procesados mediante el software ATLAS.ti (2025).

La red semántica sobre los *aprendizajes y adaptaciones* identifica como nodo central la *resiliencia colectiva*, vinculada con los códigos *autocuidado*, *valoración de la salud mental*, *reconstrucción de rutinas* y *solidaridad comunitaria*. Estas relaciones, de tipo *causa-efecto* y *transformación simbólica*, reflejan cómo las experiencias vividas tras la pandemia impulsaron procesos de crecimiento personal y familiar. El testimonio “Aprendimos a cuidarnos y a hablar más de lo que sentimos” (F5) evidencia la interiorización del trauma como una oportunidad para fortalecer el bienestar emocional. En conjunto, la red muestra que la etapa post-pandemia promovió una reconfiguración del sentido de familia, donde el aprendizaje surgido de la adversidad potenció la capacidad de adaptación, cohesión y preparación frente a futuras crisis.

Discusión

Los resultados permiten comprender con profundidad cómo la pandemia de COVID-19 reconfiguró la vida emocional y relacional de las familias del cantón Santa Elena. La primera red semántica evidenció que, antes de la crisis sanitaria, predominaban rutinas estables, actividades compartidas y un clima de seguridad afectiva. Esta estabilidad cotidiana coincide con lo planteado por Conger et al. (1994), quienes describen la organización familiar y el apoyo mutuo como recursos protectores frente a eventos estresantes.

Con la llegada de la pandemia, la ruptura del equilibrio se convirtió en un eje central de las narrativas. El miedo al contagio, el aislamiento social, la sobreexposición a noticias alarmantes y las pérdidas económicas generaron un contexto de alta vulnerabilidad, coherente con los criterios diagnósticos de TEPT descritos por la American Psychiatric Association (2022). La presencia de hipervigilancia, alteraciones del sueño, ansiedad y recuerdos intrusivos en los relatos familiares se alinea con los hallazgos de Qiu et al. (2021), Shang et al. (2024) y Bajoulvand et al. (2022), quienes evidencian una elevada prevalencia de síntomas postraumáticos tras la pandemia.

En el plano relacional, las redes semánticas mostraron que las tensiones derivadas de los cambios laborales, la educación virtual y la precariedad tecnológica impactaron directamente en la convivencia y la organización de roles. Tal como señalan Bajoulvand et al. (2022), las condiciones de menor apoyo social y mayor estrés contextual se relacionan con un incremento del malestar psicológico, fenómeno que en Santa Elena se ve reforzado por las limitaciones en el acceso a servicios de salud mental.

Sin embargo, el estudio también revela que las familias no respondieron únicamente desde la vulnerabilidad, sino que activaron recursos significativos de afrontamiento. La comunicación intrafamiliar, la fe religiosa, el apoyo mutuo y la reorganización de las

rutinas emergen como estrategias centrales en las redes semánticas de afrontamiento y reconstrucción emocional. Estos resultados dialogan con lo reportado por Elisa et al. (2023), quienes muestran que las prácticas espirituales, la autorregulación y el apoyo social contribuyen a disminuir el desgaste emocional en contextos de alta demanda.

Desde la teoría ecológica de Bronfenbrenner (1994), los procesos de resiliencia identificados en las familias pueden interpretarse como respuestas adaptativas a cambios bruscos en los distintos sistemas de los que forman parte (hogar, escuela, trabajo, comunidad). De manera convergente, los hallazgos coinciden con los modelos de estrés y adaptación familiar que subrayan la importancia de los recursos internos y externos para amortiguar el impacto de eventos críticos (Conger et al., 1994; McCubbin, 1983). La categoría de resiliencia colectiva, observada en la red de aprendizajes y transformaciones, muestra cómo el trauma puede resignificarse en prácticas de autocuidado, valoración de la salud mental y fortalecimiento de los lazos familiares.

