

DOI: <https://doi.org/10.56712/latam.v5i2.1942>

Influencia de la salud emocional en el rendimiento académico en estudiantes de una institución de educación superior

Influence of emotional health on academic performance in students of a higher education institution

Andrea Ashqui

andreaashqui@gmail.com
<https://orcid.org/0009-0002-0784-1235>
Instituto Superior Tecnológico San Gabriel
Riobamba – Ecuador

Marjorie Zambrano

alejitzam0907@gmail.com
<https://orcid.org/0009-0005-0154-8750>
Instituto Superior Tecnológico San Gabriel
Riobamba – Ecuador

Tatiana Vallejo

tacamaca2023@gmail.com
<https://orcid.org/0009-0002-9516-9046>
Instituto Superior Tecnológico San Gabriel
Riobamba – Ecuador

Pablo Figueroa

pablodavidfigueroa104@gmail.com
<https://orcid.org/0000-0001-7711-6886>
Instituto Superior Tecnológico San Gabriel
Riobamba – Ecuador

Reina Salazar

lilibethsabe@gmail.com
<https://orcid.org/0009-0003-3981-276x>
Instituto Superior Tecnológico San Gabriel
Riobamba – Ecuador

Johanna Alvarado

johanitacdm1994@gmail.com
<https://orcid.org/0009-0004-2546-7050>
Instituto Superior Tecnológico San Gabriel
Riobamba – Ecuador

Artículo recibido: 27 de marzo de 2024. Aceptado para publicación: día mes 2024.
Conflictos de Interés: Ninguno que declarar.

Resumen

La Organización Mundial de la Salud define la salud como un estado de bienestar completo, abarcando aspectos físicos, mentales y sociales, resalta la importancia de la salud emocional como un pilar esencial para el bienestar integral, con un impacto notable en la vida diaria y, especialmente, en el rendimiento académico de los estudiantes. Un estudio realizado en un Instituto de Educación Superior empleó enfoques cualitativos y cuantitativos para abordar este tema. Las entrevistas semiestructuradas evidenciaron que la experiencia de nuevas vivencias durante la etapa universitaria genera picos emocionales, desviando la atención hacia preocupaciones existenciales y descuidando

el aprendizaje. Además, se destacó la influencia de factores psicosociales, familiares y socioeconómicos en el rendimiento académico y la salud emocional. La evaluación de la ansiedad, depresión y estrés en 460 participantes reveló una prevalencia significativa de estos trastornos, con aproximadamente el 35% mostrando indicadores de depresión, el 52.20% de ansiedad y el 58% de estrés. Se identificó también una correlación inversa moderada entre el rendimiento académico y la ansiedad de rasgo, indicando que niveles más altos de ansiedad están asociados a un rendimiento académico más bajo. Aunque se observaron niveles elevados de estrés, no se encontró una relación estadísticamente significativa con el rendimiento académico. En conclusión, este estudio subraya la necesidad de abordar los trastornos emocionales para mejorar tanto el bienestar como el rendimiento estudiantil.

Palabras clave: salud emocional, rendimiento académico, bienestar, ansiedad, estrés, depresión

Abstract

The World Health Organization defines health as a state of complete well-being, encompassing physical, mental and social aspects, highlights the importance of emotional health as an essential pillar for integral well-being, with a notable impact on daily life and, especially, on students' academic performance. A study conducted at an Institute of Higher Education employed qualitative and quantitative approaches to address this issue. Semi-structured interviews showed that the experience of new experiences during the university stage generates emotional peaks, diverting attention to existential concerns and neglecting learning. In addition, the influence of psychosocial, family and socioeconomic factors on academic performance and emotional health was highlighted. Assessment of anxiety, depression and stress in 460 participants revealed a significant prevalence of these disorders, with approximately 35% showing indicators of depression, 52.20% of anxiety and 58% of stress. A moderate inverse correlation between academic performance and trait anxiety was also identified, indicating that higher levels of anxiety are associated with lower academic performance. Although elevated levels of stress were observed, no statistically significant relationship with academic performance was found. In conclusion, this study underscores the need to address emotional disorders to improve both student well-being and performance.

Keywords: emotional health, academic performance, well-being, anxiety, stress, depression

Todo el contenido de LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades, publicados en este sitio está disponibles bajo Licencia Creative Commons . 

