



ARTI EDITORIAL
Arte de la Investigación

PSICOLOGÍA APLICADA EN CONTEXTOS EDUCATIVOS Y PSICOSOCIALES:

Enfoques Actuales sobre Salud Mental, Aprendizaje y Comportamiento
Humano



PSI. JORGE POZO CHELE PHD.

**PSICOLOGÍA APLICADA EN CONTEXTOS
EDUCATIVOS Y PSICOSOCIALES:
ENFOQUES ACTUALES SOBRE SALUD
MENTAL, APRENDIZAJE Y
COMPORTAMIENTO HUMANO**

Jorge Luis Pozo Chele

Información de la obra

Publicación digital

Primera edición – Septiembre del 2026

ISBN: 978-9907-9600-0-6

DOI: <http://doi.org/10.5281/zenodo.22923532>

Materia: 158 - Psicología aplicada

Colección: Psicología

No. pág.: 273

Cita sugerida: Chele, J. (2026). *Psicología Aplicada en Contextos Educativos y Psicosociales: Enfoques Actuales sobre Salud Mental, Aprendizaje y Comportamiento Humano*. ARTI EDITORIAL. <http://doi.org/10.5281/zenodo.22923532>

Equipo editorial

Mgtr. Roberto Romero Chévez
Director General

Mgtr. Víctor Sancán Chávez
Editor en Jefe

Téc. Winston Morán Párraga
Edición y Maquetación

Información Editorial

Arti Editorial

www.artieditorial.org

e-mail: info@artieditorial.org

Guayaquil – Ecuador

Se prohíbe la reproducción, distribución o comunicación pública, total o parcial, de la presente obra sin autorización expresa, salvo reproducción literal con el debido reconocimiento de los derechos intelectuales de los autores y de la editorial.

Esta obra está bajo una licencia internacional. Creative Commons Atribución-No Comercial Sin Derivadas 4.0.



ÍNDICE DE CONTENIDO

ÍNDICE DE CONTENIDO	i
PRÓLOGO.....	xiv
INTRODUCCIÓN.....	1
CAPÍTULO I Uso problemático del celular en redes y su afectación en la atención sostenida en estudiantes de la carrera de Psicología del 2-2 de la UPSE	2
Resumen	3
Abstract.....	4
Introducción.....	5
Materiales y Métodos.....	7
Resultados	8
Discusión	13
Conclusiones	15
Referencias bibliográficas.....	16
CAPÍTULO II Sobrecarga cognitiva digital y su relación con el aprendizaje académico en estudiantes de segundo semestre de Psicología de la UPSE, 2026.....	20
Resumen	21
Abstract.....	22
Introducción.....	23
Resultados	26
Discusión	32
Conclusiones	33

Referencias bibliográficas.....	34
CAPÍTULO III.....	38
Resumen	39
Abstract.....	40
Introducción	41
Metodología	43
Resultados	45
Discusión	50
Conclusiones	52
Referencias bibliográficas.....	53
CAPÍTULO IV Relación entre la resiliencia y el estrés académico en estudiantes del PCEI Intensivo de la Unidad Educativa Guillermo Ordóñez Gómez.....	57
Resumen	58
Abstract.....	58
Introducción	59
Desarrollo	62
Resultados	63
Discusión	69
Conclusión.....	71
Referencias bibliográficas.....	72
CAPÍTULO V Relación entre la calidad del sueño y el rendimiento académico en estudiantes de segundo semestre de la carrera de Psicología de la UPSE.....	76
Resumen	77

Abstract.....	78
Introducción	78
Materiales y métodos	82
Resultados	83
Discusión	89
Conclusión.....	90
Referencias bibliográficas.....	91
CAPÍTULO VI Relación entre el estrés académico y la calidad del sueño en estudiantes de cuarto semestre de Psicología de la Universidad Estatal Península de Santa Elena.....	96
Resumen	97
Abstract.....	98
Introducción	98
Materiales y métodos	102
Resultados	103
Discusión	110
Conclusiones	112
Referencias bibliográficas.....	113
CAPÍTULO VII Relación entre depresión y uso problemático de redes sociales en estudiantes de Psicología de cuarto semestre de la UPSE.....	116
Resumen	117
Abstract.....	118
Introducción	119
Materiales y métodos	121

Resultados	122
Discusión	129
Conclusiones	130
Referencias bibliográficas.....	132
CAPÍTULO VIII Percepción del consumo de alcohol en el entorno universitario del segundo semestre de Psicología, jornada matutina, UPSE	135
Resumen	136
Abstract.....	137
Introducción	137
Materiales y Métodos.....	140
Resultados	142
Discusión	148
Conclusión.....	150
Referencias bibliográficas.....	151
CAPÍTULO IX Percepción sobre la prevención de la violencia de género en estudiantes de quinto semestre de Psicología de la Universidad Estatal Península de Santa Elena.....	154
Resumen	155
Abstract.....	156
Introducción	157
Materiales y Métodos.....	158
Capacidad de actuación ante la violencia de género.....	161
Participación en la prevención de la violencia de género	162

Apoyo y recursos para víctimas	163
Comunicación y prevención de la violencia de género .	165
Discusión	166
Conclusiones	167
Referencias bibliográficas.....	168
CAPÍTULO X Evaluación de las competencias docentes para la prevención e intervención ante situaciones de bullying escolar en la Escuela de Educación Básica Lic. Angélica Villón Lindao	172
Resumen	173
Abstract.....	174
Introducción	175
Materiales y Métodos.....	177
Resultados	179
Discusión	184
Conclusiones	185
Referencias bibliográficas.....	186
CAPÍTULO XI Estrategias de intervención docente frente al acoso escolar en la Escuela de Educación Básica Presidente Tamayo, período 2026	189
Resumen	190
Abstract.....	191
Introducción	192
Materiales y Métodos.....	195
Resultados	196

Discusión	203
Conclusiones	205
Referencias bibliográficas.....	206
CAPÍTULO XII El impacto del ciberacoso en la autoestima de estudiantes de segundo semestre de Psicología de la UPSE	209
Resumen	210
Abstract.....	211
Introducción	212
Materiales y métodos	214
Resultados	215
Discusión	220
Conclusiones	221
Referencias bibliográficas.....	222
CAPÍTULO XIII Dificultades de aprendizaje y rendimiento académico en estudiantes del sexto semestre de PINE-UPSE	226
Resumen	227
Abstract.....	227
Introducción	228
Materiales y Métodos.....	230
Resultados	231
Discusión	237
Conclusiones	239
Referencias bibliográficas.....	240

CAPÍTULO XIV Construcción del proyecto de vida en jóvenes en proceso de rehabilitación del CETAD Sembradores de Vida, Santa Elena, 2026 245

Resumen 246

Abstract..... 247

Introducción 247

Materiales y Métodos..... 250

Resultados 252

Discusión 258

Conclusiones 260

Referencias bibliográficas..... 261

CAPÍTULO XV Uso de redes sociales y salud mental en la adolescencia: una revisión de la literatura..... 264

Resumen 265

Abstract..... 265

Introducción 266

Materiales y Métodos..... 269

Conclusiones 271

Referencias bibliográficas..... 272

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 Relación entre la edad y la dificultad para reducir el uso de redes sociales.	9
Tabla 2 <i>Distribución del uso problemático de redes sociales según el sexo.</i>	10
Tabla 3 <i>Influencia del uso de redes sociales en la organización del tiempo académico.</i>	11
Tabla 4 <i>Influencia de la alternancia entre redes sociales y actividades académicas sobre la concentración</i>	12
Tabla 5 <i>Resumen de los principales resultados.</i>	13
Tabla 6 <i>Características sociodemográficas de los estudiantes de segundo semestre de Psicología de la UPSE (n = 165).</i>	84
Tabla 7 <i>Relación entre la calidad del sueño y el rendimiento académico</i>	87
Tabla 8 <i>Variables consideradas en la investigación</i>	104
Tabla 9 <i>Correlación entre el estrés académico y la calidad del sueño mediante el coeficiente Rho de Spearman</i>	110
Tabla 10 <i>Relación entre el uso de redes sociales y la depresión</i>	122
Tabla 11 <i>Ansiedad por el uso de redes.</i>	124
Tabla 12 <i>Rendimiento académico por uso de redes sociales.</i>	125
Tabla 13 <i>Relación entre controlar el tiempo dedicado a las redes sociales y la desmotivación</i>	126
Tabla 14 <i>Relación entre el uso de redes sociales durante el tiempo de estudio</i>	127
Tabla 15 <i>Relación entre las redes sociales y problemas para dormir.</i>	128
Tabla 16 <i>Correlación entre reuniones sociales, influencia y entorno social.</i>	146
Tabla 17 <i>Resumen de percepción sobre consumo de alcohol y el rendimiento.</i>	147

Tabla 18 Acoso escolar y la aplicación de estrategias de mediación	198
Tabla 19 <i>Capacitación recibida para actuar frente a situaciones de acoso escolar</i>	200
Tabla 20 <i>Acoso escolar y el reconocimiento de señales de victimización</i>	201
Tabla 21 <i>Relación entre la opinión negativa de otras personas y la satisfacción con la propia persona</i>	219
Tabla 22 <i>Relación entre el impacto de los comentarios negativos en redes sociales sobre el estado emocional y la satisfacción con la propia persona</i>	220
Tabla 23 <i>Resumen de tendencias principales en la relación entre la percepción del rendimiento académico, la motivación y la edad de los participantes</i>	234
Tabla 24 <i>Síntesis de hallazgos sobre la percepción del rendimiento académico y la comprensión de contenidos según el curso predominante</i>	235
Tabla 25 <i>Resumen de tendencias principales en la relación entre la percepción del rendimiento académico, la comprensión de contenidos y el curso de los participantes</i>	237
Tabla 26 <i>Variables y definiciones operacionales</i>	270
Tabla 27 <i>Mecanismos explicativos de la relación entre redes sociales y salud mental adolescente</i>	270

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Percepción de la sobrecarga de información durante el estudio en línea según la edad de los estudiantes	27
Figura 2. <i>La percepción sobre el desarrollo de las competencias profesionales según el sexo de los estudiantes.</i>	28
Figura 3. <i>Percepción del cansancio mental por la revisión constante de plataformas virtuales según el curso de los estudiantes.</i>	29
Figura 4. <i>Percepción de los hábitos de estudio que favorecen el rendimiento académico según el sexo de los estudiantes.</i>	30
Figura 5. <i>Dificultad para organizar la información académica recibida por medios digitales según el curso correspondiente al que pertenecen los estudiantes</i>	31
Figura 6. <i>Orientación y apoyo familiar</i>	46
Figura 7. <i>Capacidad de adaptación a cambios en el ámbito universitario</i>	47
Figura 8. <i>Vínculo entre afrontar problemas y apoyo percibido.</i>	48
Figura 9. <i>Integración y seguridad en grupos sociales.</i>	49
Figura 10. <i>Estabilidad emocional y apoyo personal percibido.</i>	50
Figura 11. <i>Distribución de la confianza en las capacidades para alcanzar las metas académicas según el sexo.</i>	64
Figura 12. <i>Distribución de la presión por las actividades académicas según el curso o nivel</i>	65
Figura 13. <i>Distribución del agotamiento físico o emocional según el estado civil.</i>	66
Figura 14. <i>Percepción sobre la suficiencia del tiempo para cumplir con las actividades académicas según el número de hijos</i>	67
Figura 15. <i>Adaptación a los cambios o exigencias de los estudios según el tiempo de permanencia en el PCEI.</i>	68
Figura 16. <i>Percepción de dormir las horas suficientes para sentirse descansado/a al despertar</i>	85

Figura 17. Rendimiento académico satisfactorio en relación con las exigencias de la carrera.....	86
Figura 18. Rendimiento académico según la percepción de la calidad del sueño.....	88
Figura 19. Percepción de los estudiantes sobre la cantidad de tareas académicas como fuente de estrés	105
Figura 20. Nivel de estrés generado por los exámenes y evaluaciones académicas	106
Figura 21. Horas de sueño percibidas como suficientes para sentirse descansado(a).....	107
Figura 22. Dificultades para conciliar el sueño debido a preocupaciones académicas.....	108
Figura 23. Fatiga diurna asociada a la mala calidad del sueño	109
Figura 24. Frecuencia sobre la afectación de la salud física por el consumo de alcohol.....	143
Figura 25. Relación entre el sexo y la aceptación social del consumo de alcohol	144
Figura 26. Relación entre la edad, la resolución de conflictos y el bienestar emocional	145
Figura 27. Violencias de género.....	160
Figura 28. Conocimiento de los recursos de apoyo y capacidad de actuación ante la violencia de género	162
Figura 29. Participación y sensibilización en talleres de género ...	163
Figura 30. Asesoría Psicológica a víctimas	164
Figura 31. Apoyo a víctimas en violencia de género.	165
Figura 32. Relación entre el género y mantener una comunicación con los representantes de los estudiantes involucrados	180
Figura 33. Relación entre el género de reconocer las señales de alerta que puedan presentar las víctimas del bullying	181
Figura 34. Relación entre están informados sobre las normativas institucionales y las consecuencias emocionales	182

Figura 35. <i>Relación entre establecer normas de convivencia y actividades que fomenten el respeto y la inclusión entre los estudiantes dentro del aula</i>	183
Figura 36. <i>Identificación de situaciones de acoso escolar según el sexo de los docentes</i>	197
Figura 37. <i>Evaluación periódica del clima de convivencia según el sexo de los docentes</i>	199
Figura 38. <i>Intervención inmediata ante situaciones de acoso escolar según la edad de los docentes</i>	203
Figura 39. <i>Relación entre el sexo y la recepción de mensajes ofensivos o humillantes a través de redes sociales</i>	216
Figura 40. <i>Relación entre la edad y el uso de la cuenta o identidad digital sin autorización</i>	217
Figura 41. <i>Relación entre el sexo y el hecho de haber sido objeto de burlas repetidas en plataformas digitales</i>	218
Figura 42. <i>Distribución de frecuencias de la percepción de dificultad en la organización de tareas académicas según el sexo de los participantes</i>	232
Figura 43. <i>Nivel de motivación para el estudio auto informado en función del sexo</i>	233
Figura 44. <i>Participación activa en las actividades programadas por la comunidad terapéutica y motivación para construir un futuro mejor</i>	252
Figura 45. <i>Apoyo psicológico recibido y fortalecimiento de la autoestima</i>	253
Figura 46. <i>Desarrollo de habilidades y definición de objetivos personales</i>	254
Figura 47. <i>Edad y elaboración de un plan para alcanzar metas personales y profesionales</i>	256
Figura 48. <i>Familiar con el que vive y motivación para construir un futuro mejor</i>	257

Figura 49. *Modelo conceptual de la relación entre el uso de redes sociales y la salud mental en la adolescencia*271

PRÓLOGO

Esta obra reúne quince estudios elaborados en contextos educativos y psicosociales de la provincia de Santa Elena y de otras instituciones ecuatorianas. Los capítulos examinan experiencias concretas relacionadas con el uso de tecnologías, el bienestar psicológico, la convivencia escolar, el aprendizaje, el consumo de sustancias y la rehabilitación. Cada investigación conserva el problema, el método, los resultados y las referencias proporcionados por sus autores, y se presenta con una estructura editorial común para facilitar su consulta.

El conjunto permite observar que los fenómenos educativos y de salud mental se expresan de manera interrelacionada. La atención, el sueño, la resiliencia, las redes de apoyo, la autoestima y las competencias docentes aparecen vinculados con las condiciones institucionales y con las prácticas cotidianas de estudiantes y profesores. Los capítulos ofrecen evidencia situada y abren preguntas para trabajos posteriores con muestras más amplias, instrumentos validados y diseños longitudinales.

La edición ha realizado correcciones ortográficas, gramaticales, de citación y de presentación de tablas y figuras. Cuando una fuente entregada presenta inconsistencias de autoría, denominación o recuento, la información se conserva y se deja una anotación editorial para su confirmación. Esta decisión protege la trazabilidad de los datos y mantiene visible la responsabilidad de cada equipo investigador.

ARTI EDITORIAL presenta esta compilación como un aporte a la discusión académica sobre salud mental, aprendizaje y convivencia, con la expectativa de que sus hallazgos sean útiles para estudiantes, docentes, profesionales y responsables de programas universitarios y escolares.

INTRODUCCIÓN

La salud mental y el aprendizaje se construyen en espacios sociales concretos. Las aulas universitarias, las escuelas, los hogares, las redes sociales y los centros de rehabilitación son escenarios en los que las personas afrontan demandas, buscan apoyo y desarrollan recursos para orientar sus decisiones. La presente obra colectiva reúne investigaciones que estudian esas relaciones desde enfoques cuantitativos, diseños transversales y análisis descriptivos o correlacionales.

Los capítulos iniciales abordan el uso problemático de dispositivos y redes sociales, la sobrecarga cognitiva, la atención sostenida y la salud mental adolescente. A continuación, se examinan las redes de apoyo, la resiliencia, el estrés académico y la calidad del sueño. El bloque dedicado a la convivencia analiza la prevención de la violencia de género, el bullying escolar, las competencias docentes y el ciberacoso. Finalmente, se incluyen trabajos sobre dificultades de aprendizaje, proyecto de vida en rehabilitación y una revisión narrativa sobre redes sociales y salud mental.