En términos de implicaciones prácticas, los resultados evidencian que muchas familias enfrentaron solas las secuelas emocionales de la pandemia, lo que pone en relieve la necesidad de servicios de salud mental comunitaria accesibles, culturalmente pertinentes y articulados con escuelas, centros de salud y organizaciones locales. La integración de espacios de escucha familiar, programas de psicoeducación sobre TEPT y estrategias de afrontamiento, así como protocolos de respuesta ante futuras emergencias, se vuelve prioritaria en contextos como Santa Elena.

El estudio presenta algunas limitaciones. La muestra es intencional y reducida (cinco familias), lo que impide la generalización de los resultados. Además, los datos provienen de relatos retrospectivos, sujetos a sesgos de memoria e interpretación. No obstante, la riqueza narrativa y el uso de ATLAS.ti para la codificación y la construcción de redes semánticas otorgan solidez a la interpretación cualitativa

y permiten ofrecer una comprensión densa y contextualizada del fenómeno.

A partir de estos hallazgos, se sugiere que futuras investigaciones amplíen la diversidad de familias participantes, incorporen metodologías como grupos focales o estudios longitudinales y profundicen en subpoblaciones específicas (niños, adolescentes, personas mayores). También sería pertinente explorar el papel de las instituciones educativas y comunitarias como mediadoras en los procesos de afrontamiento y recuperación frente al TEPT post-pandemia.

En conjunto, la discusión confirma que la pandemia dejó huellas profundas en la experiencia emocional de las familias, pero también puso en evidencia su capacidad de reorganizarse, resignificar el trauma y construir resiliencia desde los vínculos cotidianos.

Conclusiones

El estudio permitió comprender que la pandemia de COVID-19 alteró de manera profunda la vida cotidiana de las familias del cantón Santa Elena. Antes de la crisis, las narrativas describen hogares con rutinas claras, actividades compartidas y un clima de seguridad afectiva. La irrupción del COVID-19 quebró ese equilibrio, generando miedo al contagio, aislamiento social, inestabilidad económica y cambios drásticos en las dinámicas laborales y escolares. Estas condiciones dieron lugar a malestares emocionales persistentes, entre ellos hipervigilancia, problemas de sueño, ansiedad y recuerdos intrusivos, compatibles con síntomas de trastorno de estrés postraumático.

En respuesta a la pregunta de investigación, los resultados muestran que el impacto de la pandemia sobre el TEPT se expresó tanto en el plano individual como en el familiar. A nivel personal, varios miembros experimentaron temor constante, preocupación por

la salud y dificultad para recuperar la sensación de seguridad. A nivel relacional, se observaron tensiones en la convivencia, reorganización forzada de roles, desgaste económico y desajuste de las estrategias habituales de afrontamiento. Sin embargo, las familias también activaron recursos protectores: comunicación abierta, apoyo mutuo, prácticas de fe, reconstrucción de rutinas y nuevas formas de autocuidado, que facilitaron procesos de adaptación y mitigaron los efectos del trauma.

Desde el punto de vista teórico, los hallazgos respaldan la pertinencia de abordar el TEPT desde una perspectiva ecológica y sistémica, tal como proponen Bronfenbrenner y Conger. El trauma no se limita al individuo, sino que se inscribe en redes de relaciones y en contextos marcados por la desigualdad, la precariedad y la limitada oferta de servicios de salud mental. El principal aporte de este trabajo radica en ofrecer evidencia cualitativa contextualizada sobre las experiencias de familias de un cantón específico del Ecuador, donde los estudios sobre TEPT en el ámbito familiar siguen siendo escasos.

En el plano práctico, los resultados subrayan la urgencia de fortalecer la salud mental comunitaria en Santa Elena mediante programas de apoyo psicológico dirigidos a familias, espacios de orientación sobre manejo del estrés y articulación entre instituciones de salud, sistema educativo y organizaciones locales. Incluir la dimensión emocional en los planes de respuesta ante futuras emergencias sanitarias, con especial atención a hogares en situación de vulnerabilidad, es una tarea impostergable.

En síntesis, la investigación evidencia que la pandemia dejó huellas duraderas en la experiencia emocional y relacional de las familias santelenenses, pero también mostró su notable capacidad de resiliencia. Reconocer estas experiencias y aprendizajes es clave para diseñar intervenciones que no solo atiendan las secuelas del TEPT, sino que fortalezcan las redes familiares y comunitarias frente a crisis futuras.