Cómo citar: Ashqui, A., Zambrano, M., Vallejo, T., Figueroa, P., Salazar, R., Alvarado, J. (2024). Influencia de la salud emocional en el rendimiento académico en estudiantes de una institución de educación superior. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades* 5 (2), 1154 – 1166. <https://doi.org/10.56712/latam.v5i2.1942>

INTRODUCCIÓN

La Organización Mundial de la Salud (OMS) conceptualiza la salud como "un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades". (OMS, 2024) En consonancia con esta definición, la OMS resalta la importancia de la salud mental, reconociéndose como una faceta integral de la condición humana. Este aspecto vital se manifiesta en diversos ámbitos de la vida cotidiana, trascendiendo la simple carencia de trastornos mentales. (OMS, 2017)

En este contexto, la salud emocional representa un pilar fundamental del bienestar integral de un individuo, abarcando su salud física, mental y social. (Sinchigalo et al., 2022). No se limita únicamente a la ausencia de enfermedades o trastornos, sino que implica un equilibrio emocional positivo y un bienestar psicológico que contribuyen al pleno desarrollo y calidad de vida. Estos aspectos están estrechamente relacionados con procesos cognitivos como la atención, la percepción, la memoria y el aprendizaje. (Flores y Rodríguez, 2023)

Es fundamental entender que, dentro del campo de la salud mental, existen diversas patologías que pueden afectar el bienestar emocional de las personas. Como la ansiedad, la cual se caracteriza por una respuesta emocional que se presenta cuando el individuo percibe o interpreta situaciones como amenazantes o peligrosas. Estas situaciones pueden generar disfunciones y desajustes a nivel cognitivo, conductual y psicofisiológico. (Elizondo, 2020).

La depresión no solo afecta la salud emocional de las personas, sino que también se presenta como una enfermedad grave y común que perturba significativamente la vida cotidiana. Este trastorno impacta en diversas áreas, como la capacidad laboral, el sueño, el rendimiento académico, la alimentación y la capacidad de experimentar placer en la vida. Su origen se atribuye a una compleja interacción entre factores genéticos, biológicos, ambientales y psicológicos. (OMS, 2024) De la misma manera está el estrés como un estado de preocupación o tensión mental generado por una situación difícil, la cual es una respuesta natural ante amenazas y otros estímulos que se enfrenta en la vida diaria. (Ávila, 2014).

Es esencial resaltar que cada una de estas condiciones está estrechamente ligada a la salud emocional del individuo, pudiendo generar disfunciones en su vida cotidiana. Este impacto se manifiesta en los estudiantes, ya que repercute directamente en su rendimiento académico, un elemento de vital importancia en la dinámica estudiantil. (Chin y Fajardo, 2022).

El rendimiento académico se conceptualiza como la asimilación de los contenidos delineados en los programas curriculares por parte del estudiante, manifestado a través de las calificaciones obtenidas durante su proceso formativo. Este desempeño es el resultado directo del compromiso y participación del estudiante en las diversas actividades y estrategias metodológicas establecidas por el docente. (Edel Navarro, 2019)

Básicamente, este proceso se refleja en la medida en que el estudiante interioriza y evidencia su comprensión y aplicación de los conocimientos adquiridos a lo largo de su educación, de acuerdo con las directrices y estándares establecidos por el sistema educativo. Es importante destacar que, en muchos casos, el rendimiento académico guarda una conexión intrínseca con la estabilidad emocional. (Martínez et al., 2010). Este aspecto no solo incide en la capacidad de concentración, retención de información y resolución de problemas, sino que también ejerce un impacto significativo en la motivación, autoestima y habilidades sociales de los alumnos. Por lo tanto, es crucial comprender cómo el equilibrio de las emociones influye en el rendimiento académico. (García et al., 2015)

METODOLOGÍA

Se llevó a cabo un estudio de campo con enfoque descriptivo y diseño no experimental, utilizando métodos cualitativos y cuantitativos en lo que se denomina una investigación mixta. La investigación se desarrolló en un Instituto de Educación Superior (IES) de carácter privado, donde se involucró a la totalidad de los 460 estudiantes de la comunidad educativa, tanto hombres como mujeres, cuyas edades oscilan entre 18 y 33 años.

Con el fin de obtener una representación más completa y precisa de la población estudiantil, se ha decidido conscientemente no definir una muestra específica para este estudio. Esta estrategia busca facilitar la generalización de los resultados a la totalidad de la población del IES, permitiendo una comprensión más integral de las características y comportamientos de los estudiantes en su conjunto. Cabe destacar que, si bien esta elección fortalece la representatividad interna, se debe realizar con precaución la extrapolación de los hallazgos a otras poblaciones, reconociendo la importancia de considerar las variaciones contextuales y demográficas que puedan influir en la aplicabilidad de los resultados.