La lectura debe considerar el alcance de cada diseño y las características de sus muestras. Las asociaciones estadísticas describen patrones observados en los grupos estudiados y no sustituyen la comprobación causal. Por ello, los resultados pueden orientar nuevas investigaciones, programas de prevención y decisiones institucionales, siempre junto con la revisión de los instrumentos, la calidad de los registros y las condiciones específicas de cada contexto.

Con esta estructura, el libro ofrece un mapa de problemas contemporáneos que afectan la formación y el bienestar, y conserva la diversidad de voces, métodos y experiencias presentes en los documentos originales.



CAPÍTULO I

USO PROBLEMÁTICO DEL CELULAR EN REDES Y SU AFECTACIÓN EN LA ATENCIÓN SOSTENIDA EN ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA DEL 2-2 DE LA UPSE

Scarleth Jumalay Piguave Tomalá
<https://orcid.org/0009-0000-1125-037X>
scarleth.piguavetomala5498@upse.edu.ec
Universidad Estatal Península de Santa Elena, (Ecuador).

Yalitza Yasmin Tumbaco Quinde
<https://orcid.org/0009-0008-6918-0026>
yalitza.tumbacoquinde6941@upse.edu.ec
Universidad Estatal Península de Santa Elena, (Ecuador).

Estefania Nayeli Matias Magallan
<https://orcid.org/0009-0003-6399-1913>
estefania.matiomagallan3081@upse.edu.ec
Universidad Estatal Península de Santa Elena, (Ecuador).

Danna Julie Alejandro Vera
<https://orcid.org/0009-0000-0229-5007>
danna.alejandroversal1742@upse.edu.ec
Universidad Estatal Península de Santa Elena, (Ecuador).

Resumen

El uso del teléfono celular y de las redes sociales se ha convertido en una práctica cotidiana entre los estudiantes universitarios, favoreciendo la comunicación y el acceso a recursos educativos; sin embargo, su utilización excesiva puede afectar procesos cognitivos esenciales como la atención sostenida. En este contexto, el objetivo de la presente investigación fue analizar la influencia del uso problemático del celular en redes sociales sobre la atención sostenida durante las clases sincrónicas en estudiantes del segundo semestre, paralelo 2/2, de la carrera de Psicología de la UPSE. Se desarrolló un estudio con enfoque cuantitativo, diseño no experimental, de corte transversal y alcance correlacional. La muestra estuvo conformada por 51 estudiantes seleccionados mediante muestreo censal. La información se recopiló mediante un cuestionario de 25 ítems aplicado a través de Google Forms, cuya confiabilidad alcanzó un alfa de Cronbach de 0,876. Los datos fueron procesados mediante IBM SPSS Statistics versión 26 utilizando análisis descriptivos y tablas cruzadas. Los resultados evidenciaron una mayor percepción de dependencia hacia las redes sociales en los estudiantes de 18 a 20 años, una mayor tendencia del sexo femenino a utilizar las redes sociales durante las clases sincrónicas y una relación entre el uso problemático del celular, la procrastinación académica, la dificultad para mantener la concentración y la disminución de la atención sostenida. Se concluye que el uso problemático del celular influye negativamente en la atención sostenida, por lo que resulta necesario promover estrategias de autorregulación y un uso responsable de las tecnologías digitales para favorecer el desempeño académico.

Palabras clave: Redes sociales, atención sostenida, estudiantes universitarios, rendimiento académico.

Abstract

The use of cell phones and social networks has become a daily practice among university students, favoring communication and access to educational resources; however, its excessive use can affect essential cognitive processes such as sustained attention. In this context, the objective of this research was to analyze the influence of problematic cell phone use in social networks on sustained attention during synchronous classes in students of the second semester, parallel 2/2, of the Psychology career of the UPSE. A study was developed with a quantitative approach, non-experimental design, cross-sectional and correlational scope. The sample consisted of 51 students selected through census sampling. The information was collected through a 25-item questionnaire applied through Google Forms, whose reliability reached a Cronbach's alpha of 0.876. The data were processed using IBM SPSS Statistics version 26 using descriptive analysis and cross-tabs. The results showed a greater perception of dependence on social networks in students aged 18 to 20 years, a greater tendency of women to use social networks during synchronous classes and a relationship between problematic cell phone use, academic procrastination, difficulty in maintaining concentration and decreased sustained attention. It is concluded that the problematic use of the cell phone has a negative influence on sustained attention, so it is necessary to promote self-regulation strategies and a responsible use of digital technologies to favor academic performance.

Keywords: Social networks, sustained attention, university students, academic performance.

Introducción

El avance de la tecnología y el crecimiento de las redes sociales han transformado significativamente la forma en que los estudiantes se comunican, accede a la información y desarrollan sus actividades académicas. En la actualidad, el teléfono celular se ha convertido en una herramienta indispensable dentro de la vida universitaria, ya que facilita el acceso inmediato a información, recursos educativos y medios de comunicación. Sin embargo, su uso constante y, en algunos casos, excesivo puede generar consecuencias negativas en los procesos de aprendizaje, especialmente sobre la atención sostenida, una capacidad cognitiva fundamental para mantener la concentración y procesar información durante períodos prolongados. (Cortés et al., 2022)

En el ámbito educativo, particularmente durante las clases sincrónicas, la constante presencia de notificaciones, mensajes y contenidos provenientes de las redes sociales puede desviar la atención de los estudiantes, dificultando su participación, la comprensión de los contenidos y el rendimiento académico. Esta realidad ha despertado el interés de diversos investigadores, quienes señalan que el uso problemático del celular constituye una conducta cada vez más frecuente entre los jóvenes universitarios. (Alvarado Mora et al., 2022)

Actualmente se observan manifestaciones como la falta de autocontrol, el uso excesivo del dispositivo móvil y conductas asociadas a la dependencia tecnológica. Estas situaciones provocan una fragmentación de la atención durante las actividades académicas y afectan el desempeño en tareas que requieren un enfoque sostenido. Asimismo, diferentes investigaciones advierten que el uso problemático del celular puede repercutir negativamente en procesos cognitivos como la memoria, la toma de decisiones y el razonamiento. Aunque

el teléfono celular representa una herramienta esencial por la hiperconectividad que ofrece y por facilitar el acceso a información necesaria para el desarrollo de investigaciones y proyectos académicos, su sobreutilización también se relaciona con un deterioro del bienestar emocional y del funcionamiento cognitivo. (Toledo Balseca et al., 2026)

Frente a esta problemática, resulta necesario comprender cómo el uso problemático del celular influye en la capacidad de los estudiantes para mantener la atención durante las actividades académicas. En este contexto, la presente investigación, titulada "Uso Problemático del Celular en Redes y su Afectación en la Atención Sostenida en Estudiantes del 2/2 de la UPSE", se desarrolla con estudiantes de segundo semestre del paralelo 2/2 de la carrera de Psicología de la Universidad Estatal Península de Santa Elena. Su propósito es analizar la influencia que ejerce el uso problemático del teléfono celular sobre la atención sostenida durante las clases sincrónicas, identificar el nivel de uso problemático presente en esta población estudiantil y establecer la relación existente entre dicho comportamiento y la capacidad de mantener la atención de manera continua. Los resultados permitirán aportar evidencia sobre esta problemática y contribuir a la promoción de hábitos tecnológicos más responsables que favorezcan el desempeño académico de los estudiantes universitarios.

Además, la investigación busca aportar datos que puedan servir de base para la elaboración de estrategias preventivas y programas de intervención en contextos universitarios. Esto incluye recomendaciones dirigidas a docentes para el diseño de clases sincrónicas más inclusivas y menos susceptibles a la distracción digital, así como propuestas para promover la autorregulación y el uso consciente del celular entre los estudiantes. De este modo se pretende favorecer un equilibrio

entre las ventajas pedagógicas de la conectividad y la protección de procesos cognitivos esenciales para el aprendizaje. (Casanova-Garrigós et al., 2025)

Finalmente, la relevancia social y académica del estudio radica en su potencial para informar políticas institucionales y prácticas educativas que respondan a los desafíos de la digitalización en la educación superior. Al identificar correlaciones entre el uso problemático del celular y la atención sostenida, el estudio facilitará la toma de decisiones basadas en evidencia por parte de autoridades universitarias, orientando recursos y acciones hacia el fortalecimiento del rendimiento académico y el bienestar estudiantil. (Adelina et al., 2024)

Materiales y Métodos

La presente investigación se llevó a cabo bajo un enfoque cuantitativo, con un diseño no experimental, de corte transversal y alcance correlacional, ya que buscó examinar la relación entre el uso problemático del celular en redes sociales y la atención sostenida en estudiantes del segundo semestre, paralelo 2-2, de la carrera de Psicología de la Universidad Estatal Península de Santa Elena (UPSE), sin intervenir sobre las variables analizadas. La población estuvo conformada por 53 estudiantes matriculados durante el período académico correspondiente; no obstante, la muestra final estuvo integrada por 51 participantes, debido a que dos estudiantes no asistían con regularidad a clases y no pudieron ser incluidos en la recolección de datos.

La recolección de la información se realizó mediante un cuestionario estructurado en Google Forms, diseñado para evaluar tanto el uso problemático del celular en redes sociales como la atención sostenida durante las clases sincrónicas.

Posteriormente, los datos fueron organizados y procesados en SPSS versión 26, donde se efectuaron análisis descriptivos mediante tablas de frecuencia y porcentajes para describir el comportamiento de las variables estudiadas. Durante todo el proceso se respetaron los principios éticos de la investigación científica, garantizando la participación voluntaria mediante consentimiento informado, así como la confidencialidad, el anonimato y el uso exclusivo de la información con fines académicos y científicos. Además, el instrumento presentó un coeficiente alfa de Cronbach de 0,876 con 25 ítems, lo que evidencia una adecuada homogeneidad interna y un nivel de confiabilidad muy bueno, de acuerdo con los criterios establecidos por (Nunnally y Bernstein, 1994).

Resultados

La asociación entre la edad, la percepción de dependencia de las redes sociales y la dificultad para disminuir su uso evidencia que los estudiantes más jóvenes constituyen el grupo con mayor vulnerabilidad frente al uso problemático del celular. El grupo de 18 a 20 años concentró el 66,7 % de la muestra (34 de 51 estudiantes) y presentó la mayor proporción de participantes que manifestaron dificultades para reducir el tiempo de uso de las redes sociales, incluso después de haber intentado controlarlo. En contraste, los demás grupos etarios registraron una participación considerablemente menor y un comportamiento más heterogéneo, sin patrones consistentes de dependencia.

Estos resultados permiten inferir que la percepción de dependencia hacia las redes sociales se encuentra estrechamente relacionada con la persistencia del comportamiento de uso, especialmente entre los estudiantes de

menor edad. Este patrón sugiere que la población más joven presenta mayores dificultades para autorregular el uso del teléfono móvil, lo que podría incrementar el riesgo de desarrollar conductas de uso problemático que interfieran con las actividades académicas y los procesos de atención.

Tabla 1
Relación entre la edad y la dificultad para reducir el uso de redes sociales.

Grupo etario	n	%	Hallazgo principal
18–20 años	34	66,7	Mayor dificultad para disminuir el uso y mayor percepción de dependencia.
21–23 años	2	3,9	Comportamiento sin un patrón definido.
24–26 años	7	13,7	Tendencia intermedia, sin predominio de conductas problemáticas.
27 años o más	8	15,7	Respuestas distribuidas de forma heterogénea.
Total	51	100,0	Predominio de estudiantes entre 18 y 20 años.

Fuente: Elaboración propia.

La distribución de los participantes según el sexo mostró un predominio del sexo femenino, que representó el 74,5 % de la muestra (38 de 51 estudiantes), mientras que el 25,5 % correspondió al sexo masculino (13 estudiantes). En el grupo femenino se identificó una mayor tendencia a utilizar las redes sociales durante las clases sincrónicas y a prolongar el tiempo de conexión más allá de lo inicialmente previsto, lo que refleja una mayor presencia de comportamientos asociados al uso problemático del celular en el contexto académico.

En contraste, los estudiantes del sexo masculino evidenciaron un patrón de uso menos intenso y una menor frecuencia de permanencia prolongada en las redes sociales durante las actividades académicas. En conjunto, los resultados sugieren que las estudiantes presentan una mayor predisposición a interactuar con las redes sociales durante el

desarrollo de las clases, situación que podría incrementar la probabilidad de distracción y afectar la continuidad de los procesos atencionales requeridos para el aprendizaje.

Tabla 2
Distribución del uso problemático de redes sociales según el sexo.

Sexo	n	%	Hallazgo principal
Femenino	38	74,5	Mayor uso de redes sociales durante las clases y mayor permanencia en línea.
Masculino	13	25,5	Menor intensidad de uso y menor permanencia durante las actividades académicas.
Total	51	100,0	Predominio del sexo femenino en la muestra.

Fuente: Elaboración propia.

Los resultados evidencian que el uso frecuente de las redes sociales se asocia con dificultades en la organización del tiempo destinado a las actividades académicas. La mayor proporción de estudiantes (29,4 %) manifestó una afectación moderada en la planificación de sus tareas, mientras que otro 29,4 % presentó una afectación elevada, caracterizada por una mayor tendencia a postergar sus responsabilidades académicas. Asimismo, un 17,6 % reportó una afectación alta, lo que indica que una parte importante de la muestra experimenta dificultades persistentes para administrar adecuadamente su tiempo de estudio.

En contraste, únicamente el 23,5 % de los estudiantes evidenció una baja influencia del uso de redes sociales sobre la organización de sus actividades académicas. En conjunto, estos resultados muestran que cerca de las tres cuartas partes de los participantes presentan algún grado de afectación en la gestión del tiempo, lo que sugiere que el uso problemático de las redes sociales constituye un factor que favorece la procrastinación académica y reduce la capacidad para mantener la atención durante el desarrollo de las clases.

Tabla 3
Influencia del uso de redes sociales en la organización del tiempo académico.

Nivel de afectación	n	%	Interpretación
Baja	12	23,5	Escasa interferencia en la planificación y cumplimiento de actividades académicas.
Moderada	15	29,4	Dificultades ocasionales para organizar el tiempo de estudio.
Alta	15	29,4	Mayor tendencia a postergar tareas y disminuir el tiempo efectivo de estudio.
Muy alta	9	17,6	Procrastinación persistente y dificultades para mantener la atención durante las actividades académicas.
Total	51	100,0	Predominan niveles moderados y altos de afectación en la organización del tiempo.

Fuente: Elaboración propia.

Los resultados muestran que la alternancia entre las actividades académicas y el uso de las redes sociales afecta la capacidad de los estudiantes para recuperar y mantener la concentración durante períodos prolongados de estudio. La mayor proporción de participantes (33,3 %) presentó una afectación moderada, mientras que el 29,4 % evidenció una afectación alta, caracterizada por mayores dificultades para retomar el enfoque después de interrumpir las actividades académicas con el uso del teléfono celular. Adicionalmente, un 13,7 % reportó una afectación muy alta, reflejando problemas persistentes para mantener la continuidad de la atención.

Por otra parte, únicamente el 23,5 % de los estudiantes manifestó una baja afectación en su capacidad de concentración. En conjunto, estos resultados indican que aproximadamente tres de cada cuatro participantes experimentan algún grado de interferencia en la atención sostenida como consecuencia del cambio constante entre las tareas académicas y las redes sociales. Este comportamiento

evidencia que la multitarea digital constituye un factor que dificulta la recuperación del foco atencional y puede comprometer el rendimiento durante las actividades de aprendizaje.

Tabla 4
Influencia de la alternancia entre redes sociales y actividades académicas sobre la concentración

Nivel de afectación	n	%	Interpretación
Baja	12	23,5	La concentración presenta escasa interferencia por el uso de redes sociales.
Moderada	17	33,3	Se observan dificultades ocasionales para recuperar el foco atencional.
Alta	15	29,4	La alternancia entre redes sociales y estudio dificulta mantener la concentración.
Muy alta	7	13,7	La pérdida de concentración es persistente y afecta la continuidad del aprendizaje.
Total	51	100,0	Predominan niveles moderados y altos de afectación en la concentración.

Fuente: Elaboración propia.

Los resultados evidencian que la mayoría de los estudiantes presenta limitaciones para mantener la atención sostenida durante las clases sincrónicas. El 51,0 % de los participantes manifestó un nivel muy bajo de atención, caracterizado por dificultades para mantener el enfoque e ignorar los estímulos distractores durante el desarrollo de las actividades académicas. Asimismo, un 25,5 % reportó un nivel bajo de atención, mientras que únicamente el 15,7 % alcanzó un nivel intermedio y el 7,8 % evidenció una adecuada capacidad para conservar la concentración durante la clase.

En términos generales, el 76,5 % de la muestra presentó niveles bajos o muy bajos de atención sostenida, lo que pone de manifiesto una importante vulnerabilidad en los procesos

cognitivos relacionados con la concentración. Estos resultados sugieren que el uso problemático del celular y la exposición constante a las redes sociales constituyen factores que favorecen la aparición de distracciones frecuentes, dificultan la continuidad del procesamiento de la información y pueden afectar negativamente el desempeño académico de los estudiantes durante las clases sincrónicas.

Tabla 5
Resumen de los principales resultados.

Nivel de atención sostenida	n	%	Interpretación
Muy bajo	26	51,0	Predominan dificultades para mantener el enfoque e ignorar las distracciones.
Bajo	13	25,5	La capacidad de concentración resulta insuficiente durante gran parte de las actividades académicas.
Intermedio	8	15,7	La atención se mantiene parcialmente, con interrupciones ocasionales.
Adecuado	4	7,8	Mantienen la concentración durante la mayor parte de la clase.
Total	51	100,0	Predominan niveles bajos y muy bajos de atención sostenida.