Referencias

- American Psychiatric Association. (2022). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders*.
- Bajoulvand, M., Hashemi, S. M. A., Askari, M., & Imani-Nasab, M. H. (2022). Post-pandemic COVID-19 stress in high-risk groups: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Affective Disorders*, 318, 126–135. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2022.09.053>
- Bronfenbrenner, U. (1994). Ecological models of human development. In T. Husen & T. N. Postlethwaite, (eds.). *International encyclopedia of education* (pp. 37–43). Elsevier/Pergamon.
- Cevallos, J. C. (2023). Evolución epidemiológica de la COVID-19 en la provincia de Santa Elena. *Ciencia Ecuador - Revista Científica*, 5(24), 125–148. <https://orcid.org/0000-0002-9965-9854>
- Conger, R. D., Ge, X., Elder, G. H., Jr., & Lorenz, F. O. (1994). Economic stress, coercive family process, and developmental problems of adolescents. *Child Development*, 65(2), 541–561. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.1994.tb00768.x>
- Elisa, R., Dionicio, E., & Juan, M. V. (2023). Estrategias de afrontamiento al síndrome de burnout en médicos-docentes universitarios en post-pandemia. *Vive Revista de Investigación en Salud*, 6(18), 478–492. <https://doi.org/10.33996/revistavive.v6i18.263>
- Fernández-Canani, M. A., Burga-Cachay, S. C., & Valladares-Garrido, M. J. (2022). Association between family dysfunction and post-traumatic stress disorder in school students during the second COVID-19 epidemic wave in Peru. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(15). <https://doi.org/10.3390/ijerph19159343>
- Hernández-Sampieri, R., Fernández-Collado, C., & Baptista-Lucio, P. (2014). *Metodología de la investigación*. McGraw-Hill.
- Instituto Nacional de Estadística y Censos. (2024). *Resultados principales Santa Elena – Censo Ecuador*.
- Kvale, S. (2011). *Doing interviews*. SAGE Publications.
- Martínez-Salgado, C. (2012). El muestreo en investigación cualitativa. Principios básicos y algunas controversias. *Ciência & Saúde Coletiva*, 17(3), 613–619. <https://doi.org/10.1590/S1413-81232012000300006>

- McCubbin, H. I. (1983). The family stress process: The Double ABCX model of family adjustment and adaptation. In H. I. McCubbin, M. B. Sussman, & J. M. Patterson, (eds.). *Social stress and the family: Advances and developments in family stress theory and research* (pp. 7–37). Haworth Press.
- Ministerio de Salud Pública del Ecuador. (2020). *Lineamientos operativos para la intervención de salud mental en la emergencia sanitaria*.
- Ministerio de Salud Pública del Ecuador. (2020). *Protocolo de operativización en emergencia sanitaria*.
- Moustakas, C. (1994). *Phenomenological research methods*. SAGE Publications.
- Organización Mundial de la Salud. (2022, 2 de marzo). La pandemia por COVID-19 provocó un aumento del 25% en la prevalencia de la ansiedad y la depresión en todo el mundo. <https://n9.cl/o9oqd>
- Qiu, D., Li, Y., Li, L., He, J., Ouyang, F., & Xiao, S. (2021). Prevalence of post-traumatic stress symptoms among people influenced by coronavirus disease 2019 outbreak: A meta-analysis. *European Psychiatry*, 64(1). <https://doi.org/10.1192/j.eurpsy.2021.24>
- Sandín Esteban, M. P. (2003). *Investigación cualitativa en educación. Fundamentos y tradiciones*. McGraw-Hill.
- Shang, S., Pan, Y., Xu, X., Cheng, X., Yang, X., Yan, J., Li, H., Li, S., Wu, H., Wang, W., Liu, D., & Huang, Y. (2024). Prevalence and risk factors of post-traumatic stress disorder symptoms: A 3-month follow-up study. *Therapeutic Advances in Psychopharmacology*, 14. <https://doi.org/10.1177/20451253241298816>
- Taylor, S. J., & Bogdan, R. (1987). *Introducción a los métodos cualitativos de investigación*. Paidós.
- U.S. Department of Veterans Affairs. (2013, 18 de diciembre). PTSD and DSM-5. National Center for PTSD. https://www.ptsd.va.gov/professional/treat/essentials/dsm5_ptsd.asp