La entrevista semiestructurada, construida a partir del test de inteligencia emocional (Universidad Nacional Agraria de la Selva, 2022), posibilitó la recopilación de información detallada a nivel individual acerca de la salud emocional. Se abordaron temas específicos, tales como adaptabilidad, manejo del estrés, estado de ánimo y características intra e interpersonales, proporcionando así una comprensión integral y profunda de la dimensión emocional de cada participante.

Para medir el constructo depresión se opta por el Inventario de Depresión Estado-Rasgo (IDER), debido a que permite la distinción entre la situación actual de la persona, y su comportamiento habitual; plantea reactivos con respuestas ordenadas que identifican intensidad y frecuencia de las conductas manifestadas, consta de dos aparatos de diez ítems cada uno. Este inventario indica valores del Alfa de Cronbach de 0.91 de confiabilidad en mujeres y 0.86 en varones, se utiliza la adaptación psicométrica realizada en Perú en 2012. (Sotelo, 2012) (Otálvaro, 2017)

Para arquear la ansiedad en los estudiantes de educación superior se lo realizó a través del Cuestionario de Ansiedad Estado-Rasgo (STAI), (Spielberger, 1975) comprende escalas separadas de autoevaluación que miden la ansiedad, como estado y como rasgo. Consta de 40 ítems en una escala likert de cuatro dimensiones que van de 0 a 3 puntos según la intensidad, la puntuación total en cada una de las subescalas oscila entre 0 y 60 puntos. (Fonseca-Pedrero, 2012) Además, en relación a la consistencia interna de esta escala, manifiesta que el análisis estadístico mostró un alfa de Cronbach de 0.904 y 0.905 para ansiedad rasgo y 0.894 y 0.891 para ansiedad estado en un estudio aplicado a estudiantes universitario de carreras de la salud. (Castillo et al., 2016)

La escala de estrés percibido-EEP, tiene el fin de evaluar el nivel de estrés percibido en los últimos 30 días. La escala tiene 14 ítems de escala Likert, adaptada al contexto Latinoamérica, respecto a la confiabilidad interna del instrumento, demostró un coeficiente alfa de Cronbach de .84, además, la fiabilidad obtenida reportó un test-retest de 85. (Cano y Huerta, 2023)

Posterior a la calificación de las herramientas utilizadas para el levantamiento de datos, se inició el proceso de tabulación y validación de los valores encontrados con la ayuda del paquete estadístico SPSS, para este punto se puede distinguir los resultados en forma organizada y expresada en forma porcentual. Se aplicó el coeficiente de Pearson, prueba utilizada para medir la correlación existente entre las variables estudiadas. (Matos et al., 2020)

Para obtener datos cualitativos, se empleó la técnica de entrevistas semiestructuradas, aplicada a todos los participantes del estudio. Estas entrevistas se diseñaron a partir del test de inteligencia emocional, lo que posibilitó la obtención de información relevante sobre la percepción de los estudiantes acerca de su salud emocional. Además, se utilizó la ficha sociodemográfica como

herramienta para recopilar información básica y relevante sobre los participantes a estudio obteniendo datos como género, edad, nivel educativo, ocupación, ingresos, comportamientos.

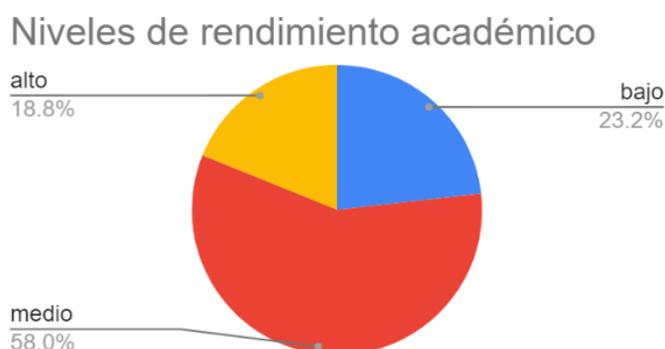
RESULTADOS

Con respecto a los resultados de los test, IDER, STAI y estrés autopercebido, del total de participantes, alrededor del 35% presentan algún indicador asociado a depresión, el 52.20% a ansiedad y el 58% a estrés.

Rendimiento académico

Gráfico 1

Describe el desempeño académico de los participantes



Nota: este gráfico muestra, en porcentaje, el nivel académico de los estudiantes participantes, divididos en 3 grupos que son: alto, medio, bajo.

