

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 reprobación. 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.

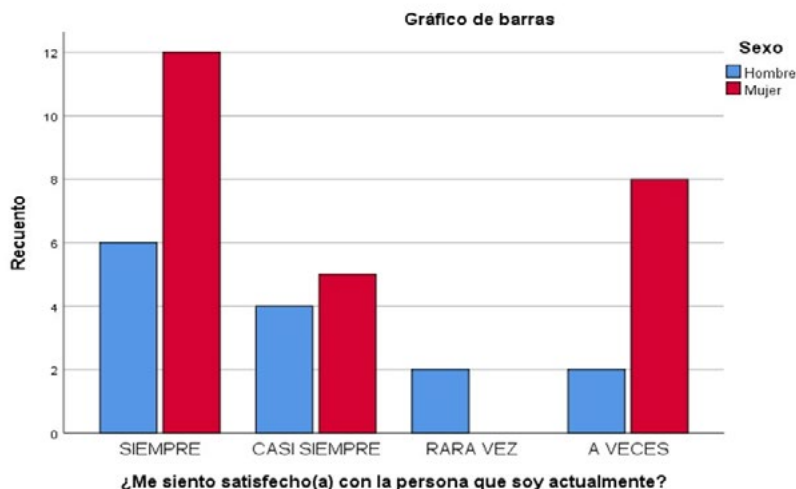
Figura 1. Me siento satisfecho con la persona que soy actualmente. Sexo



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

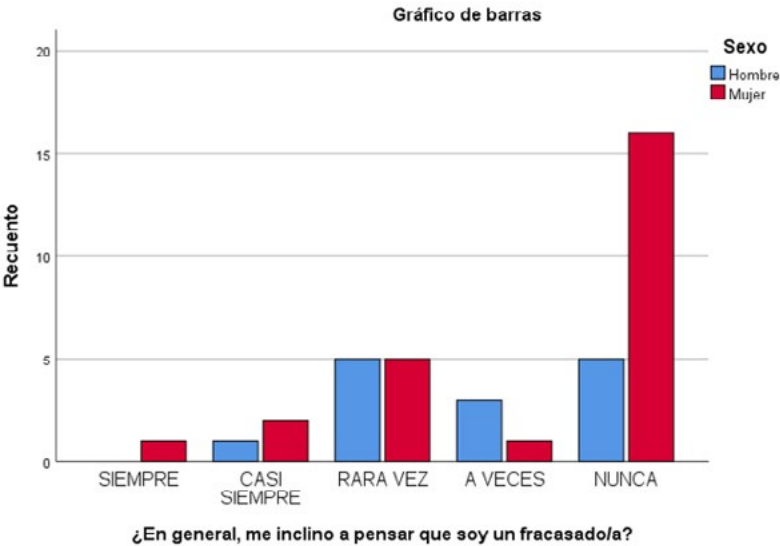
Tabla cruzada ¿En general, me inclino a pensar que soy un fracasado/a?* Sexo

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.

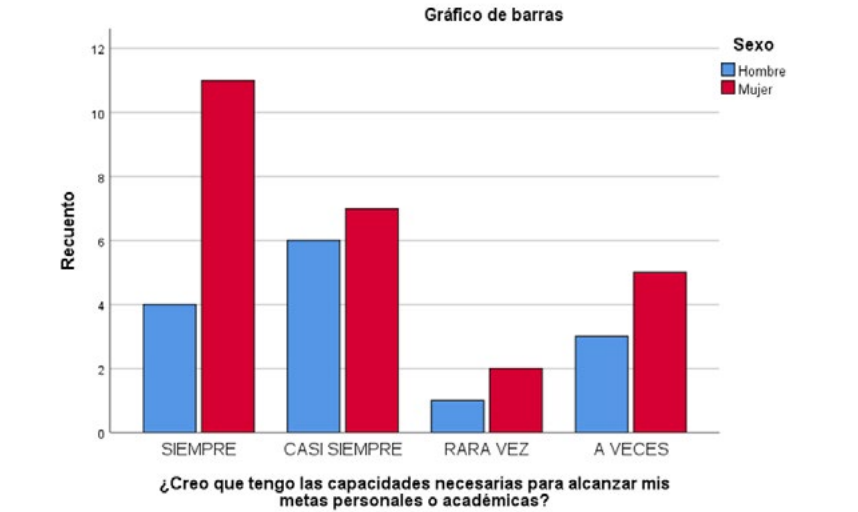
Las categorías “A veces” y “Casi siempre” tienen bajas frecuencias en ambos grupos. Sólo un hombre y dos mujeres tienden a “casi siempre” pensar negativamente sobre sí mismos, y “a veces” la presencia también es reducida (3 hombres y 1 mujer). Esto indica que estos pensamientos negativos no son comunes 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