Experiences of Families in the Santa Elena Canton Regarding Post-Traumatic Stress Disorder Following the COVID-19 Pandemic

Experiências das Famílias do Cantão Santa Elena Frente ao Transtorno de Estresse Pós-Traumático Pós-Pandemia de COVID-19

Katty Amanda Gonzabay Cabrera

Universidad Estatal Península De Santa Elena | Santa Elena | Ecuador

<https://orcid.org/0009-0003-6105-570X>

katty.gonzabaycabrera0903@upse.edu.ec

Estudiante

Kasandra Romina Romero Velez

Universidad Estatal Península De Santa Elena | Santa Elena | Ecuador

<https://orcid.org/0009-0008-9968-8971>

kasandra.romerovelez8842@upse.edu.ec

Estudiante

Diana Carolina Carreño Celi

Universidad Estatal Península De Santa Elena | Santa Elena | Ecuador

<https://orcid.org/0009-0001-3647-0413>

diana.celicarreno6996@upse.edu.ec

Estudiante

Mitchell Alexander Valles Castillo

Universidad Estatal Península De Santa Elena | Santa Elena | Ecuador

<https://orcid.org/0009-0005-5054-094X>

mitchell.vallescastillo2591@upse.edu.ec

Estudiante

Abstract

The purpose of the study was to understand how families in the Santa Elena canton experienced and interpreted the aftermath of Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD) following the COVID-19 pandemic. A qualitative investigation with a phenomenological design was conducted, using semi-structured interviews with five families selected intentionally. The narratives were coded and analyzed with ATLAS.ti 23. Before the pandemic, these families maintained clear routines; however, with the arrival of the virus, their peaceful lives began to be disrupted by the fear of contagion. This led families to isolate themselves and leave their jobs, which later resulted in economic problems and thus began abrupt changes in their lives. This situation led families to develop different ways to cope with the complex circumstances they were facing, such as more open communication, mutual support, reorganization of each member's activities, and self-care to avoid infection. These results demonstrate that it is necessary and important to implement community mental health services focused on families as a crucial space for their protection and for improving their emotional well-being. Keywords: Post-traumatic stress; families; pandemic; coping; Santa Elena.

Resumo

O estudo teve como propósito compreender como as famílias do cantão Santa Elena vivenciaram e interpretaram as sequelas do Transtorno de Estresse Pós-Traumático (TEPT) após a pandemia de COVID-19. Desenvolveu-se uma investigação qualitativa com delineamento fenomenológico, por meio de entrevistas semiestruturadas com cinco famílias selecionadas intencionalmente. Os relatos foram codificados e analisados com o ATLAS.ti 23. Antes da pandemia, essas famílias mantinham rotinas claras, mas, com a chegada do vírus, essa vida

tranquila começou a ser afetada pelo medo do contágio. Isso levou as famílias ao isolamento, à perda de empregos, o que posteriormente acarretou problemas econômicos, iniciando-se então mudanças abruptas em suas vidas. Esta situação levou as famílias a desenvolverem diferentes formas para enfrentar as circunstâncias complexas que atravessavam, como comunicação mais aberta, apoio mútuo, reorganização das atividades de cada um e também o autocuidado para evitar a infecção. Estes resultados demonstram que é necessário e importante implementar serviços comunitários de saúde mental, que se foquem nas famílias como um espaço crucial para sua proteção e para a melhoria de seu bem-estar emocional. Palavras-chave: Estresse pós-traumático; famílias; pandemia; enfrentamento; Santa Elena.



Religación
Press
Ideas desde el Sur Global



Religación
Press

ISBN: 978-9942-594-05-1