Alrededor de 266 estudiantes se mantienen en nivel intermedio en relación a su rendimiento académico correspondiente al 58%, otro 18,8% de los valorados tiene promedios que oscilan el 9 / 10, hay que mencionar que es el porcentaje más bajo pertenece a estudiantes con notas más altas.

Gráfico 2

Niveles de depresión estado, en los participantes

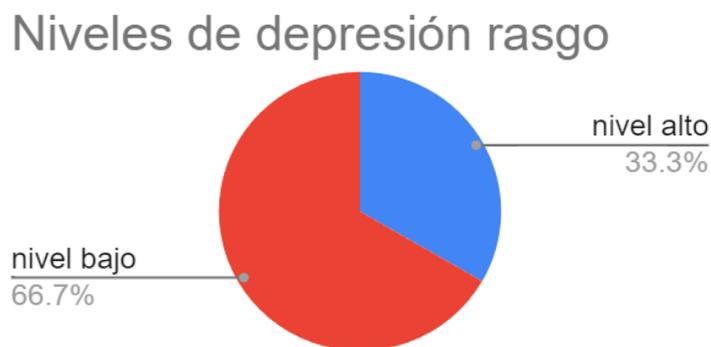


Nota: este gráfico muestra los porcentajes del nivel de depresión estado.

Resalta que el nivel de depresión en estudiantes de nivel técnico y tecnológico presentan niveles bajos de depresión estado, siendo el 62.3% correspondiente a 286,58 estudiantes, el otro 37,7% presenta niveles elevados que pueden explicarse por otras condiciones de su vida cotidiana, es necesario señalar que no se busca identificar niveles clínicos ni realizar diagnósticos.

Gráfico 3

Niveles de depresión rasgo, en los participantes



Nota: este gráfico muestra los porcentajes del nivel de depresión rasgo

Los niveles de depresión rasgo están bastante cerca de los niveles de depresión estado lo que muestra cierta estabilidad en la expresión de este constructo.

Gráfico 4

Niveles de ansiedad estado, en los participantes



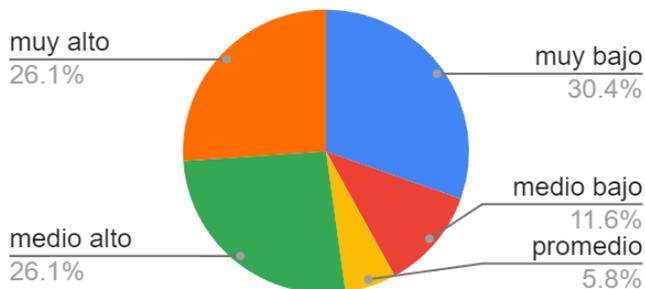
Nota: este gráfico muestra los porcentajes del nivel de ansiedad estado obtenidos

Se identifica niveles de ansiedad estado elevados en el 52.5% de la población correspondiente a 240 estudiantes, en contraposición el 36,2% de la población manifiesta ansiedad en niveles bajos.

Gráfico 5

Niveles de ansiedad rasgo, en los participantes

Niveles de ansiedad rasgo



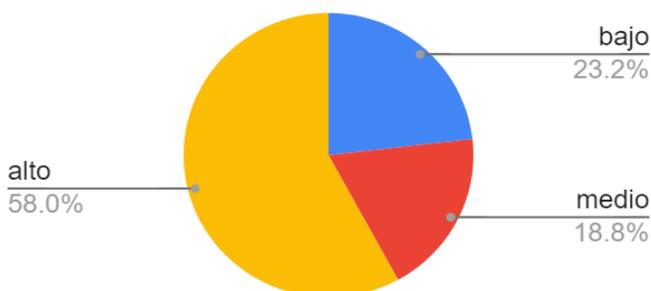
Nota: este gráfico muestra los niveles de ansiedad rasgo, en representación porcentual, que presentan los participantes.

Se identifica niveles de ansiedad rasgo elevados en el 52.2% de la población correspondiente a 240 estudiantes, este constructo está relacionado a las características propias de su personalidad.

Gráfico 6

Niveles de estrés, en los participantes

Niveles de estrés



Nota: este gráfico muestra los porcentajes del nivel de estrés percibidos

El 76.8% de la población muestra niveles relacionados al estrés autopercibido que corresponde a 353 personas, esto puede responder a varios factores entre ellos los procesos académicos propios de la etapa estudiantil.