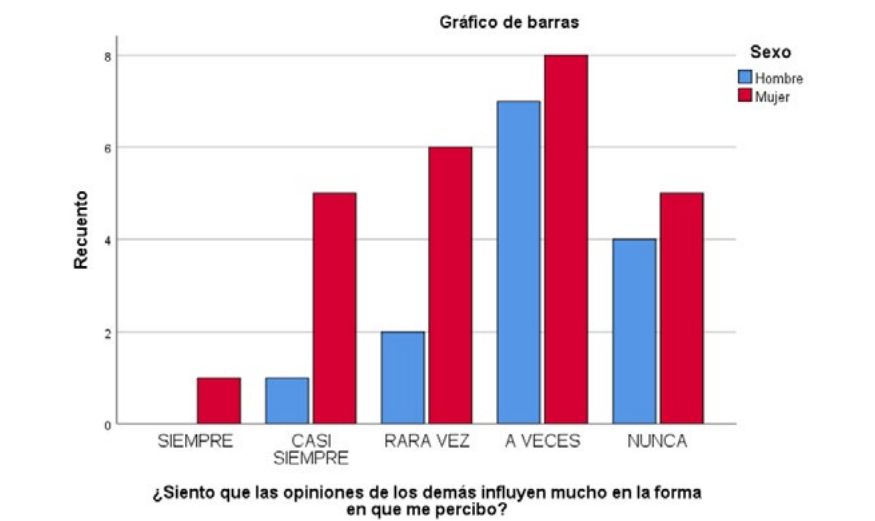
Tabla cruzada ¿Siento que las opiniones de los demás influyen mucho en la forma en que me percibo? *Sexo

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

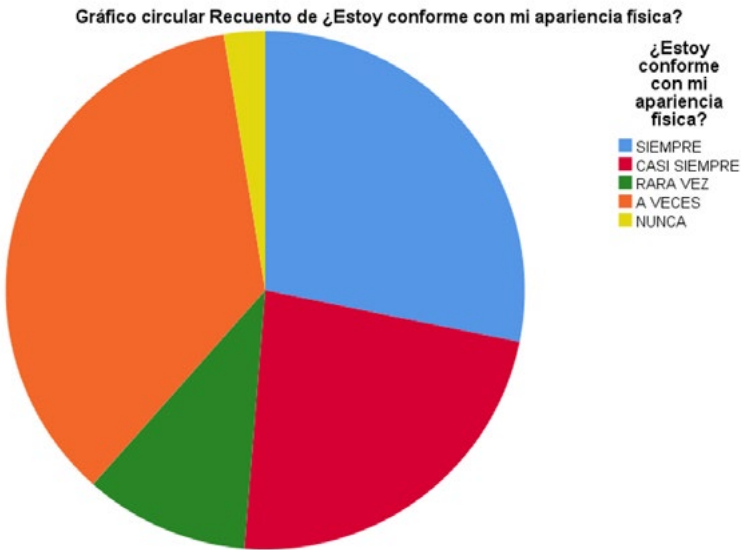


Fuente: elaboración propia con base en datos cualitativos del estudio “El estrés y el rendimiento académico en estudiantes de nivelación de la carrera de psicología”, procesados con SPSS

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 reprobar, 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.