Fuente: Elaboración propia.

Discusión

Los resultados obtenidos evidencian que los estudiantes de entre 18 y 20 años presentan una mayor tendencia al uso problemático de las redes sociales, manifestado en una mayor dificultad para reducir el tiempo de conexión y una mayor percepción de dependencia. Asimismo, se observó que el sexo femenino concentró la mayor proporción de participantes y mostró una mayor predisposición a utilizar las redes sociales durante las clases sincrónicas y a prolongar el tiempo de uso

más allá de lo previsto. Estos hallazgos coinciden con lo reportado por Boer et al. (2021), quienes señalan que los adultos jóvenes constituyen el grupo con mayor intensidad de uso de redes sociales y presentan una mayor probabilidad de desarrollar patrones de uso problemático. De igual manera, Olivella-Cirici et al. (2023) sostienen que el uso excesivo del teléfono móvil se asocia con dificultades en el autocontrol y una mayor dependencia tecnológica, factores que favorecen la distracción durante las actividades académicas. En conjunto, estos resultados respaldan la existencia de un perfil de mayor vulnerabilidad frente al uso problemático del celular en estudiantes universitarios jóvenes.

En relación con el desempeño académico, los resultados muestran que la mayoría de los estudiantes presentó algún grado de afectación en la organización del tiempo, caracterizado por una mayor tendencia a postergar las tareas y alternar constantemente entre las actividades académicas y las redes sociales. Esta conducta estuvo acompañada de dificultades para recuperar la concentración después de las interrupciones digitales, evidenciando que la multitarea favorece la fragmentación de la atención. Estos hallazgos son consistentes con el metaanálisis de Hidalgo-Fuentes (2022), quien concluye que el uso problemático del internet y del teléfono inteligente mantiene una relación positiva con la procrastinación académica. Asimismo, Suárez-Perdomo et al. (2025) encontraron que el uso inadecuado de las redes sociales incrementa la procrastinación y reduce la capacidad de autorregulación del aprendizaje, mientras que Choudhury et al. (2025) demostraron que la adicción a las redes sociales favorece la fatiga cognitiva y los pensamientos intrusivos, dificultando el mantenimiento de la concentración durante las actividades universitarias.

Finalmente, la evaluación de la atención sostenida reveló que más de las tres cuartas partes de los estudiantes presentaron niveles bajos o muy bajos de concentración durante las clases sincrónicas, lo que evidencia una afectación importante en uno de los procesos cognitivos esenciales para el aprendizaje. Estos resultados coinciden con Cortés et al. (2022), quienes reportan que el uso intensivo del teléfono inteligente disminuye la atención sostenida en estudiantes universitarios. De igual forma, Tang y He (2025) explican que la adicción a las redes sociales afecta el rendimiento académico mediante mecanismos como el bajo autocontrol y el miedo a perderse información (Fear of Missing Out), incrementando la procrastinación y reduciendo la capacidad para mantener el foco atencional. En consecuencia, los hallazgos del presente estudio confirman el objetivo de la investigación al demostrar que el uso problemático del celular en redes sociales constituye un factor asociado con el deterioro de la atención sostenida y, por ende, representa un riesgo para el rendimiento académico de los estudiantes universitarios.

Conclusiones

Los resultados permiten concluir que el uso problemático del celular en redes sociales se relaciona con dificultades para regular el tiempo de conexión, postergar actividades académicas y mantener la concentración durante las clases sincrónicas. Esta situación fue más evidente en los estudiantes de 18 a 20 años, quienes concentraron la mayor proporción de la muestra y mostraron mayores dificultades para disminuir el uso de estas plataformas. Asimismo, en el grupo femenino se identificó una mayor tendencia a utilizar las redes sociales durante las actividades académicas y a permanecer conectado por más tiempo del inicialmente previsto, aunque esta

diferencia debe interpretarse con cautela debido al predominio de mujeres en la muestra.

De igual manera, se determinó que una proporción considerable de los estudiantes presenta niveles bajos de atención sostenida, dificultades para ignorar estímulos distractores y problemas para recuperar el enfoque después de alternar entre las tareas académicas y las redes sociales. En consecuencia, los hallazgos evidencian la necesidad de implementar estrategias de autorregulación digital, planificación del tiempo y control de distractores en el entorno universitario. Además, se recomienda desarrollar futuras investigaciones con muestras más amplias y análisis estadísticos inferenciales que permitan determinar con mayor precisión la intensidad y significancia de la relación entre el uso problemático del celular, la atención sostenida y el rendimiento académico.

Referencias bibliográficas

- Adelina, G., Murillo, M., Jessenia, M., Villegas, G., Emanuel, G., Morán, L., Jesús, S., & Moreta, M. (2024). Dependencia de los dispositivos inteligentes: Efectos en la atención y la capacidad cognitiva. <https://doi.org/10.5281/zenodo.14811185>
- Alvarado Mora, J. P., Basurto Villacis, T. M., Cedeño Murillo, B. A., Sacón Campuzano, J. M., & Tigselema Jácome, I. A. (2022). Consecuencias del uso excesivo del teléfono celular en los estudiantes de la carrera de educación en la Universidad Estatal de Quevedo. *Revista Científica Multidisciplinaria Ogma*, 1(2), 1–14. <https://doi.org/10.69516/3d9j8c43>
- Anchundia Salazar, A. R., Pozo Chele, J. L., & Delgado Beltrán, R. E. (2023). Factores que inciden en el rendimiento académico de los estudiantes de la carrera de Gestión Social

- y Desarrollo de la UPSE, 2023. Universidad y Sociedad, 15(5), 420–429.
<https://rus.ucf.edu.cu/index.php/rus/article/view/4088>
- Arbulú Ballesteros, M. A., Alegría Silva, C. E., et al. (2025). Social media addiction and procrastination in Peruvian university students: Exploring the role of emotional regulation and age moderation. *Healthcare*, 13(9), 1072.
<https://doi.org/10.3390/healthcare13091072>
- Boer, M., Stevens, G. W. J. M., Finkenauer, C., de Looze, M. E., van den Eijnden, R. J. J. M., & ter Bogt, T. F. M. (2021). Social media use intensity, social media use problems, and mental health among adolescents. *Computers in Human Behavior*, 116, 106645. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2020.106645>
- Casanova-Garrigós, G., Torrubia-Pérez, E., Reverté, N. C., Fernández, J. C., Mora-López, G., & Albacar-Riobóo, N. (2025). Influence of social networks on adolescent body image: An integrative review. *Enfermería Global*, 24(1), 1–16. <https://doi.org/10.6018/eglobal.622331>
- Choudhury, S., D'Cruz, N. R., Deb, J. P., Biswas, S., & Patil, S. (2025). Exploring the association between social media disorder and academic procrastination of college students: The mediation role of intrusive thinking and fatigue. *Journal of Interdisciplinary Studies in Education*, 14(1), 146–170. <https://doi.org/10.32674/a8fpcj31>
- Cortés, J. A. G., Sánchez-Betancourt, J. T., López, N. M., Hernández, V. F., & Reyes, V. R. (2022). Differences in sustained attention in young university students with different levels of smartphone use. *Interdisciplinaria*, 39(2), 23–36. <https://doi.org/10.16888/interd.2022.39.2.2>
- García-Umaña, A., & Córdoba-Pillajo, É. (2020). Validación de escala MPPUS-A sobre el uso problemático del smartphone. *Pixel-Bit. Revista de Medios y Educación*, 57, 173–189. <https://doi.org/10.12795/pixelbit.2020.i57.07>

- Hidalgo-Fuentes, S. (2022a). Problematic Internet use and procrastination among students: A meta-analysis. *European Journal of Education and Psychology*, 15(1), 1–18. <https://doi.org/10.32457/ejep.v15i1.1815>
- Hidalgo-Fuentes, S. (2022b). Uso problemático del smartphone y procrastinación en el ámbito académico: Un meta-análisis. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 20(57), 351–372. <https://doi.org/10.25115/ejrep.v20i57.5629>
- Manuel Ochoa-Alcántar, J., Luis Eduardo Pompa-Ortiz, S., Lozano-Rodríguez, A., Alberto Vázquez García, M., & Isabel Pizá-Gutiérrez, R. (2025). Impacto del uso compulsivo del teléfono celular en la atención y el rendimiento académico de estudiantes de nivel medio superior y superior. *Dilemas Contemporáneos: Educación, Política y Valores*. <https://doi.org/10.46377/dilemas.v12i3.4608>
- Nunnally, J. C., & Bernstein, I. H. (1994). *Psychometric theory* (3rd ed.). McGraw-Hill.
- Olivella-Cirici, M., García-Continente, X., Bartroli-Checa, M., Serral-Cano, G., & Pérez-Albarracín, G. (2023). El uso problemático del teléfono móvil: Análisis transversal del perfil individual y factores asociados. *Revista Española de Salud Pública*, 97, e202305036. <https://doi.org/10.4321/S1135-57272023000100046>
- Palmera, O. M., Páez, Y. M. V., Vicencio, B. P., & Pozo Chele, J. L. (2023). Evaluación de la efectividad de las plataformas de aprendizaje en línea para la mejora del rendimiento académico en instituciones de educación superior. *Migration Letters*, 20(S4), 1272–1285. <https://doi.org/10.59670/ml.v20iS4.4602>
- Paz Enrique, L. E., Estrada Jiménez, L. E., & Hernández Alfonso, E. A. (2024). Seminario de edición científica: Iniciativa interinstitucional para la profesionalización de la

- actividad editorial. ULEAM Bahía Magazine (UBM), 5(8), 140–147. <https://doi.org/10.17613/2dq3-ms92>
- Pozo Chele, J. L. (2023). Percepción de organización y liderazgo del barrio 25 de Septiembre del cantón La Libertad. Santiago, número especial, 287–300. <https://santiago.uo.edu.cu/index.php/stgo/article/view/13764/5165>
- Pozo Chele, J. L. (2026). Revisión sistemática de las intervenciones cognitivo-conductuales basadas en mindfulness en la mejora del rendimiento deportivo en jóvenes atletas. Retos, 76, 515–527. <https://doi.org/10.47197/retos.v76.118421>
- Suárez-Perdomo, A., Garcés-Delgado, Y., & Arvelo-Rosales, C. N. (2025). Academic procrastination and inappropriate use of social networks among university students. Studies in Higher Education, 50(7), 1326–1338. <https://doi.org/10.1080/03075079.2024.2373190>
- Tang, Y., & He, W. (2025). Impact of social media addiction on college students' academic procrastination: A chain mediated effect of lack of self-control and fear of missing out. Frontiers in Psychology, 16, 1668567. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1668567>
- Toledo Balseca, C. A., Parrales Sánchez, Y. J., Leones Sánchez, G. C., Vivar Verdugo, R. P., & Jiménez Calderón, V. P. (2026). Adicción en dispositivos móviles y concentración académica en estudiantes. Impact Research Journal, 4(1), 121–137. <https://doi.org/10.63380/irj.v4n1.2026.298>



CAPÍTULO II

SOBRECARGA COGNITIVA DIGITAL Y SU RELACIÓN CON EL APRENDIZAJE ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE SEGUNDO SEMESTRE DE PSICOLOGÍA DE LA UPSE, 2026

Beyda Eunice Cruz Del Pezo
<https://orcid.org/0009-0006-4641-0832>
beyda.cruzdelpezo5612@upse.edu.ec

Universidad Estatal Península de Santa Elena, (Ecuador).

Nayeli Dayana Panchana Rivera
<https://orcid.org/0009-0007-9554-9088>
nayeli.panchanarivera1224@upse.edu.ec

Universidad Estatal Península de Santa Elena, (Ecuador).

Nicole Patricia Quiñonez Tómalá
<https://orcid.org/0009-0009-9054-977X>
nicole.quinoneztomala1083@upse.edu.ec

Universidad Estatal Península de Santa Elena, (Ecuador).

Barbara Daniela Mero Tigrero
<https://orcid.org/0009-0004-0380-9101>
barbara.merotigrero9863@upse.edu.ec

Universidad Estatal Península de Santa Elena, (Ecuador).

Resumen

La sobrecarga cognitiva digital constituye un desafío creciente en la educación superior debido al uso intensivo de plataformas virtuales, recursos tecnológicos y múltiples fuentes de información que pueden afectar los procesos de aprendizaje. El objetivo de esta investigación fue analizar la relación entre la sobrecarga cognitiva digital y el aprendizaje académico en estudiantes de segundo semestre de Psicología de la Universidad Estatal Península de Santa Elena durante el año 2026. Se desarrolló un estudio con enfoque cuantitativo, de alcance correlacional y diseño no experimental de corte transversal. La muestra estuvo conformada por 160 estudiantes, a quienes se aplicó un cuestionario de 16 ítems con adecuada confiabilidad (alfa de Cronbach = 0,843). Los datos fueron analizados mediante estadística descriptiva y la prueba de chi-cuadrado de Pearson utilizando el software SPSS versión 26. Los resultados evidenciaron que la mayoría de los estudiantes percibe altos niveles de sobrecarga cognitiva digital, manifestados en el procesamiento simultáneo de información, el cansancio mental, las dificultades para organizar contenidos académicos y la disminución de la concentración durante las actividades de estudio. Asimismo, se observó que estas condiciones pueden influir en la comprensión de los contenidos, la retención de la información y el rendimiento académico. Sin embargo, no se encontraron asociaciones estadísticamente significativas entre las variables sociodemográficas y las percepciones evaluadas ($p > 0,05$). Se concluye que la sobrecarga cognitiva digital constituye una realidad compartida por los estudiantes y que resulta necesario fortalecer estrategias institucionales orientadas a optimizar la gestión de la información, promover la autorregulación del aprendizaje, fomentar el uso responsable de las herramientas

digitales y desarrollar habilidades que contribuyan a un aprendizaje académico más efectivo y sostenible.

Palabras clave: Sobrecarga cognitiva digital, Aprendizaje académico, Fatiga mental, Rendimiento académico, Exceso de información digital.

Abstract

Digital cognitive overload has become an increasing challenge in higher education due to the intensive use of virtual platforms, technological resources, and multiple sources of information that may affect learning processes. The objective of this study was to analyze the relationship between digital cognitive overload and academic learning among second-semester Psychology students at the Universidad Estatal Península de Santa Elena during 2026. A quantitative, correlational, non-experimental, and cross-sectional research design was employed. The sample consisted of 160 students who completed a 16-item questionnaire with adequate reliability (Cronbach's alpha = 0.843). Data were analyzed using descriptive statistics and Pearson's chi-square test with SPSS version 26. The results showed that most students perceived high levels of digital cognitive overload, reflected in simultaneous information processing, mental fatigue, difficulties in organizing academic content, and reduced concentration during study activities. These conditions may also influence content comprehension, information retention, and academic performance. However, no statistically significant associations were found between sociodemographic variables and the evaluated perceptions ($p > 0.05$). It is concluded that digital cognitive overload is a shared reality among students, making it necessary to

strengthen institutional strategies aimed at improving information management, promoting self-regulated learning, encouraging the responsible use of digital tools, and developing skills that contribute to more effective and sustainable academic learning.

Keywords: Digital cognitive overload, Academic learning, Mental fatigue, Academic performance, Digital information overload.

Introducción

Según Sweller (1988), la sobrecarga cognitiva ocurre cuando la cantidad de información que debe procesar rebasa lo que su memoria de trabajo puede manejar, lo que termina complicando el aprendizaje. Hoy en día, el avance de las tecnologías digitales ha multiplicado las fuentes de información a las que están expuestos los estudiantes, entre ellas plataformas virtuales, y aplicaciones educativas. Esta situación puede generar una sobrecarga cognitiva digital que afecta la comprensión, el análisis y la retención de contenidos académicos.

En Ecuador, la incorporación de tecnologías digitales dentro de la educación superior ha transformado de manera profunda la forma en que se enseña. Si bien las universidades han apostado por mayor uso de plataformas virtuales para reforzar la formación de sus estudiantes, abusar de estos recursos puede traer consigo problemas de atención y de procesamiento de la información (Valverde et al., 2023).

Cabero Almenara (2020) plantea que el uso permanente de herramientas digitales en el aula demanda niveles más altos de atención y autorregulación por parte de los estudiantes. En carreras del área de la salud, como Psicología, es común

recurrir a recursos tecnológicos para cumplir con las actividades académicas, esto trae beneficios para el aprendizaje, pero al mismo tiempo genera dificultades a la hora de gestionar los grandes volúmenes de información que circulan en medios digitales.

El aprendizaje académico es un proceso clave dentro de la formación universitaria, pues a través de él se adquieren los conocimientos, habilidades y competencias que un futuro profesional necesita. Diversas investigaciones a nivel mundial han demostrado que factores cognitivos, emocionales y tecnológicos inciden directamente en la calidad del aprendizaje y en los resultados que obtienen los estudiantes (Biggs y Tang, 2011).

A nivel nacional, varios estudios coinciden en que las tecnologías digitales, bien empleadas, facilitan el acceso a la información y el desarrollo de competencias académicas. Sin embargo, cuando el uso de internet y las redes sociales no se controla, aparecen distracciones que terminan afectando tanto el rendimiento como los procesos de aprendizaje (Cedeño et al., 2022).