Como se observa en las gráficas anteriores, el tipo de ansiedad con mayor presencia en esta población de estudiantes, es la ansiedad de tipo rasgo, presente en el 69.6 % de los alumnos, de los cuales el 11.6 % del total presenta niveles de ansiedad bajos, seguido del 5.8% mantienen nivel medio de ansiedad y el 52.2 % alcanza niveles altos de ansiedad que corresponde a 460 participantes, datos obtenidos por la aplicación del cuestionario STAI.

Seguido de la presencia del estrés que entre niveles medio y alto superan el 76% de los estudiantes, dichos resultados son obtenidos mediante la autopercpción de los participantes.

Tabla 1

Correlación

Correlaciones						
		Ansiedad Rasgo	Ansiedad Estado	Depresión Rasgo	Depresión Estado	Estrés
Rendimiento Académico	Correlación de Pearson	-.495**	-.333**	-.380**	-.318**	-
	sig. (bilateral)	0	0,004	0,001	0,005	0,007
	N	460	460	460	460	460

Nota: La tabla muestra los datos estadísticos de la correlación de Pearson y significancia obtenidos para la relación entre las variables ansiedad estado, ansiedad rasgo, depresión rasgo, depresión estado, estrés y su relación con el rendimiento académico.

De los resultados obtenidos a partir del programa estadístico SPSS, resalta la correlación inversa entre el rendimiento académico y todos los elementos correlacionados, donde destaca la ansiedad de rasgo, encontrándose una relación moderada evidenciando una Alfa Cronbach de ($r = -.495^{**}$ $p = .000$) esto indica que, a medida que los niveles de ansiedad rasgo son mayores el rendimiento académico disminuye, determinando a la ansiedad como factor que sí influye frente al rendimiento académico de los estudiantes.

Mediante entrevistas semiestructuradas, se recopilaron datos que indican que la experimentación de nuevas vivencias durante esta etapa conlleva a picos emocionales relevantes. Estos picos desvían la atención de los estudiantes hacia cuestiones que desafían su seguridad y generan potenciales dudas existenciales, descuidando así la dimensión del aprendizaje. Los factores emocionales desempeñan un papel crucial en la vida cotidiana, influyendo en la percepción, el estado de ánimo y el bienestar general. Entre estos, los cambios de humor destacan como elementos de gran impacto, moldeados por percepciones personales, dinámicas familiares y el entorno circundante. Dichas variaciones pueden manifestarse a través de alteraciones en la percepción, dificultades de concentración, trastornos del sueño, ansiedad, depresión y una merma en la autoestima. (Bustamante y Cabrera, 2022)

Los resultados obtenidos de la ficha demográfica resaltan los aspectos psicosociales donde se observan disparidades sociales y culturales que ejercen una influencia significativa en los logros educativos en múltiples facetas. Por un lado, las familias con mayores recursos económicos tienen la capacidad de proporcionar a sus hijos condiciones de estudio más favorables, lo que les otorga una ventaja sobre sus compañeros. Por otro lado, aquellos que provienen de entornos familiares con una cultura o educación más desarrollada tienden a alcanzar un rendimiento académico superior. Además, estas diferencias sociales y culturales pueden influir en la relación de los estudiantes con el proceso de aprendizaje y en su motivación para estudiar. (Ahumada et al., 2020)

El entorno familiar desempeña un papel crucial, ya que las relaciones familiares positivas brindan un respaldo emocional y un ambiente seguro propicio para el desarrollo integral de los estudiantes. La presencia o ausencia de figuras paternas también resulta determinante. En contraste, un entorno familiar conflictivo puede tener un impacto adverso en el desempeño académico, generando ansiedad, estrés y dificultades de concentración.

En lo que respecta al contexto socioeconómico, si bien no determina el proceso de aprendizaje, sí ejerce una influencia en él, dependiendo de las responsabilidades laborales que los estudiantes asuman fuera del horario académico. Por ejemplo, tener un empleo que demande gran parte del tiempo disponible para el estudio puede afectar las condiciones para el aprendizaje.

DISCUSIÓN

El análisis de los niveles de estrés, depresión y ansiedad en estudiantes de una institución de educación superior ha generado resultados significativos, proporcionando una valiosa oportunidad para ahondar en la comprensión de los factores que inciden en el rendimiento académico y el bienestar emocional de los estudiantes. Los resultados de la encuesta muestran una preocupante prevalencia de trastornos emocionales entre los 460 participantes, quienes abarcan ambos sexos y tienen edades comprendidas entre 18 y 33 años. Estos individuos asisten tanto a la jornada diurna como nocturna, abarcando desde el primer hasta el cuarto semestre académico. Se destaca que un significativo porcentaje de la muestra presenta síntomas vinculados con la ansiedad y estrés, a diferencia de la depresión en este grupo se encontró en niveles bajos.

Estos hallazgos señalan una problemática recurrente en la población estudiantil universitaria, respaldada por investigaciones anteriores que también han identificado niveles elevados de ansiedad y estrés en este grupo demográfico. La magnitud de estos trastornos emocionales abarca una variedad de aspectos, ya que afectan a estudiantes de ambos sexos, en diversas edades y etapas académicas.

De acuerdo con los hallazgos de Castillo, Chacón y Díaz en su investigación, se identificaron niveles elevados de ansiedad, depresión y estrés en estudiantes de segundo año de las carreras de enfermería y tecnología médica en la Facultad de Medicina de la Universidad de Chile. (Castillo et al., 2016). Estos resultados guardan una estrecha relación con nuestras propias observaciones, y el estudio mencionado respalda de manera significativa los hallazgos obtenidos en nuestra investigación.

En este análisis se exploraron los niveles de ansiedad y los factores desencadenantes de estrés académico. Los resultados indican que la sobrecarga académica, la falta de tiempo para cumplir con las responsabilidades académicas y la realización de exámenes emergen como las principales causas de estrés identificadas en esta población estudiantil.

Los resultados de este estudio destacan la relación entre la ansiedad y el rendimiento académico. Es esencial señalar que las causas que contribuyen al desarrollo de patologías psicológicas son variadas y no se limitan exclusivamente a factores académicos. En la investigación titulada "Síntomas de depresión, ansiedad y estrés en estudiantes de odontología: prevalencia y factores relacionados", llevada a cabo con estudiantes universitarios, se llegó a la conclusión de que los elementos asociados al surgimiento de estos trastornos incluyen problemas económicos, dificultades familiares, falta de apoyo social y la escasez de tiempo recreativo. (Arrieta et al., 2013). Estos factores se alinean con los resultados obtenidos en la investigación, ya que las disparidades sociales y culturales inciden en el proceso de aprendizaje y en la motivación para estudiar. Además, un entorno familiar positivo contribuye a crear un ambiente seguro y propicio para el desarrollo integral de los estudiantes. En contraste, un entorno familiar conflictivo puede tener repercusiones adversas en el rendimiento académico, generando ansiedad, estrés y dificultades de concentración.

Los resultados indican que, del total de participantes, alrededor del 35% presentan algún indicador asociado a depresión, el 52.20% a ansiedad y el 58% a estrés. Estos resultados corroboran los encontrados por Trunce en 2020, que en su investigación valoraba variables similares, en dicho estudio la ansiedad alcanzó el 53.20% a y el estrés el 47.80% es necesario señalar que también se realizaron en poblaciones latinoamericanas.

De los resultados obtenidos resalta la correlación inversa entre el rendimiento académico y la ansiedad de rasgo, donde se encontró una relación moderada evidenciando una Alfa Cronbach de $r = -.495^{**}$ y la significancia de $p = .000$, esto indica que, a medida que los niveles de ansiedad rasgo son mayores el rendimiento académico disminuye, lo que indica que la ansiedad es un factor que sí influye frente al rendimiento académico de los estudiantes. Asimismo, Mosqueira-Soto en 2020, llega a la conclusión que la ansiedad es un factor determinante en el rendimiento académico en su estudio con estudiantes de enfermería. Corroborando lo encontrado en 2023 por Menacho que, mediante el análisis estadístico

de Spearman identificó una significancia ($p < 0,05$) confirmando la existe una relación estadísticamente inversa entre los niveles de ansiedad estado-rasgo y el rendimiento académico. (Menacho Valverde, 2023) para esta investigación los niveles de ansiedad estado y su relación con el consentimiento académico alcanzó un $r = -.333^{**}$ y una significancia inferior a .005, a pesar de que la correlación es estadísticamente menos fuerte está presente.