Ausubel (2002) plantea que el aprendizaje significativo ocurre cuando los conocimientos se relacionan con los saberes previos del estudiante. En el contexto de la UPSE, el aprendizaje académico constituye un elemento esencial para la formación de futuros profesionales de la Psicología; sin embargo, la constante exposición a estímulos digitales podría interferir en los procesos de atención, comprensión y asimilación de contenidos académicos.

Dado que la sobrecarga cognitiva digital puede afectar la manera en que se procesa la información, y que el aprendizaje académico depende de una buena gestión de los recursos cognitivos, resulta necesario indagar en la relación entre estas

dos variables en los estudiantes de segundo semestre de Psicología de la UPSE durante 2026. Los hallazgos de este trabajo aportarán evidencia científica útil para diseñar estrategias que optimicen el uso de las tecnologías digitales y fortalezcan los procesos de aprendizaje a nivel universitario (Ausubel, 2002).

El presente estudio analizó la sobrecarga cognitiva digital y su relación con el aprendizaje académico en estudiantes de segundo semestre de la carrera de Psicología de la Universidad Estatal Península de Santa Elena durante el año 2026. Según los datos oficiales de la institución, existen 992 estudiantes matriculados en la carrera, de los cuales 228 pertenecen al segundo ciclo. La investigación trabajó con una población total de 160 estudiantes, cuyas edades oscilan entre los 18 y 30 años, tras aplicar criterios de exclusión que descartaron a estudiantes mayores a 31 años para garantizar la homogeneidad del grupo. De esta muestra, se identificaron 90 participantes mujeres y 70 participantes hombres.

Para recoger la información se utilizó un cuestionario estructurado de 16 ítems, elaborado con el fin de medir tanto la sobrecarga cognitiva digital como las distintas dimensiones del aprendizaje académico. Con el propósito de comprobar que el instrumento fuera válido y confiable, se calculó el coeficiente alfa de Cronbach, cuyo resultado fue de 0.843, cifra que refleja una consistencia interna alta y buena fiabilidad en los reactivos. Posteriormente, los datos obtenidos se procesaron con el software estadístico SPSS versión 26, aplicando técnicas descriptivas y correlacionales para su análisis.

Durante el desarrollo del estudio, se abordaron diversos aspectos fundamentales para comprender el impacto de las plataformas digitales en el rendimiento de los estudiantes. Se

examinaron factores como la fatiga mental, la capacidad de concentración y la retención de información frente a la sobrecarga de contenidos digitales, así como su efecto directo en la capacidad de los estudiantes para integrar conocimientos nuevos y evaluar su propio desempeño académico. Este enfoque permitió confrontar los objetivos planteados con los hallazgos obtenidos, proporcionando una visión clara sobre la relación entre el uso intensivo de medios digitales y la calidad del aprendizaje en el contexto universitario.

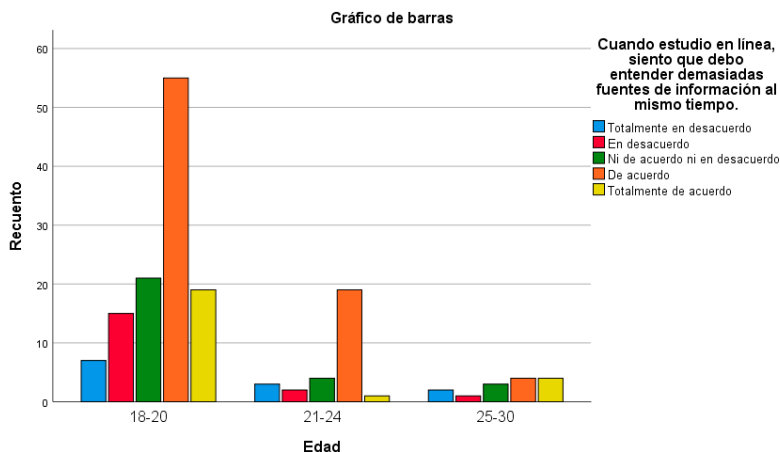
Resultados

Los resultados evidencian que la percepción de una elevada demanda de procesamiento de información durante el estudio en línea fue predominante en todos los grupos etarios evaluados. En términos generales, el 63,8 % de los estudiantes manifestó niveles altos de percepción de sobrecarga informativa, lo que indica que la mayoría considera que las actividades académicas virtuales requieren atender simultáneamente múltiples fuentes de información. Aunque el grupo de 18 a 20 años concentró el mayor número de estudiantes con esta percepción, dicha distribución responde al predominio de este grupo dentro de la muestra y no a diferencias asociadas con la edad.

La prueba de chi-cuadrado de Pearson mostró que no existe una asociación estadísticamente significativa entre la edad y la percepción de sobrecarga de información durante el estudio en línea ($\chi^2 = 10,184$; gl = 8; $p = 0,252$). Estos resultados indican que la percepción de tener que procesar múltiples fuentes de información es un fenómeno compartido por estudiantes de diferentes edades, sugiriendo que las exigencias cognitivas

propias del aprendizaje virtual afectan de manera similar a toda la población universitaria evaluada.

Figura 1.
Percepción de la sobrecarga de información durante el estudio en línea según la edad de los estudiantes



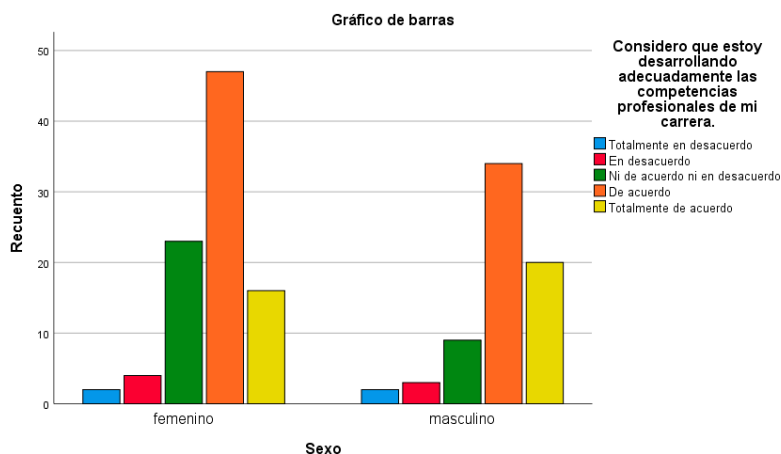
Fuente: Elaboración propia.

Los resultados evidencian que la percepción sobre el adecuado desarrollo de las competencias profesionales fue favorable en ambos sexos. En términos generales, el 73,1 % de los estudiantes manifestó una valoración positiva respecto al desarrollo de las competencias de su carrera, lo que refleja un elevado nivel de satisfacción con el proceso formativo. Aunque los estudiantes de sexo masculino presentaron una proporción ligeramente mayor de valoraciones altamente favorables, las diferencias observadas entre hombres y mujeres fueron mínimas.

El análisis mediante la prueba de chi-cuadrado de Pearson indicó que no existe una asociación estadísticamente significativa entre el sexo y la percepción sobre el desarrollo de

las competencias profesionales ($\chi^2 = 5,318$; gl = 4; p = 0,256). Este resultado sugiere que la valoración positiva del proceso de formación profesional es consistente entre mujeres y hombres, evidenciando que el sexo no constituye un factor determinante en la percepción del desarrollo de competencias dentro de la población estudiada.

Figura 2.
La percepción sobre el desarrollo de las competencias profesionales según el sexo de los estudiantes.



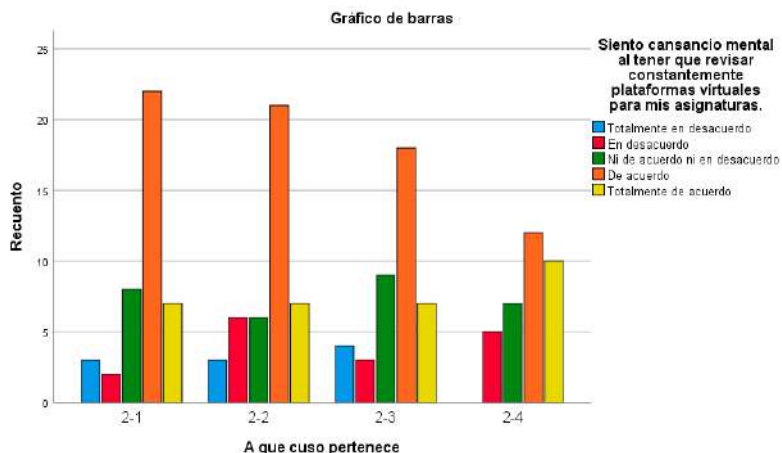
Fuente: Elaboración propia.

Los resultados evidencian que la percepción de cansancio mental asociado con la revisión constante de plataformas virtuales estuvo presente en estudiantes de todos los cursos analizados, sin observarse diferencias relevantes entre los niveles de formación. Aunque se registró variabilidad en la distribución de las respuestas, la percepción del agotamiento mental fue compartida por una proporción importante de la muestra, lo que sugiere que las demandas derivadas del entorno virtual de aprendizaje constituyen una experiencia común entre los estudiantes universitarios.

El análisis mediante la prueba de chi-cuadrado de Pearson mostró que no existe una asociación estadísticamente significativa entre el curso y la percepción de cansancio mental ocasionado por la revisión continua de plataformas virtuales ($\chi^2 = 10,300$; gl = 12; p = 0,590). Estos resultados indican que el nivel de formación académica no influye de manera significativa en la percepción del agotamiento mental, evidenciando que esta condición afecta de forma similar a los estudiantes de los diferentes cursos evaluados.

Figura 3.

Percepción del cansancio mental por la revisión constante de plataformas virtuales según el curso de los estudiantes.



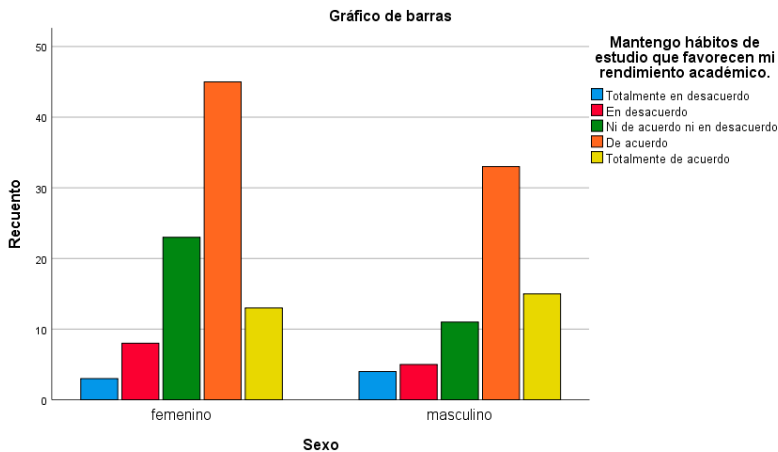
Fuente: Elaboración propia.

Los resultados evidencian que la mayoría de los estudiantes mantiene una percepción favorable respecto a la importancia de los hábitos de estudio como un factor que contribuye al rendimiento académico. En conjunto, el 66,3 % de los participantes manifestó una valoración positiva sobre la adopción de prácticas de estudio que favorecen el aprendizaje, lo que refleja un reconocimiento generalizado de su relevancia para el desempeño universitario. Aunque se observaron ligeras

diferencias en la distribución de las respuestas entre mujeres y hombres, estas variaciones fueron de escasa magnitud.

El análisis mediante la prueba de chi-cuadrado de Pearson mostró que no existe una asociación estadísticamente significativa entre el sexo y la percepción sobre los hábitos de estudio que favorecen el rendimiento académico ($\chi^2 = 3,539$; gl = 4; $p = 0,472$). Este hallazgo indica que la valoración positiva de los hábitos de estudio es consistente entre ambos grupos, sugiriendo que el sexo no constituye un factor determinante en la percepción de las prácticas académicas que contribuyen al éxito en el proceso de aprendizaje.

Figura 4.
Percepción de los hábitos de estudio que favorecen el rendimiento académico según el sexo de los estudiantes.



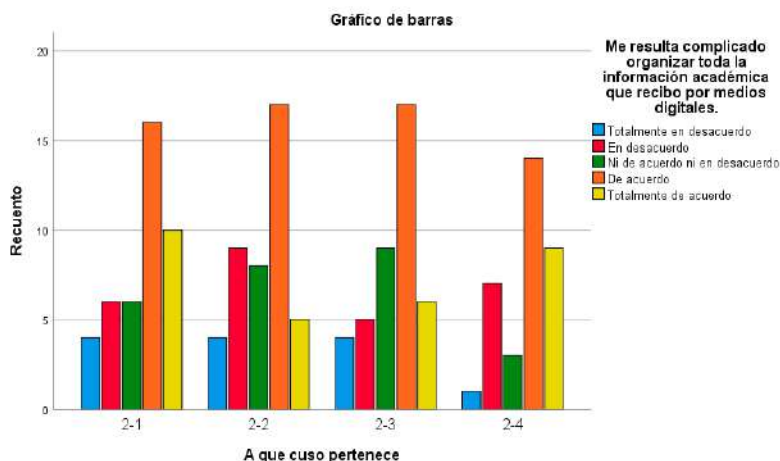
Fuente: Elaboración propia.

Los resultados evidencian que una proporción importante de los estudiantes percibe dificultades para organizar la información académica recibida a través de medios digitales. En conjunto, el 58,8 % de los participantes manifestó niveles altos de dificultad para gestionar la información proveniente de plataformas virtuales y otros recursos digitales, lo que

sugiere que la sobrecarga informativa constituye un desafío frecuente en el proceso de aprendizaje. Esta percepción fue similar en los cuatro paralelos evaluados, evidenciando un patrón homogéneo dentro de la población estudiantil.

El análisis mediante la prueba de chi-cuadrado de Pearson indicó que no existe una asociación estadísticamente significativa entre el paralelo de los estudiantes y la dificultad para organizar la información académica recibida por medios digitales ($\chi^2 = 8,312$; gl = 12; p = 0,760). Estos resultados permiten inferir que las dificultades relacionadas con la gestión de la información digital no dependen del paralelo al que pertenecen los estudiantes, sino que representan una situación común en todos los grupos académicos evaluados, posiblemente asociada a las demandas cognitivas propias de los entornos virtuales de aprendizaje.

Figura 5.
Dificultad para organizar la información académica recibida por medios digitales según el curso correspondiente al que pertenecen los estudiantes



Fuente: Elaboración propia.

Discusión

Los resultados obtenidos evidencian que la percepción de sobrecarga de información durante el estudio en línea fue similar entre los diferentes grupos etarios, sexos, cursos y paralelos, ya que en ninguno de los análisis realizados se identificaron asociaciones estadísticamente significativas ($p > 0,05$). Estos hallazgos sugieren que las exigencias cognitivas derivadas del aprendizaje en entornos virtuales constituyen una experiencia compartida por los estudiantes, independientemente de sus características sociodemográficas o académicas. En este sentido, Palmera et al. (2023) señalan que el uso intensivo de plataformas virtuales incrementa la cantidad de información que los estudiantes deben procesar simultáneamente, lo que puede afectar la eficiencia del aprendizaje cuando no existen estrategias adecuadas de organización y autorregulación. De manera similar, Paz Enrique et al. (2024) sostienen que la consolidación de los entornos digitales de aprendizaje exige el fortalecimiento de competencias relacionadas con la gestión de la información y el desarrollo de habilidades de aprendizaje autónomo.

En relación con las competencias profesionales y los hábitos de estudio, los resultados muestran que la mayoría de los estudiantes mantiene una percepción favorable sobre el desarrollo de las competencias de la carrera y reconoce la importancia de los hábitos de estudio para mejorar el rendimiento académico. Sin embargo, estas percepciones tampoco presentaron diferencias significativas según el sexo, lo que evidencia una valoración homogénea entre mujeres y hombres. Estos hallazgos coinciden con lo reportado por Anchundia Salazar et al. (2023), quienes encontraron que la planificación del estudio, la organización del tiempo y el compromiso académico constituyen factores determinantes del

rendimiento universitario, independientemente de las características personales de los estudiantes. Asimismo, Nunnally y Bernstein (1994) sostienen que las percepciones relacionadas con procesos educativos suelen responder a constructos latentes compartidos por la población evaluada, más que a diferencias atribuibles a variables demográficas.

Finalmente, se observó que una proporción importante de los estudiantes manifestó dificultades para organizar la información académica recibida mediante recursos digitales y percibió elevados niveles de exigencia cognitiva durante el estudio en línea. Aunque estas dificultades fueron comunes en todos los paralelos, los resultados sugieren la necesidad de fortalecer estrategias institucionales orientadas al desarrollo de competencias digitales, alfabetización informacional y gestión del aprendizaje. En concordancia con García-Umaña y Córdoba-Pillajo (2020), el uso intensivo de herramientas tecnológicas requiere que los estudiantes desarrollen habilidades de autorregulación para evitar la sobrecarga cognitiva y optimizar el procesamiento de la información. En consecuencia, los hallazgos del presente estudio evidencian que los desafíos asociados al aprendizaje digital trascienden las características individuales de los estudiantes y responden principalmente a las demandas propias de los entornos educativos mediados por tecnologías digitales.

Conclusiones

Los resultados permiten concluir que la percepción de sobrecarga de información durante el estudio en línea constituye una condición generalizada entre los estudiantes universitarios, independientemente de la edad, el sexo, el curso o el paralelo al que pertenecen. Asimismo, se evidenció que

una proporción importante de los participantes manifestó dificultades para organizar la información académica recibida mediante medios digitales, lo que refleja que las exigencias cognitivas propias de los entornos virtuales representan un desafío común para el proceso de aprendizaje. La ausencia de asociaciones estadísticamente significativas en los análisis realizados indica que estas percepciones no dependen de las características sociodemográficas o académicas evaluadas, sino que responden a condiciones compartidas dentro del contexto educativo digital.