Esta relación se explica a través de Gutiérrez Calvo y Averó que señalan que la ansiedad en niveles elevados ante actividades académicas disminuye la calidad del aprendizaje, al disminuir funciones cognitivas como la concentración, atención, memoria semántica y evocativa; derivando en bajo rendimiento académico. Además, la ansiedad genera alteraciones sobre la autoestima, las relaciones con sus pares, el ánimo y la salud mental en general (Averó y Gutiérrez, 2015)

Por otra parte, los niveles de depresión tanto estado como rasgo en la población estudiada alcanzan valores bajos, es decir, que entre el 62 y 65 % de la población no muestra valores alarmantes de depresión, se corrobora con los hallazgos de Trunce, en 2020 donde identifica valores similares. Al momento de relacionar la depresión y el rendimiento académico los datos arrojados por el programa estadístico SPSS, muestra la asociación y tendencia negativa. (Trunce et al., 2020). En cuanto al cálculo de la significancia bilateral el valor obtenido fue de ($< .005$), válido para mencionar que existe asociación entre las variables, los resultados derivados de la correlación de Pearson fueron de $-.380^{**}$ indicando una asociación moderada entre las variables. Mencionado esto, la evidencia empírica sugiere que el rendimiento de los estudiantes puede estar influenciado por otros factores asociados a otras esferas de la dinámica social de la persona como problemas económicos, dificultades familiares, apoyo social y falta de tiempo recreativo. (Mosquera y Poblete, 2020)

El estrés auto percibido por los estudiantes alcanzó un 58% de la población en valores altos, seguido de nivel bajo con un 23.3%, parece ser que los niveles altos de esta entidad psicológica son constantes en población técnica, tecnológica o universitaria, alineándose con lo encontrado en 2020 por Espinosa-Castro y colaboradores en su estudio sobre estrés y rendimiento académico donde, un 22% tiene estrés bajo, 31% medio y 46% alto. (Espinosa et al., 2020)

CONCLUSIÓN

Se puede concluir que existe una relación entre el rendimiento académico de los estudiantes y las variables de ansiedad y estrés. Sin embargo, no se observa una asociación clara con la variable de depresión. Estos hallazgos resaltan una problemática persistente en la población estudiantil universitaria, respaldada por investigaciones anteriores que también han identificado niveles elevados de ansiedad y estrés en este grupo demográfico. La amplitud de estos trastornos emocionales abarca diversos aspectos, ya que afectan a estudiantes de ambos sexos, en diferentes rangos de edad, etapas académicas y situaciones sociodemográficas.

Aunque los constructos psicológicos de ansiedad, depresión y estrés exhiben una correlación estadística moderada e inversa, parece ser que la relación más robusta se observa entre la ansiedad y la depresión de tipo rasgo, en comparación con las demás interacciones.

En contraposición, aunque se evidenciaron niveles elevados de estrés este no mostró una significancia estadísticamente definitiva para establecer una relación real con el desempeño académico.

En contraste, a pesar de la presencia de niveles elevados de estrés, no se observó una significancia estadística definitiva que respalde la existencia de una relación concreta con el rendimiento académico.

Es esencial que los estudiantes comprendan con claridad los síntomas del estrés, ya que este puede manifestarse a nivel físico, emocional, psicológico y conductual. El conocimiento detallado de cada

uno de estos niveles, promovido a través de campañas u otras estrategias educativas, posibilita respuestas oportunas con el propósito de prevenir la repetición de situaciones estresantes, la deserción académica y la aparición de enfermedades relacionadas.

REFERENCIAS

Ahumada, B., Henríquez, C., & Maureira, F. &. (2020). Estrés estudiantil un estudio desde la mirada cualitativa. *Investigación Cualitativa*. <https://acortar.link/OX7bjr>

Arrieta Vergara, K., Díaz Cárdenas, S., & González Martínez, F. (2013). Síntomas de depresión, ansiedad y estrés en estudiantes de odontología: prevalencia y factores relacionados. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 42 (2), 173-181.

Avero- Delgado, P. B. (1995). Ansiedad, estrategias auxiliares y comprensión lectora: déficit de procesamiento versus falta de confianza. *Psicothema*, 7(3), 569-578

Ávila, J. (2014). El estrés un problema de salud del mundo actual. *Revista CON-CIENCIA*, 2(1), 117-125.

Bustamante-Neira, G. J., & Cabrera Berrezueta, L. B. (2022). Factores que inciden en el rendimiento académico de los estudiantes de bachillerato en el cantón Sucúa-Ecuador. *Ciencia Digital*, 6(4), 97-115. <https://doi.org/10.33262/cienciadigital.v6i4.2338>

Castillo Pimienta, T. C.-V. (2016). Ansiedad y fuentes de estrés académico en estudiantes. *Investigacion en Educacion Medica*, 5(20), 230-237. <https://acortar.link/v196pS>

Chin, L. P., & Fajardo, J. L. C. (2022). Migración parental desde la mirada del desarrollo personal-emocional y el rendimiento escolar en Gualaceo-Ecuador. *Revista de ciencias sociales*, 28(3), 218-234.

Espinosa-Castro, J.-F., Hernández-Lalinde, J., Rodríguez, J. E., Chacín, M., & Bermúdez-Pirela, V. (2020). Influencia del estrés sobre el rendimiento académico. *AVFT – Archivos Venezolanos De Farmacología Y Terapéutica*, 39(1).

Elizondo, R. A. (2020). Ansiedad estudio. *Revista PsicologiaCientifica.com*, 7(8). <https://pscient.net/lwclh>

Flores, N. F. C., & Rodríguez, L. D. V. (2023). Inteligencia emocional en centros universitarios ecuatorianos: una revisión bibliográfica de las regiones costa y sierra del Ecuador. *Revista de Investigación, Formación y Desarrollo: Generando Productividad Institucional*, 11(2), 50-60.

Fonseca-Pedrero. (2012). Propiedades psicométricas del Cuestionario de ansiedad estado-rasgo (STAI) en universitarios. *Psicologia Conductual*. (20(3), 547-561.

García-Gajardo, F., Fonseca Grandón, G., & Concha Gfell, L. (2015). Aprendizaje y rendimiento académico en educación superior: un estudio comparado. *Revista Electrónica "Actualidades Investigativas en Educación"*, 15 (3), 1-26.

Juypa A. (2022). Inteligencia emocional y rendimiento académico en estudiantes de ciencias administrativas de la unas-tm-2018 [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional Agraria de la Selva] <https://acortar.link/VXNKUm>

Menacho Valverde, G. V. (2023). Ansiedad estado - rasgo y rendimiento académico, en estudiantes de Enfermería, UNASAM-Huaraz – 2022 [Tesis de pregrado, Universidad Nacional Santiago Antunez de Mayolo]. Archivo digital. <https://acortar.link/nHbnVY>

Mosqueira-Soto C., P.-T. M. (2020). Relación entre el nivel de ansiedad y rendimiento académico en estudiantes de enfermería. *Enfermeria Universitaria*. 17(4), 437-448

Navarro E, R. (2019). El rendimiento academico: concepto, investigacion y desarrollo. *Revista Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y Cambio en Educación*, 1(2), 0.

Ocampo Otálvaro, LE, (2007). Análisis Correlacional del Cuestionario de Depresión Estado/Rasgo con una muestra de adolescentes y universitarios de la ciudad de Medellín (Colombia). *Psicología desde el Caribe*, (20), 28-49.

Organizacion Mundial de la Salud [OMS]. (2024). Definición salud. <https://acortar.link/NTuZrZ>

Organizacion Mundial de la Salud [OMS]. (2022, 17 de junio). Salud mental: fortalecer nuestra respuesta. <https://acortar.link/SBYQ0>

Rabanal-León, Helen Catalina, Aguilar-Chávez, Pablo Valentino, Figueroa-Rojas, Patricia del Valle, Peralta-Iparraguirre, Ana Vilma, Rodriguez-Azabache, Julio, & Yupari-Azabache, Irma Luz. (2023). Características asociadas a la depresión, ansiedad y estrés en estudiantes universitarios. *Enfermería Global*, 22(71), 152-178.

Ramírez-Huerta, Y. (2023). Evidencias psicométricas de la escala de estrés percibido – PSS, en universitarios de Nuevo Chimbote [Tesis de pregrado, Universidad Cesar Vallejo]. Archivo digital. <https://acortar.link/dufkvf>

Sinchigalo-Martínez, R., Guzmán-Barcenas, B., & Bonilla-Jurado, D. (2022). Bienestar emocional y rendimiento académico en estudiantes universitarios: relación bidimensional y su impacto en las estrategias de apoyo. *Journal of Science and Research*, 7(4), 71–95.

Sotelo L., L., Sotelo L., N., Dominguez L., S., Poma B., I., Cueto Q., E., Alarcón S., D., Barboza P., M., & Padilla T., O. (2012). Propiedades psicométricas del inventario de depresión estado-rasgo (IDER) en adultos de Lima. *Avances En Psicología*, 20(2), 59–68. <https://doi.org/10.33539/avpsicol.2012v20n2.319>

Spielberger, C. D. (1975). IDARE: Inventario de ansiedad: rasgo-estado. Mexico: El Manual Moderno.

Uribe, F. F., Contreras, F. C., & Guerrero, J. C. (2020). Estadística descriptiva y probabilidad para las ciencias de la información con el uso del SPSS. Lima. <https://acortar.link/ILzBJQ>