De igual manera, se concluye que los estudiantes mantienen una percepción favorable sobre el desarrollo de las competencias profesionales y reconocen la importancia de los hábitos de estudio para el rendimiento académico, aunque ello no evita la presencia de dificultades relacionadas con la gestión de la información y el cansancio mental asociado al uso continuo de plataformas virtuales. En este sentido, resulta pertinente que las instituciones de educación superior fortalezcan programas de alfabetización digital, estrategias de organización del aprendizaje y gestión de la carga cognitiva, con el propósito de optimizar el aprovechamiento de los recursos tecnológicos y favorecer un desempeño académico más eficiente en los entornos de educación en línea.

Referencias bibliográficas

Anchundia Salazar, A. R., Pozo Chele, J. L., & Delgado Beltrán, R. E. (2023). Factores que inciden en el rendimiento académico de los estudiantes de la carrera de Gestión Social y Desarrollo de la UPSE, 2023. *Universidad y Sociedad*, 15(5), 420–429.
<https://rus.ucf.edu.cu/index.php/rus/article/view/4088>

- Ausubel, D. P. (2002). Adquisición y retención del conocimiento: Una perspectiva cognitiva. Paidós.
<https://books.google.com.co/books?id=VufcU8hc5sYC>
- Biggs, J., & Tang, C. (2011). Teaching for quality learning at university (4th ed.). Open University Press/McGraw-Hill Education.
[https://cetl.ppu.edu/sites/default/files/publications/-John Biggs and Catherine Tang- Teaching for Quality Learning.pdf](https://cetl.ppu.edu/sites/default/files/publications/-John%20Biggs%20and%20Catherine%20Tang-Teaching%20for%20Quality%20Learning.pdf)
- Cabero Almenara, J., & Bartolomé Pina, A. R. (1999). Tecnología educativa: diversas formas de definirla. *Tecnología Educativa*, 17–34.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9807369>
- Cabero-Almenara, J., Miravete-Gracia, M., & Palacios-Rodríguez, A. (2025). Aprendizaje en realidad virtual: Impacto en la carga cognitiva y el rendimiento del alumnado universitario. *Revista de Educación a Distancia (RED)*.
<https://revistas.um.es/red/article/view/644621/381871>
- Castelo Castro, L. P., Zhuma Flores, T. I., Villa Arboleda, A. P., Ramírez Veliz, X. C., & Olalla Menéndez, G. M. (2025). Efecto del uso de plataformas LMS sobre el rendimiento académico en asignaturas virtualizadas. *Journal TechInnovation (JTI)*.
<https://revistas.unesum.edu.ec/JTI/index.php/JTI/article/view/148>
- Editorial Alema. (2025). Lectura digital frente a lectura en papel: Una revisión exploratoria en estudiantes universitarios. *Pentaciencias*.
<https://editorialalema.org/index.php/pentaciencias/article/view/1610/2130>
- Huarca Flores, P. (2025). Competencias informacionales y actitud hacia la investigación científica en estudiantes

- universitarios. EPSIR.
<https://epsir.net/index.php/epsir/article/view/2402/1671>
- Jiménez Barraza, V. G. (2022). Estrés académico y educación híbrida en estudiantes universitarios en tiempos de la nueva normalidad educativa. Dilemas Contemporáneos: Educación, Política y Valores. <https://dilemascontemporaneoseducacionpoliticayvalores.com/index.php/dilemas/article/view/3071/3066>
- Landívar Wong, M. G., Morales Gómez, G., Vásquez González, J. P., & Olmedo Avilés, C. L. (2025). Relación entre el uso intensivo de la tecnología y la fatiga cognitiva en estudiantes universitarios. Revista REG, 4(4), 2850–2861. <https://doi.org/10.70577/reg.v4i4.428>
- Medina Montenegro, C. E., & Ponce Guerrero, J. L. (2025). Transformación de los entornos digitales de aprendizaje y su influencia en el rendimiento académico. Journal TechInnovation, 4(2), 60–69. <https://doi.org/10.47230/Journal.TechInnovation.v4.n2.2025.60-69>
- Moreira Portilla, B. J., Sánchez Mora, J. J., Ramos Alvarado, E. J., Cruz Sánchez, J. S., & Mayia Farias, S. A. (2026). El impacto del uso de herramientas digitales en el rendimiento académico de estudiantes universitarios. LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades, 6(6), 3331–3348. <https://doi.org/10.56712/latam.v6i6.5136>
- Palmera, O. M., Páez, Y. M. V., Vicencio, B. P., & Pozo Chele, J. L. (2023). Evaluación de la efectividad de las plataformas de aprendizaje en línea para la mejora del rendimiento académico en instituciones de educación superior. Migration Letters, 20(S4), 1272–1285. <https://doi.org/10.59670/ml.v20iS4.4602>
- Paz Enrique, L. E., Estrada Jiménez, L. E., & Hernández Alfonso, E. A. (2024). Seminario de edición científica:

- Iniciativa interinstitucional para la profesionalización de la actividad editorial. ULEAM Bahía Magazine (UBM), 5(8), 140–147. <https://doi.org/10.17613/2dq3-ms92>
- Pozo Chele, J. L. (2023). Percepción de organización y liderazgo del barrio 25 de Septiembre del cantón La Libertad. Santiago, número especial, 287–300. <https://santiago.uo.edu.cu/index.php/stgo/article/view/13764/5165>
- Pozo Chele, J. L. (2026). Revisión sistemática de las intervenciones cognitivo-conductuales basadas en mindfulness en la mejora del rendimiento deportivo en jóvenes atletas. Retos, 76, 515–527. <https://doi.org/10.47197/retos.v76.118421>
- Suriá Martínez, R. (2023). Utilización de las tecnologías, tecnoestrés y su influencia en el rendimiento académico en estudiantes universitarios. Revista Magazine UTB. <https://revistas.utb.edu.ec/index.php/magazine/article/view/4154/3791>
- Sweller, J. (1988). Cognitive load during problem solving: Effects on learning. Cognitive Science, 12(2), 257–285. https://doi.org/10.1207/s15516709cog1202_4
- Özbay, Ö. (2025). Deterioro cognitivo entre estudiantes universitarios en la era digital: Un estudio fenomenológico. PMC. <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC12876105>



CAPÍTULO III

RELACIÓN ENTRE LAS REDES DE APOYO Y LA RESILIENCIA EN
ESTUDIANTES DE SEGUNDO SEMESTRE DE PSICOLOGÍA DE LA
UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA DE SANTA ELENA

Scarleth Daniela De la O Soriano
<https://orcid.org/0009-0009-7170-6952>
scarleth.delaosoriano4274@upse.edu.ec
Universidad Estatal Península de Santa Elena, (Ecuador).

Melanie Lisbeth Cevallos Ramos
<https://orcid.org/0009-0007-2758-9774>
melanie.cevallosramos7974@upse.edu.ec
Universidad Estatal Península de Santa Elena, (Ecuador).

Marjorie Clarivel Avila Tumbaco
<https://orcid.org/0009-0008-7679-2127>
marjorie.avilatumbaco3130@upse.edu.ec
Universidad Estatal Península de Santa Elena, (Ecuador).

Justin Alfredo Rodriguez Pozo
<https://orcid.org/0009-0003-8997-1662>
justin.rodriguezpozo9474@upse.edu.ec
Universidad Estatal Península de Santa Elena, (Ecuador).

Resumen

La etapa universitaria implica un proceso de adaptación académica, social y emocional que puede verse afectado por la disponibilidad de apoyo social, siendo la resiliencia un recurso clave para afrontar dichas exigencias. El objetivo de esta investigación fue analizar la relación entre las redes de apoyo y la resiliencia en estudiantes de segundo semestre de la carrera de Psicología de la Universidad Estatal Península de Santa Elena. Se empleó un enfoque cuantitativo con diseño descriptivo-correlacional, trabajando con una población de 174 estudiantes (58 hombres y 116 mujeres) de entre 18 y 24 años. La recolección de datos se realizó mediante un instrumento tipo Likert compuesto por un cuestionario de redes de apoyo (8 ítems, 4 dimensiones) y de resiliencia (8 ítems, 4 dimensiones), con un coeficiente de fiabilidad $\alpha = 0.872$. El procesamiento estadístico se efectuó con IBM SPSS Statistics. Los resultados evidenciaron una correlación positiva y consistente entre ambas variables: los estudiantes que perciben mayor respaldo familiar, de amistades y de personas significativas presentan mayor capacidad de adaptación, mayor disposición para buscar soluciones ante problemas, mayor sentido de pertenencia y mayor estabilidad emocional frente a la adversidad, tendencia observada tanto en hombres como en mujeres. Se concluye que las redes de apoyo social constituyen un factor protector y una condición habilitante para el desarrollo de la resiliencia durante la etapa universitaria, especialmente en los primeros ciclos de formación.

Palabras clave: Redes de apoyo, resiliencia, estudiantes universitarios, adaptación, adversidades.

Abstract

The university stage involves a process of academic, social and emotional adaptation that can be affected by the availability of social support, with resilience being a key resource to face these demands. The objective of this research was to analyze the relationship between support networks and resilience in second-semester students of the Psychology career at the Santa Elena Peninsula State University. A quantitative approach with a descriptive-correlational design was used, working with a population of 174 students (58 men and 116 women) between 18 and 24 years old. Data collection was carried out using a Likert-type instrument composed of a support network questionnaire (8 items, 4 dimensions) and a resilience scale (8 items, 4 dimensions), with a reliability coefficient $\alpha = 0.872$. Statistical processing was performed using IBM SPSS Statistics. The results showed a positive and consistent correlation between both variables: students who perceive greater support from family, friends and significant others have a greater capacity for adaptation, greater willingness to seek solutions to problems, a greater sense of belonging and greater emotional stability in the face of adversity, a trend observed in both men and women. It is concluded that social support networks constitute a protective factor and an enabling condition for the development of resilience during the university stage, especially in the first cycles of training.

Keywords: Support networks, resilience, university students, adaptation, adversity.

Introducción

La etapa universitaria constituye un periodo de transición caracterizado por múltiples cambios personales, académicos y sociales que demandan un importante proceso de adaptación por parte de los estudiantes, durante este periodo, los estudiantes enfrentan nuevas responsabilidades, exigencias académicas y desafíos emocionales que pueden afectar su bienestar psicológico y su desempeño, por ello es necesario comprender los factores que favorecen una adaptación saludable relacionados con el apoyo social y las capacidades personales para afrontar la adversidad (Chávez y Plasencia, 2025).

Según el estudio realizado por Boily et al. (2025), las redes de apoyo se asocian con el fortalecimiento de la resiliencia que influye en el bienestar emocional y la adaptación a las exigencias de la educación superior, el respaldo que reciben los estudiantes de su familia, amigos, compañeros de clase y docentes les brinda ayuda afectiva, orientación y recursos prácticos, generando un sentido de pertenencia y mayor estabilidad mental durante la etapa universitaria, de igual manera tener soporte social ayuda a los alumnos a gestionar de una forma más efectiva el estrés personal, económico y académico, y esto se refuerza con lo que menciona Zamora et al. (2021) en su estudio encontraron que un mayor apoyo social se relaciona con menores niveles de estrés académico, especialmente cuando el respaldo proviene de la familia y de los amigos.

En este contexto, Castañeda et al. (2022) encontraron que los estudiantes de Psicología con mayores niveles de apoyo social presentan una mejor percepción de resiliencia durante su trayectoria universitaria, destacando el papel protector de las relaciones interpersonales frente a los desafíos académicos.

esta capacidad se robustece a través de experiencias de afrontamiento, recursos personales y soporte emocional que benefician la estabilidad mental, de acuerdo con los resultados de estudios recientes realizados en alumnos universitarios, la capacidad de resiliencia alta facilita una gestión más efectiva del estrés social, económico y académico, en otro punto la autoestima, la regulación de las emociones y el apoyo social también están vinculados con la resiliencia y ayudan a que los alumnos tengan un bienestar emocional (Keith et al., 2025).

A pesar de estos hallazgos, la vida universitaria continúa representando un escenario de importantes desafíos, las exigencias académicas, la presión por alcanzar un buen rendimiento, la acumulación de responsabilidades, las dificultades económicas y, en muchos casos, el distanciamiento del entorno familiar puede generar elevados niveles de estrés, ansiedad, desmotivación e incluso aumentar el riesgo de deserción estudiantil (Velasco et al., 2025)

Aunque la resiliencia permite afrontar estas circunstancias de manera más efectiva, su desarrollo depende de sus características personales, la disponibilidad y calidad de los recursos sociales que rodean al estudiante, por ello, surge la necesidad de profundizar en el análisis de la relación entre las redes de apoyo y la resiliencia dentro de contextos universitarios específicos. (Fernández et al., 2025)

Diversas investigaciones indican que una percepción deficiente del apoyo social incrementa el riesgo de fracaso académico, estrés psicológico e incluso abandono de los estudios universitarios (Tinajero et al., 2020), en este marco, la presente investigación se centra en los estudiantes de segundo semestre de la carrera de Psicología de la Universidad Estatal Península de Santa Elena, quienes atraviesan una etapa inicial de formación profesional caracterizada por importantes

procesos de adaptación académica y personal, a partir de esta realidad, se plantea la siguiente pregunta de investigación: ¿cuál es la relación entre las redes de apoyo social y el nivel de resiliencia en estudiantes universitarios frente a adversidades? Dar respuesta a esta interrogante permitirá comprender cómo los diferentes vínculos de apoyo influyen en la capacidad de los estudiantes para enfrentar las dificultades propias de la educación superior.

Esta investigación aportará información sobre los factores que favorecen la salud mental en el ámbito universitario, conocer cómo el apoyo social refuerza la resiliencia permitirá diseñar acciones institucionales orientadas a mejorar el bienestar, reducir la deserción y apoyar el desarrollo de los futuros profesionales, mediante la aplicación de instrumentos de medición, se obtendrá evidencia real que servirá de base para futuros estudios y estrategias dirigidas a fortalecer tanto los recursos personales como los vínculos de apoyo en los estudiantes de esta institución.

Metodología

La presente investigación se enmarca en un enfoque cuantitativo, Salomón et al. (2025) sostiene que se caracteriza por buscar la comprobación de teorías e hipótesis mediante el análisis de las relaciones entre variables, utilizando procedimientos estadísticos que permitan obtener resultados objetivos y susceptibles de generalización. Este enfoque se fundamenta en la observación sistemática y la medición de la realidad, empleando el método hipotético deductivo para transformar conceptos teóricos en variables e indicadores cuantificables, concede especial importancia a la representatividad de la muestra, la recolección estandarizada

de datos y el uso de instrumentos válidos y confiables, con el propósito de explicar, predecir y comprender los fenómenos sociales a partir de evidencia empírica (Pérez y García, 2023).

Se aplicó la investigación descriptiva que tiene como propósito caracterizar y detallar las propiedades de un fenómeno, población o situación de estudio, permitiendo comprender cómo se manifiesta en un contexto específico sin intervenir ni modificar las variables analizadas, este tipo de investigación facilita la obtención de información sistemática sobre la realidad, constituyendo una base para posteriores análisis e interpretaciones (Valle et al., 2022).

Para determinar la relación estadística entre dos o más variables, se aplicó la investigación correlacional, según Viramontes et al. (2025) permite identificar patrones de asociación y predecir comportamientos sin implicar causalidad directa, orientado a describir y analizar la relación entre las redes de apoyo y la resiliencia en estudiantes de segundo semestre de Psicología, el estudio se desarrolló según los datos oficiales de la Universidad Estatal Península de Santa Elena en la actualidad se encuentran legalmente matriculados 228 estudiantes de la carrera de psicología de segundo ciclo.

Se trabajó con una población total de 174, debido a que algunos de ellos se han retirado o no asisten a clases, estudiantes comprendidos entre las edades de 18 a 24 años según los criterios de exclusión, de los cuales 58 son hombres y 116 mujeres, para la recolección de datos se aplicó un instrumento tipo Likert, Machuca et al. (2023) sostiene que constituyen uno de los instrumentos más utilizados en investigaciones de enfoque cuantitativo para medir actitudes, percepciones y opiniones de los participantes, en esta investigación consistía en un cuestionario de redes de apoyo

con 8 ítems, 4 dimensiones, con rango 1-5 y de resiliencia con 8 ítems, 4 dimensiones, con rango 1-5.

El coeficiente alfa de Cronbach según Roco-Videla et al. (2024) es uno de los indicadores más utilizados para evaluar la consistencia interna de un instrumento de medición, ya que permite estimar el grado en que los ítems que conforman una escala se relacionan entre sí y miden un mismo constructo, el valor obtenido para el presente instrumento es de $\alpha = 0.872$, este coeficiente según Toro et al. (2021) se sitúa al cuestionario dentro de la franja de Fiabilidad Muy Alta / Excelente, esto demuestra que los 16 ítems se encuentran en una adecuada correlación entre sí y permiten medir de manera consistente las variables de redes de apoyo y resiliencia, el procesamiento estadístico se realizó mediante IBM SPSS Statistics, que permite procesar, analizar y visualizar datos complejos mediante herramientas estadísticas descriptivas e inferenciales, facilitando la generación de tablas, gráficos y reportes que sintetizan resultados de investigaciones permitiendo obtener correlaciones y análisis descriptivos con rigor y confiabilidad (Sen & Yildirim, 2022).

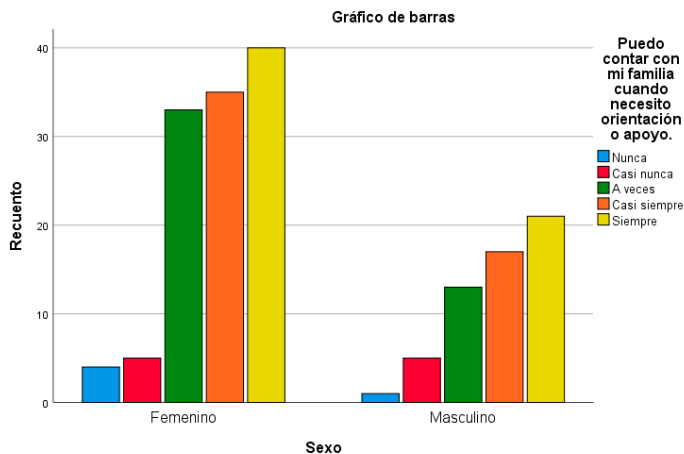
Resultados

Los resultados obtenidos de la tabla cruzada evidencian la relación entre la frecuencia con la que los estudiantes buscan ayuda ante dificultades sociales y la percepción de contar con orientación familiar considerando la variable del sexo, se observa una tendencia general indicando que los participantes que reportan mayores niveles de búsqueda de apoyo social también perciben un respaldo constante en sus hogares, al examinar las respuestas se determina una correspondencia

directa entre solicitar asistencia y la sensación de tener un acompañamiento familiar equivalente.

En conjunto los datos sugieren que la percepción de un apoyo familiar sólido concuerda con una mayor disposición para buscar ayuda externa ante situaciones adversas tanto en hombres como en mujeres resaltando una mayor representación del género femenino en la muestra estudiada.

Figura 6.
Orientación y apoyo familiar



Fuente: Elaboración propia.

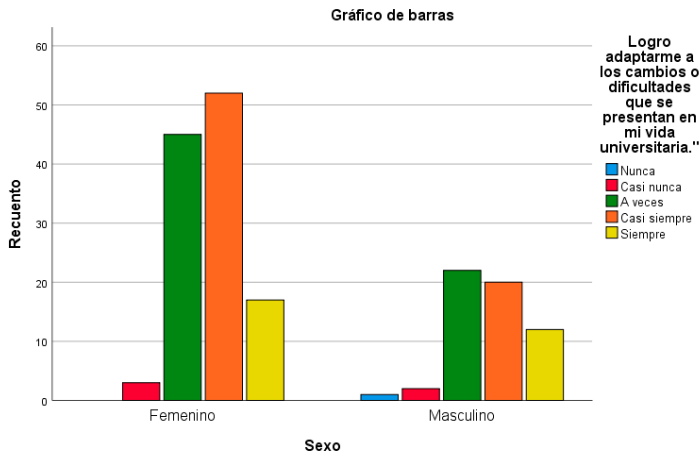
Los resultados muestran la relación entre la capacidad de adaptación a los cambios en la vida universitaria y la percepción de contar con una persona especial que brinde apoyo analizados con base en el sexo, se evidencia una tendencia positiva donde los estudiantes que reportan mayores niveles de adaptación académica también indican contar con el acompañamiento de alguien significativo con mayor frecuencia, las respuestas confirman que quienes logran ajustarse constantemente a los retos educativos suelen percibir

altos niveles de apoyo externo mientras que los casos de baja adaptación resultan excepcionales en la muestra.

Estos hallazgos respaldan la existencia de una correlación favorable demostrando que percibir el respaldo de redes de apoyo acompaña una mejor resiliencia en el entorno académico tanto en estudiantes femeninos como masculinos.

Figura 7.

Capacidad de adaptación a cambios en el ámbito universitario



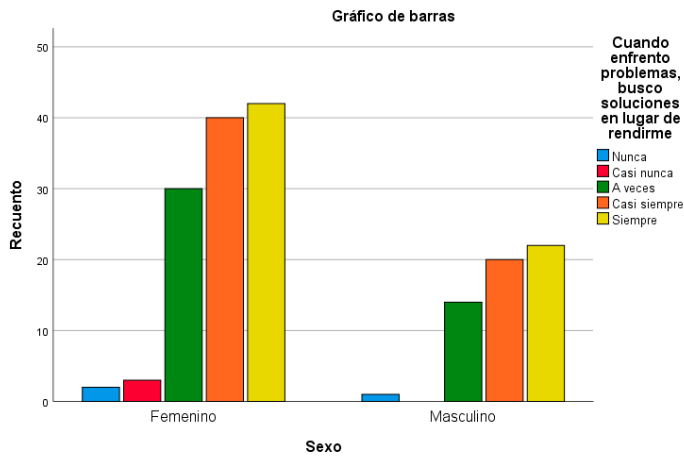
Fuente: Elaboración propia.

Los resultados reflejan la correlación entre la disposición para buscar soluciones ante los problemas y la capacidad de compartir preocupaciones con una persona especial segmentado según el sexo de los participantes, se observa una tendencia que asocia una actitud proactiva con niveles superiores de comprensión y apoyo percibido, quienes afirman buscar soluciones al enfrentar dificultades también reportan mayoritariamente altos niveles de acompañamiento indicando que pueden compartir sus inquietudes con regularidad

En general estos hallazgos estadísticos confirman una correlación positiva donde la percepción de ser escuchado por

una figura de apoyo se relaciona estrechamente con una mayor capacidad para afrontar y solucionar problemas evidenciando el vínculo existente entre las redes de apoyo y el desarrollo de resiliencia tanto en hombres como en mujeres evaluadas.

Figura 8.
Vínculo entre afrontar problemas y apoyo percibido.



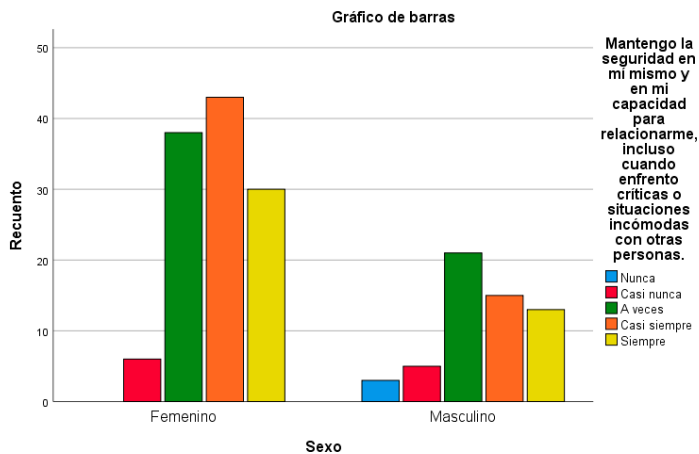
Fuente: Elaboración propia.

Los resultados detallan la correlación entre el sentimiento de seguridad al participar en actividades grupales y la percepción de recibir ayuda genuina de amistades universitarias analizados según el sexo, los datos evidencian una tendencia positiva donde mayores niveles de apoyo percibido por parte de los compañeros se asocian con una mayor autopercepción de valía en entornos compartidos, quienes experimentan mayor seguridad al integrarse con otros estudiantes afirman que sus amigos intentan ayudarlos con alta frecuencia mientras que las respuestas relacionadas al aislamiento representan una minoría excepcional,

En conclusión, este análisis confirma una correlación favorable sugiriendo que contar con una red de apoyo activa

entre pares está fuertemente ligada a un mayor sentido de pertenencia en la participación académica aplicable a la población femenina y masculina evaluada en este estudio.

Figura 9.
Integración y seguridad en grupos sociales.



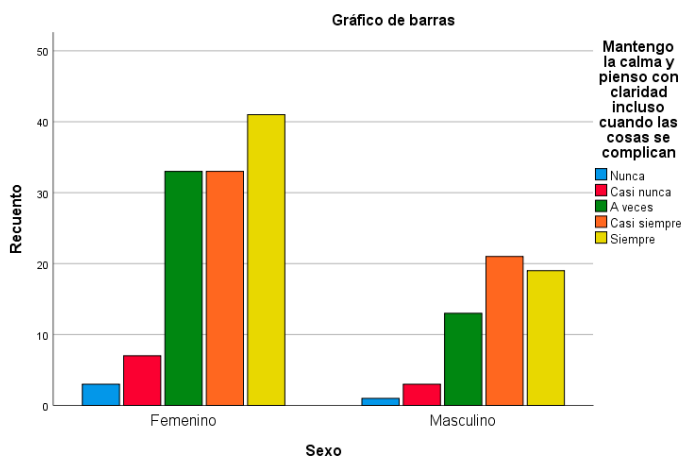
Fuente: Elaboración propia.

Los resultados evidencian que la capacidad de mantener la calma y pensar con claridad ante situaciones complicadas se relaciona directamente con la percepción de contar con una persona especial para compartir preocupaciones y sentirse comprendido(a), considerando la variable sexo, los estudiantes que reportan mayores niveles de control emocional ante la adversidad también perciben con mayor frecuencia contar con un vínculo de apoyo cercano, mientras que quienes muestran menor estabilidad emocional presentan una percepción de apoyo más baja y dispersa.

Al analizar por sexo, esta tendencia se mantiene tanto en hombres como en mujeres, aunque el respaldo percibido resulta ligeramente más consistente en el grupo femenino, en conjunto, los hallazgos confirman que un mayor apoyo

emocional percibido se asocia con una mayor estabilidad y claridad mental frente a las dificultades, reafirmando la relación entre redes de apoyo y resiliencia observada en los gráficos anteriores.

Figura 10.
Estabilidad emocional y apoyo personal percibido.



Fuente: Elaboración propia.

Discusión

La presente investigación permitió cumplir el objetivo de analizar la relación entre las redes de apoyo y la resiliencia en estudiantes de segundo semestre de la carrera de Psicología de la Universidad Estatal Península de Santa Elena, los resultados evidencian una correlación positiva entre ambas variables, indicando que los estudiantes que perciben mayor apoyo de su familia, amistades y personas significativas presentan una mejor capacidad para afrontar las exigencias y adversidades de la vida universitaria, estos hallazgos coinciden con lo

planteado por Boily et al. (2025) y Chávez Espinoza y Plasencia Morocho (2025), quienes señalan que las redes de apoyo fortalecen la adaptación académica, favorecen el bienestar psicológico y actúan como un recurso protector frente al estrés.

En cuanto a los objetivos específicos, se identificó que el apoyo familiar, el acompañamiento de personas significativas y las relaciones con los compañeros constituyen las principales fuentes de apoyo percibidas por los estudiantes, asimismo, se observó que quienes cuentan con estos recursos sociales muestran una mayor capacidad de adaptación a los cambios, mayor disposición para buscar soluciones ante los problemas y un mayor sentido de pertenencia dentro del entorno universitario, estos resultados respaldan la perspectiva de Keith et al. (2025), quien sostiene que la resiliencia se fortalece mediante la interacción entre recursos personales y el apoyo social disponible.

En conjunto, los hallazgos obtenidos refuerzan la importancia de las redes de apoyo como un factor asociado al desarrollo de la resiliencia durante la etapa universitaria, especialmente en los primeros ciclos de formación, donde los estudiantes enfrentan múltiples procesos de adaptación académica y personal, de manera similar, (Marenco-Escuderos et al., 2023) señalan que la integración de recursos personales, como la resiliencia, junto con redes de apoyo social favorece una mejor experiencia universitaria y contribuye al bienestar del estudiante, si bien el diseño descriptivo-correlacional permite identificar asociaciones sin establecer relaciones de causalidad, la evidencia obtenida aporta información relevante sobre la realidad de los estudiantes de Psicología de la Universidad Estatal Península de Santa Elena y constituye un referente para futuras investigaciones orientadas a profundizar

en los factores psicosociales que favorecen el bienestar, la adaptación y la permanencia en la educación superior.

Conclusiones

La evidencia obtenida permite responder a la pregunta de investigación planteada, existe una relación positiva y consistente entre las redes de apoyo social y el nivel de resiliencia en los estudiantes de segundo semestre de Psicología de la Universidad Estatal Península de Santa Elena, este vínculo se explica porque el respaldo afectivo, informativo y práctico que brindan la familia, los pares y las personas significativas actúa como un recurso externo que amortigua el impacto psicológico de las exigencias académicas, reduciendo la percepción de estrés y ampliando la capacidad del estudiante para movilizar recursos internos de afrontamiento, la resiliencia se manifiesta como el resultado de una interacción sostenida entre las condiciones relacionales del entorno y los procesos de regulación emocional del sujeto, cuando esa red relacional está disponible y es percibida como confiable, el estudiante dispone de un marco de seguridad que le permite interpretar las dificultades como situaciones manejables en lugar de amenazas al abandono, lo cual explica por qué los niveles más altos de apoyo percibido coincidieron sistemáticamente con mayor adaptación, mayor disposición a la búsqueda de soluciones y mayor estabilidad emocional en los cinco indicadores analizados.

Este razonamiento adquiere especial relevancia si se considera que la etapa evaluada el segundo semestre corresponde a un momento crítico de consolidación de la identidad académica, en el que la ausencia o debilidad de vínculos de apoyo puede traducirse en una menor capacidad

de respuesta ante la adversidad y, por extensión, en mayor vulnerabilidad al estrés, la desmotivación o la deserción, la correlación identificada indica entonces que la resiliencia universitaria es una capacidad dinámica que se fortalece o se debilita en función de la calidad de los lazos sociales disponibles durante su trayectoria formativa, de este modo, el objetivo de analizar la relación entre redes de apoyo y resiliencia queda respondido, el apoyo social funciona como condición habilitante en el desarrollo de la resiliencia en el contexto universitario, lo que sitúa a las relaciones interpersonales como un componente estructural, y no periférico, del bienestar psicológico durante la formación profesional en Psicología.

Referencias bibliográficas

- Alberto, J., Yaguana, M., Loja, U. N. de, María, E., Machuca, E. M., Fabricio, E., & Vines, V. V. (2023). Tratamiento y representación de datos provenientes de escalas tipo Likert. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 7(4), 736–747. https://doi.org/10.37811/CL_RCM.V7I4.6905
- Anaya, E. V., Araiza, A. G., & Campos, O. V. (2025). El análisis correlacional en la investigación educativa: fundamentos teóricos y aplicaciones metodológicas. *Scientific Journal of Applied Social and Clinical Science*, 5(11), 1–19. <https://doi.org/10.22533/AT.ED.2165112519084>
- Anchundia Salazar, A. R., Pozo Chele, J. L., & Delgado Beltrán, R. E. (2023). Factores que inciden en el rendimiento académico de los estudiantes de la carrera de Gestión Social y Desarrollo de la UPSE, 2023. *Universidad y Sociedad*, 15(5), 420–429. <https://rus.ucf.edu.cu/index.php/rus/article/view/4088>

- Boily, E., Gaboury, S., & Bergeron-Leclerc, C. (2025). University students in times of crisis: Machine learning-driven exploration of individual and social determinants of psychological distress. En *Proceedings of the 2025 International Conference on Information Technology for Social Good (GoodIT 2025)* (pp. 185–193). <https://doi.org/10.1145/3748699.3749790>
- Castañeda, P. J., Trujillo, A. G. T., Bedoya, C. M. R., Torres, G. F. M., & Santana, V. C. (2022). Análisis cuantitativo de resiliencia y apoyo social en estudiantes universitarios de primero y último curso de Psicología. *Revista Iberoamericana de Psicología*, 15(1), 79–90. <https://doi.org/10.33881/2027-1786.RIP.15108>
- Castaños, S. P., & Santamaría, S. G. (2023). La investigación cuantitativa. IBM. <https://www.ibm.com/>
- Del Rosario Zamora Betancourt, M., Francisco Caldera Montes, J., & María Guadalupe Guzmán Valderrama, S. (2021). Estrés académico y apoyo social en estudiantes universitarios. *Dilemas Contemporáneos: Educación, Política y Valores*. <https://doi.org/10.46377/DILEMAS.V9I.2916>
- Fernández Cando, D. A., Chávez Merino, F. E., Córdova Chafla, K. E., Gaibor Herrera, S. I., Jiménez González, R. J., Cholango Tenemaza, E. G., & Gómez Coronel, M. B. (2025). Salud mental y apoyo social en universitarios ecuatorianos. *SAGA: Revista Científica Multidisciplinar*. <https://revistasaga.org/index.php/saga/article/view/273/475>
- Keith, J. F., Budowle, R., Spoonhunter, T. L., Curry, R. R., & Porter, C. M. (2025). Growing season: A talking circle evaluation of American Indian/Alaska Native student pathways to food systems and sovereignty higher education in Wyoming. *Journal of Agriculture, Food*

- Systems, and Community Development, 15(1).
<https://doi.org/10.5304/JAFSCD.2025.151.028>
- Marenco-Escuderos, A. D., Cervantes, D. R., & Rambal-Rivaldo, L. I. (2023). Perfiles de resiliencia asociados al engagement académico y al apoyo social en estudiantes universitarios. *Interdisciplinaria. Revista de Psicología y Ciencias Afines*, 40(2), 231–243. <https://doi.org/10.16888/937>
- Noelia, A., Espinoza, C., Janneth, S., & Morocho, P. (2025). Resiliencia y apoyo social en estudiantes de la carrera de Derecho de la Universidad de Cuenca en el periodo 2024–2025. Universidad de Cuenca.
- Palmera, O. M., Paez, Y. M. V., Vicencio, B. P., & Chele, J. L. P. (2023). Evaluación de la efectividad de las plataformas de aprendizaje en línea para la mejora del rendimiento académico en instituciones de educación superior. *Migration Letters*, 20(S4), 1272–1285. <https://doi.org/10.59670/ml.v20iS4.4602>
- Pozo Chele, J. L. (2023). Percepción de organización y liderazgo del barrio 25 de Septiembre del cantón La Libertad. Santiago, número especial, 287–300. <https://santiago.uo.edu.cu/index.php/stgo/article/view/13764/5165>
- Pozo Chele, J. L. (2026). Revisión sistemática de las intervenciones cognitivo-conductuales basadas en mindfulness en la mejora del rendimiento deportivo en jóvenes atletas. *Retos*, 76, 515–527. <https://doi.org/10.47197/retos.v76.118421>
- Roco-Videla, Á., Flores, S. V., Olguin-Barraza, M., & Maureira-Carsalade, N. (2024). Alpha de Cronbach y su intervalo de confianza. *Nutrición Hospitalaria*, 41(1), 270–271. <https://doi.org/10.20960/NH.04961>
- Salomón, M. N., Lozano, M., Zavala, L. D. M., Terán, I. R. M., Parrales, A. A., Guerrero, A. H. M., Tuárez, M. B. M.,

- Pinargote, J. B. M. N., & Robles, A. P. (2025). Metodología de la investigación científica: Diseño de investigaciones cuantitativas. Editorial Internacional Alema. <https://editorialalema.org/libros/index.php/alema/article/view/45>
- Sen, S., & Yildirim, I. (2022). A tutorial on how to conduct meta-analysis with IBM SPSS Statistics. *Psych*, 4(4), 640–667. <https://doi.org/10.3390/psych4040049>
- Tinajero, C., Martínez-López, Z., Rodríguez, M.-S., & Páramo, M.-F. (2020). El apoyo social percibido como predictor del éxito académico en estudiantes universitarios españoles. *Anales de Psicología*, 36(1), 134–142. <https://doi.org/10.6018/analesps.36.1.344141>
- Toro, R., Peña-Sarmiento, M., Avendaño-Prieto, B. L., Mejía-Vélez, S., & Bernal-Torres, A. (2021). Análisis empírico del coeficiente alfa de Cronbach según opciones de respuesta, muestra y observaciones atípicas. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación Psicológica (RIDEP)*, 63(2). <https://doi.org/10.21865/RIDEP63.2.02>
- Valle, A., Manrique, L., & Revilla, D. (2022). La investigación descriptiva con enfoque cualitativo en educación. Pontificia Universidad Católica del Perú. <https://repositorio.pucp.edu.pe/index/handle/123456789/184559>
- Velasco Rodríguez, V., Suárez Alemán, G., Limones Aguilar, G. G., & Zandate Esparza, M. de L. W. J. (2025). Funcionalidad familiar y resiliencia en estudiantes universitarios. Dialnet. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=10440345&info=resumen&idioma=ENG>



CAPÍTULO IV

RELACIÓN ENTRE LA RESILIENCIA Y EL ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DEL PCEI INTENSIVO DE LA UNIDAD EDUCATIVA GUILLERMO ORDÓÑEZ GÓMEZ

Gladys Merlina Muñiz Muñoz
<https://orcid.org/0009-0007-9448-4892>
gladys.munizmunoz8718@upse.edu.ec
Universidad Estatal Península de Santa Elena, (Ecuador).

Yajaira Jacqueline Yagual Jordán
<https://orcid.org/0009-0004-8597-8071>
yajaira.yagualjordan5894@upse.edu.ec
Universidad Estatal Península de Santa Elena, (Ecuador).

Alexa Anabella Severino Balon
<https://orcid.org/0009-0008-1051-4431>
alexa.severinobalon9066@upse.edu.ec
Universidad Estatal Península de Santa Elena, (Ecuador).

Cristopher Steven Quirumbay Suarez
<https://orcid.org/0009-0001-8468-2955>
cristopher.quirumbaysuarez9006@upse.edu.ec
Universidad Estatal Península de Santa Elena, (Ecuador).

Resumen

La presente investigación tuvo como objetivo determinar la relación entre la resiliencia y el estrés académico en los estudiantes del PCEI intensivo de la Unidad Educativa "Guillermo Ordóñez Gómez". El estudio se desarrolló bajo un enfoque cuantitativo, con un diseño descriptivo-correlacional y una muestra conformada por 150 estudiantes. Para la recolección de la información se aplicó un cuestionario de 16 ítems con escala tipo Likert, previamente validado mediante juicio de expertos y con un coeficiente alfa de Cronbach de 0,869. Los resultados evidenciaron niveles favorables de resiliencia y la presencia de manifestaciones moderadas de estrés académico relacionadas con la carga de actividades, la presión académica y el agotamiento físico o emocional. Asimismo, no se encontraron asociaciones estadísticamente significativas entre las variables sociodemográficas analizadas y las dimensiones evaluadas del estudio. Se concluye que la resiliencia constituye un recurso importante para afrontar las exigencias académicas y favorecer el bienestar psicológico de los estudiantes del PCEI.

Palabras clave: resiliencia, estrés académico, estudiantes, bienestar psicológico, PCEI.

Abstract

The objective of this research was to determine the relationship between resilience and academic stress among students of the Intensive Continuing Education Program (PCEI) at the Guillermo Ordóñez Gómez Educational Unit. The study was conducted using a quantitative approach with a descriptive-correlational design and included a sample of 150 students. Data collection was carried out through a 16-item

Likert-type questionnaire, previously validated by expert judgment and presenting a Cronbach's alpha coefficient of 0.869. The findings revealed favorable levels of resilience and moderate manifestations of academic stress associated with academic workload, pressure related to educational activities, and physical or emotional exhaustion. Likewise, no statistically significant associations were found between the sociodemographic variables analyzed and the dimensions evaluated in the study. It is concluded that resilience represents an important resource for coping with academic demands and promoting students' psychological well-being.

Keywords: resilience, academic stress, students, psychological well-being, and PCEI.

Introducción

La resiliencia y el estrés académico son dos variables que han cobrado gran relevancia en el ámbito educativo debido a su influencia en el bienestar psicológico, la adaptación y el rendimiento de los estudiantes. El estrés académico se entiende como la respuesta física, emocional y conductual que experimentan los estudiantes frente a las demandas del entorno educativo, mientras que la resiliencia representa la capacidad para afrontar situaciones adversas, adaptarse positivamente y recuperarse de ellas. En este sentido, diversos estudios han evidenciado que existe una relación significativa entre ambas variables, ya que un mayor nivel de resiliencia favorece el afrontamiento de las exigencias académicas y reduce el impacto negativo del estrés (Contreras Alvarado, 2024; Ramos Calderón, 2021).

La revisión de la literatura muestra que el estrés académico constituye una problemática presente en estudiantes de

diferentes niveles educativos. Entre los principales factores asociados se encuentran la sobrecarga de actividades, las evaluaciones constantes, las exigencias institucionales, la presión por alcanzar un buen desempeño académico y las responsabilidades personales y familiares. Estas situaciones pueden afectar el equilibrio emocional, disminuir el rendimiento académico e incluso influir en la permanencia de los estudiantes dentro del sistema educativo. En este contexto, se ha encontrado que el estrés académico se presenta con frecuencia en estudiantes de bachillerato y puede repercutir negativamente en su desarrollo personal y educativo cuando no existen recursos adecuados para enfrentarlo (Rivadeneira Rubio, 2025).

Por otra parte, la resiliencia ha sido identificada como un factor protector frente a las situaciones de estrés, ya que fortalece las habilidades de afrontamiento, la regulación emocional y la capacidad de adaptación ante las dificultades. En un estudio realizado con adolescentes, concluyeron que la resiliencia desempeña un papel fundamental para disminuir los efectos del estrés académico y favorecer el bienestar psicológico (Corrales Fernández y Gaibor González, 2022). De manera similar, destacan que los estudiantes con mayores niveles de resiliencia presentan una mejor capacidad para enfrentar las exigencias académicas y mantener un adecuado desempeño escolar (Ramos Calderón, 2021).

En el contexto del Programa de Educación Continua Intensiva (PCEI), los estudiantes suelen enfrentar condiciones particulares que incrementan las demandas académicas, ya que muchos de ellos combinan sus estudios con responsabilidades laborales, familiares y sociales. Estas circunstancias pueden generar mayores niveles de estrés académico y dificultar el cumplimiento de sus objetivos educativos. Sin embargo, el

fortalecimiento de la resiliencia constituye un recurso fundamental para afrontar estas exigencias, promover el bienestar emocional y favorecer la permanencia y continuidad del proceso formativo.

Frente a esta realidad, resulta pertinente analizar la relación existente entre la resiliencia y el estrés académico en los estudiantes del Programa de Educación Continua Intensiva, considerando las características particulares de esta población. A pesar de los aportes realizados por investigaciones nacionales e internacionales sobre la relación entre ambas variables, aún existe limitada evidencia científica centrada en estudiantes del Programa de Educación Continua Intensiva, particularmente en la Unidad Educativa "Guillermo Ordóñez Gómez". Esta situación evidencia la necesidad de analizar cómo se relacionan ambas variables en este contexto específico, con el propósito de identificar factores que contribuyan al bienestar psicológico y al desempeño académico de los estudiantes.

En este marco, el objetivo de la presente investigación es determinar la relación entre la resiliencia y el estrés académico en los estudiantes del PCEI intensivo de la Unidad Educativa "Guillermo Ordóñez Gómez", mediante el análisis de ambas variables, con el fin de establecer el grado de asociación existente y aportar evidencia científica sobre esta problemática en el contexto educativo.

La presente investigación se justifica por su relevancia teórica, práctica y social. Desde el punto de vista teórico, permitirá ampliar el conocimiento sobre la relación entre la resiliencia y el estrés académico en estudiantes del PCEI, aportando evidencia que complemente los hallazgos de estudios previos. En el ámbito práctico, los resultados podrán servir como base para el diseño de estrategias de intervención

orientadas al fortalecimiento de la resiliencia y a la prevención del estrés académico dentro de la institución educativa. Finalmente, desde una perspectiva social y educativa, la investigación contribuirá a promover acciones dirigidas a mejorar el bienestar emocional, favorecer la permanencia escolar y fortalecer el desarrollo integral de los estudiantes (Contreras Alvarado, 2024; Rivadeneira Rubio, 2025).

Desarrollo

La presente investigación se desarrolló bajo un enfoque cuantitativo, con un diseño descriptivo correlacional. Este enfoque permitió recopilar y analizar datos numéricos relacionados con la resiliencia y el estrés académico en estudiantes del PCEI intensivo de la Unidad Educativa “Guillermo Ordóñez Gómez”. El estudio tuvo como finalidad describir los niveles de ambas variables y determinar la relación existente entre ellas dentro del contexto educativo.

La población estuvo conformada por estudiantes del PCEI intensivo de la Unidad Educativa “Guillermo Ordóñez Gómez”. La muestra estuvo integrada por una población total de 150 estudiantes, considerando la disponibilidad y participación voluntaria de los estudiantes. Para la recolección de datos se utilizó un cuestionario compuesto por 16 preguntas con escala tipo Likert, diseñado para evaluar aspectos relacionados con la resiliencia y el estrés académico.

Antes de su aplicación, el instrumento fue sometido a validación por juicio de experto, quien evaluó la claridad, pertinencia y coherencia de cada uno de los ítems. Asimismo, se obtuvo un coeficiente alfa de Cronbach de 0,869, lo que indica una muy buena consistencia interna del cuestionario. Este resultado evidencia que los ítems presentan un adecuado

nivel de homogeneidad y permiten medir de forma confiable las variables objeto de estudio. Posteriormente, la información recopilada fue tabulada y analizadas mediante el software IBM SPSS Statistics versión 26, utilizando estadísticos descriptivos y análisis correlacionales para la interpretación de los resultados.

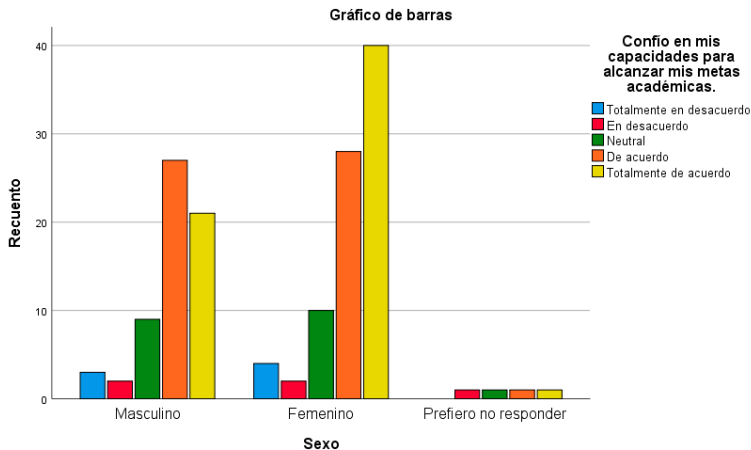
Resultados

Los resultados evidencian que la confianza en las capacidades para alcanzar las metas académicas fue elevada en ambos grupos, predominando las respuestas favorables tanto en hombres como en mujeres. En términos generales, el 87,6 % de los estudiantes manifestó una percepción positiva sobre sus competencias académicas, lo que refleja un adecuado nivel de autoeficacia para afrontar las exigencias del proceso formativo. Esta tendencia indica que la mayoría de los participantes confía en sus habilidades para cumplir con sus objetivos académicos, independientemente del sexo.

El análisis de asociación mediante la prueba de chi-cuadrado de Pearson obtuvo un valor de $\chi^2 = 9,719$, con 8 grados de libertad y un nivel de significancia de $p = 0,285$, resultado que indica la ausencia de una relación estadísticamente significativa entre el sexo y la confianza en las capacidades para alcanzar las metas académicas ($p > 0,05$). En consecuencia, la percepción de autoeficacia académica se distribuye de manera similar entre hombres y mujeres, lo que sugiere que el sexo no constituye un factor determinante en la confianza que los estudiantes depositan en sus propias capacidades para lograr sus metas académicas.

Figura 11.

Distribución de la confianza en las capacidades para alcanzar las metas académicas según el sexo.



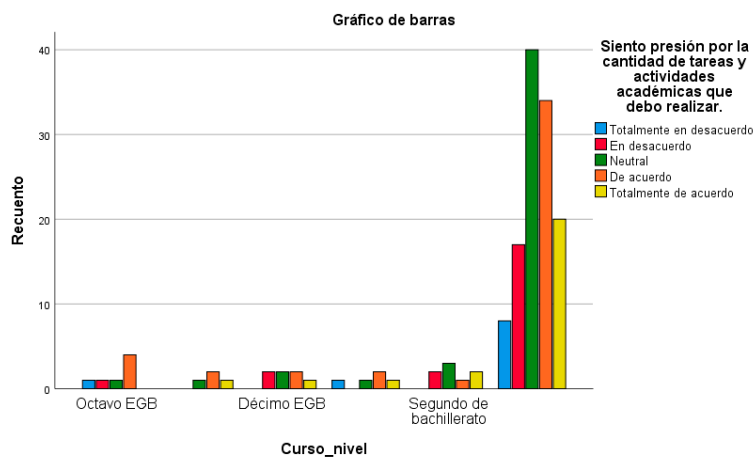
Fuente: Elaboración propia.

Los resultados evidencian que la percepción de presión generada por la cantidad de tareas y actividades académicas se concentró principalmente en las categorías de valoración intermedia y favorable, reflejando que los estudiantes experimentan un nivel moderado de exigencia académica durante su proceso de formación. Esta tendencia fue más evidente en los estudiantes de Tercero de Bachillerato, quienes representaron la mayor proporción de la muestra. No obstante, el comportamiento de las respuestas fue similar entre los diferentes niveles educativos, lo que indica una percepción homogénea de las demandas académicas.

El análisis de asociación mediante la prueba de chi-cuadrado de Pearson obtuvo un valor de $\chi^2 = 12,265$, con 20 grados de libertad y un nivel de significancia de $p = 0,907$, resultado que evidencia la ausencia de una relación estadísticamente significativa entre el curso o nivel de estudios y la percepción de presión por las actividades académicas ($p >$

0,05). En consecuencia, la percepción de las exigencias escolares no varía en función del nivel educativo, lo que sugiere que la carga académica es experimentada de manera similar por los estudiantes de los distintos cursos incluidos en la investigación.

Figura 12.
Distribución de la presión por las actividades académicas según el curso o nivel

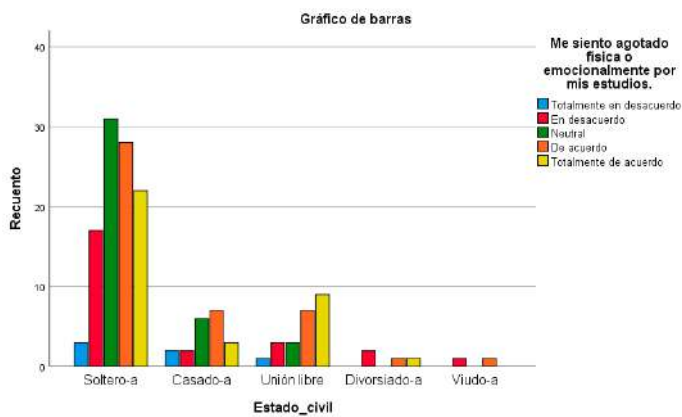


Fuente: Elaboración propia.

Los resultados evidencian que la percepción de agotamiento físico o emocional asociado a las exigencias académicas presentó una distribución similar entre los diferentes estados civiles. La mayor concentración de respuestas se ubicó en las categorías intermedias y favorables, reflejando que una proporción importante de los estudiantes experimenta algún grado de desgaste físico o emocional como consecuencia de las actividades académicas. Esta tendencia fue más evidente en los estudiantes solteros, quienes constituyeron el grupo predominante dentro de la muestra, sin que ello represente diferencias relevantes respecto a los demás estados civiles.

El análisis de asociación mediante la prueba de chi-cuadrado de Pearson obtuvo un valor de $\chi^2 = 15,194$, con 16 grados de libertad y un nivel de significancia de $p = 0,510$, resultado que indica la ausencia de una relación estadísticamente significativa entre el estado civil y la percepción de agotamiento físico o emocional ($p > 0,05$). En consecuencia, el nivel de desgaste experimentado por los estudiantes no difiere de manera significativa según su estado civil, lo que sugiere que las exigencias académicas afectan de forma similar a los participantes, independientemente de su situación conyugal.

Figura 13.
Distribución del agotamiento físico o emocional según el estado civil.



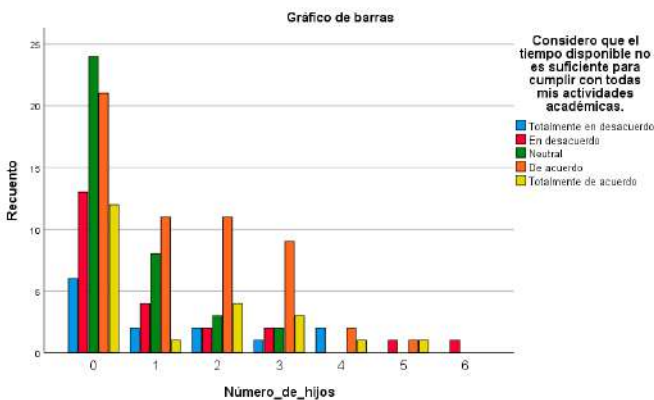
Fuente: Elaboración propia.

Los resultados evidencian que la percepción sobre la suficiencia del tiempo para cumplir con las actividades académicas presenta un comportamiento similar entre los estudiantes, independientemente del número de hijos. La mayor proporción de participantes correspondió a estudiantes que no tienen hijos, quienes manifestaron percepciones orientadas hacia una valoración intermedia y favorable respecto a la disponibilidad de tiempo para atender sus

responsabilidades académicas. En términos generales, la distribución de las respuestas sugiere que la administración del tiempo constituye una situación compartida por la mayoría de los estudiantes, sin observarse diferencias marcadas entre los grupos analizados.

El análisis de asociación mediante la prueba de chi-cuadrado de Pearson obtuvo un valor de $\chi^2 = 27,486$, con 24 grados de libertad y un nivel de significancia de $p = 0,282$, resultado que indica la ausencia de una relación estadísticamente significativa entre el número de hijos y la percepción sobre la suficiencia del tiempo para cumplir con las actividades académicas ($p > 0,05$). En consecuencia, la percepción sobre la disponibilidad de tiempo no depende del número de hijos de los estudiantes, lo que sugiere que otros factores, como la carga académica, las responsabilidades laborales, las estrategias de organización personal o las condiciones del entorno educativo, podrían tener una mayor influencia en la gestión del tiempo académico.

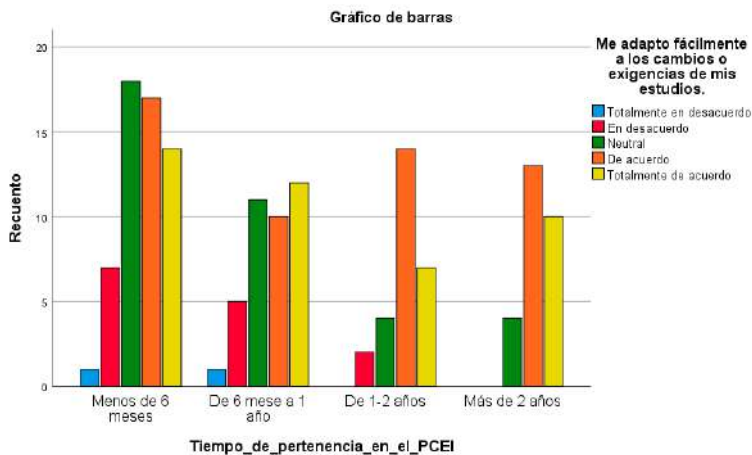
Figura 14.
Percepción sobre la suficiencia del tiempo para cumplir con las actividades académicas según el número de hijos



Fuente: Elaboración propia.

Los resultados evidencian que la percepción sobre la capacidad para adaptarse a los cambios o exigencias académicas fue favorable entre los estudiantes, independientemente del tiempo de permanencia en el Programa de Educación Continua Intensiva (PCEI). La distribución de las respuestas mostró una tendencia homogénea entre los diferentes periodos de permanencia, reflejando que la mayoría de los participantes considera poseer las habilidades necesarias para afrontar las demandas del proceso educativo. Este comportamiento sugiere que la adaptación académica constituye una característica compartida por los estudiantes, sin observarse variaciones relevantes entre los grupos analizados.

Figura 15.
Adaptación a los cambios o exigencias de los estudios según el tiempo de permanencia en el PCEI.



Fuente: Elaboración propia.

El análisis de asociación mediante la prueba de chi-cuadrado de Pearson obtuvo un valor de $\chi^2 = 14,215$, con 12 grados de libertad y un nivel de significancia de $p = 0,287$, resultado que indica la ausencia de una relación

estadísticamente significativa entre el tiempo de permanencia en el PCEI y la percepción sobre la capacidad de adaptación a las exigencias académicas ($p > 0,05$). En consecuencia, el tiempo de permanencia en el programa no constituye un factor determinante en la percepción de adaptación de los estudiantes, lo que sugiere que esta capacidad podría estar influenciada por factores personales, estrategias de afrontamiento y experiencias individuales más que por el tiempo transcurrido dentro del programa educativo.

Discusión

Los hallazgos del estudio evidencian que los estudiantes del Programa de Educación Continua Intensiva (PCEI) presentan niveles favorables de resiliencia, reflejados en la confianza para alcanzar sus metas académicas y en la percepción de contar con recursos personales para adaptarse a las exigencias del entorno educativo. Estos resultados permiten inferir que, a pesar de las demandas propias de la modalidad intensiva, los participantes desarrollan estrategias que favorecen la continuidad de su formación académica. En este sentido, Ramos Calderón (2021) sostiene que la resiliencia constituye un proceso dinámico que fortalece la capacidad de afrontar situaciones adversas y favorece la permanencia educativa. De igual manera, Corrales Fernández y Gaibor González (2022) señalan que los estudiantes con mayores niveles de resiliencia presentan una mejor adaptación académica, mayor autoeficacia y una respuesta más favorable frente a los desafíos derivados de la carga académica, aspectos que coinciden con las tendencias observadas en la presente investigación.

Por otra parte, los resultados ponen de manifiesto que, aunque los estudiantes evidencian una adecuada capacidad de

adaptación, también experimentan manifestaciones asociadas al estrés académico, principalmente relacionadas con la presión generada por las actividades escolares, la percepción de insuficiencia del tiempo disponible y el agotamiento físico y emocional. Estos hallazgos confirman que la resiliencia no elimina la presencia de factores estresores, sino que constituye un recurso que facilita su afrontamiento. En concordancia con ello, Rivadeneira Rubio (2025) señala que la sobrecarga de actividades y las limitaciones de tiempo representan algunos de los principales factores que afectan el bienestar de los estudiantes en programas educativos intensivos. Asimismo, Díaz-Parra et al. (2025) destacan que la acumulación de responsabilidades académicas incrementa los niveles de estrés y fatiga, lo que puede repercutir en el rendimiento escolar y en la salud mental cuando no existen estrategias adecuadas de regulación emocional y organización del tiempo.

Los análisis estadísticos mostraron que variables sociodemográficas como el sexo, el estado civil, el número de hijos, el nivel educativo y el tiempo de permanencia en el programa no presentaron asociaciones estadísticamente significativas con las dimensiones de resiliencia y estrés académico. Este comportamiento sugiere que estas variables dependen en mayor medida de factores psicológicos, personales y contextuales que de las características sociodemográficas de los estudiantes. Estos resultados coinciden con lo planteado por Pérez Fernández et al. (2024), quienes sostienen que la percepción del estrés académico está influenciada principalmente por los recursos de afrontamiento, la autoeficacia y las estrategias de regulación emocional. En consecuencia, los hallazgos respaldan la necesidad de que las instituciones educativas implementen programas permanentes de fortalecimiento de la resiliencia, gestión del estrés y desarrollo de habilidades socioemocionales, con el propósito

de promover el bienestar psicológico, mejorar el desempeño académico y favorecer la permanencia de los estudiantes en programas de educación continua.

Conclusión

Los resultados del estudio permiten concluir que los estudiantes del Programa de Educación Continua Intensiva (PCEI) de la Unidad Educativa "Guillermo Ordóñez Gómez" presentan niveles favorables de resiliencia, evidenciados en la confianza en sus capacidades, la adaptación a las exigencias académicas y la disposición para alcanzar sus metas educativas. No obstante, también se identificaron manifestaciones de estrés académico relacionadas con la carga de actividades, la gestión del tiempo y el agotamiento físico y emocional, aspectos que forman parte de las demandas propias del proceso formativo. En este sentido, se cumple el objetivo de la investigación al evidenciar que la resiliencia constituye un recurso importante para afrontar las exigencias académicas, aun cuando los estudiantes continúan expuestos a factores estresores propios de la modalidad educativa intensiva.

Asimismo, los análisis estadísticos demostraron que las variables sociodemográficas evaluadas no presentan una asociación significativa con los niveles de resiliencia ni con las manifestaciones de estrés académico, lo que sugiere que estas responden principalmente a factores personales y a las estrategias individuales de afrontamiento. En consecuencia, se recomienda que la institución educativa fortalezca programas de acompañamiento psicológico, desarrollo de habilidades socioemocionales, manejo del estrés y organización del tiempo, con el propósito de promover el bienestar integral, mejorar el rendimiento académico y favorecer la permanencia de los

estudiantes en el Programa de Educación Continua Intensiva. Además, futuras investigaciones deberían ampliar la muestra e incorporar diseños longitudinales que permitan analizar la evolución de la resiliencia y el estrés académico a lo largo del proceso educativo.

Referencias bibliográficas

- Anchundia Salazar, A. R., Pozo Chele, J. L., & Delgado Beltrán, R. E. (2023). Factores que inciden en el rendimiento académico de los estudiantes de la carrera de Gestión Social y Desarrollo de la UPSE, 2023. *Universidad y Sociedad*, 15(5), 420–429.
<https://rus.ucf.edu.cu/index.php/rus/article/view/4088>
- Arrogante, Ó. (2014). Estudio del bienestar en personal sanitario: Relaciones con resiliencia, apoyo social, estrés laboral y afrontamiento (Tesis doctoral).
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/tesis?codigo=44107&info=resumen&idioma=SPA>
- Bauducco, V., & Oros, L. B. (2024). Estrés académico en estudiantes universitarios: Diferencias según la capacidad resiliente y el tipo de afrontamiento. *Psíntesis*, 1(1), 1–18.
<https://doi.org/10.56487/RF6PB235>
- Contreras Alvarado, P. E. (2024). Niveles de resiliencia y estrés académico en estudiantes universitarios del tercer nivel de la carrera de Psicología de la Universidad de Cuenca, 2023 [Tesis de licenciatura, Universidad de Cuenca].
- Corrales Fernández, H. G., & Gaibor González, I. Á. (2022). Estrés académico y su relación con la resiliencia en adolescentes. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 6(6), 10435–10449.
https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v6i6.4140

- Curto García, C. T. (2025). Estrés académico y resiliencia en estudiantes de las facultades de Medicina y Derecho de una universidad pública de Iquitos, 2024.
- Díaz-Parra, J., Curipallo-Peralta, N., Rojas-Avilés, H., & Parra-Muñoz, J. (2025). La influencia del estrés académico en el rendimiento de los estudiantes de educación básica de la Universidad Central del Ecuador. *Revista Cátedra*, 8(2), 78–92. <https://doi.org/10.29166/CATEDRA.V8I2.7909>
- Fínez Silva, E., Astorga, M. J., & Martínez, M. C. (2015). Resiliencia y su relación con salud y ansiedad en estudiantes. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 1(1), 409–416. <https://doi.org/10.17060/ijodaep.2015.n1.v1.90>
- González, E. B., Gutiérrez, A. B. B., Herrero, E. T., & Pérez, J. C. N. (2025). Academic stress, evaluation anxiety, and university dropout intention: Mediating and moderating roles for resilience. *Psicología Educativa*, 31(2), 101–109. <https://doi.org/10.5093/psed2025a13>
- López-Aguilar, D., & Garcés-Delgado, Y. (2023). El desarrollo de conductas resilientes en la lucha contra el abandono académico universitario. https://riull.ull.es/xmlui/bitstream/handle/915/39868/El_de_sarrollo_de_conductas_resilientes_en_la_lucha_contra_el_abandono_academico_universitario_David_Lopez_Aguilar_Pedro_Ricardo_Alvarez_Perez_Julian_Alesander_Gonzalez_Ramos_Yaritza_Garces_Delgado.pdf
- Morgan Asch, J. (2021). El análisis de la resiliencia y el rendimiento académico en los estudiantes universitarios. *Revista Nacional de Administración*, 12(1), e3534. <https://doi.org/10.22458/RNA.V12I1.3534>

- Palmera, O. M., Páez, Y. M. V., Vicencio, B. P., & Pozo Chele, J. L. (2023). Evaluación de la efectividad de las plataformas de aprendizaje en línea para la mejora del rendimiento académico en instituciones de educación superior. *Migration Letters*, 20(S4), 1272–1285. <https://doi.org/10.59670/ml.v20iS4.4602>
- Pozo Chele, J. L. (2023). Percepción de organización y liderazgo del barrio 25 de Septiembre del cantón La Libertad. *Santiago* (Número especial), 287–300. <https://santiago.uo.edu.cu/index.php/stgo/article/view/13764/5165>
- Pozo Chele, J. L. (2026). Revisión sistemática de las intervenciones cognitivo-conductuales basadas en mindfulness en la mejora del rendimiento deportivo en jóvenes atletas. *Retos*, 76, 515–527. <https://doi.org/10.47197/retos.v76.118421>
- Ramos Calderón. (2021). Resiliencia y estrés académico en los estudiantes de una universidad privada de Ica, en el contexto de emergencia sanitaria, 2020. <https://repositorio.autonomadeica.edu.pe/handle/20.500.14441/979>
- Resiliencia. (s. f.). American Psychological Association. Recuperado el 9 de julio de 2026, de <https://www.apa.org/topics/resilience>
- Rivadeneira Rubio, M. D. (2025). Universidad Politécnica Salesiana, Sede Quito. Carrera de Psicología.
- Salud mental. (s. f.). Organización Mundial de la Salud. Recuperado el 9 de julio de 2026, de <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>

Zumárraga-Espinosa, M. (2023). Resiliencia académica, rendimiento e intención de abandono en estudiantes universitarios de Quito. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 21(3). <https://doi.org/10.11600/RLCSNJ.21.3.5949>



CAPÍTULO V

RELACIÓN ENTRE LA CALIDAD DEL SUEÑO Y EL RENDIMIENTO
ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE SEGUNDO SEMESTRE DE LA
CARRERA DE PSICOLOGÍA DE LA UPSE

Nathalie Daniela Soriano Malave
<https://orcid.org/0009-0005-5802-6283>
nathalie.sorianomalave9838@upse.edu.ec
Universidad Estatal Península de Santa Elena, (Ecuador).

Elvis Alfredo Malave González
<https://orcid.org/0009-0007-9754-6745>
elvis.malavegonzalez5737@upse.edu.ec
Universidad Estatal Península de Santa Elena, (Ecuador).

Loida Nohely Zamora Flores
<https://orcid.org/0009-0008-5812-0626>
loida.zamoraflores2563@upse.edu.ec
Universidad Estatal Península de Santa Elena, (Ecuador).

Annia Betsabe Cruz Jaime
<https://orcid.org/0009-0004-1797-1740>
annia.cruzjaime4728@upse.edu.ec
Universidad Estatal Península de Santa Elena, (Ecuador).

Resumen

La calidad del sueño constituye un factor esencial para el bienestar físico, mental y cognitivo de los estudiantes universitarios, influyendo mayormente en su rendimiento académico. La investigación presente tuvo como objetivo determinar la relación entre la calidad del sueño y el rendimiento académico en estudiantes de segundo semestre de la carrera de Psicología de la UPSE. Se desarrolló bajo un enfoque cuantitativo, con un diseño descriptivo. La muestra estuvo conformada por 165 estudiantes, a quienes se aplicó un cuestionario estructurado de 19 ítems con escala tipo Likert, validado mediante un alfa de Cronbach de 0,890. Los datos fueron analizados mediante estadística descriptiva y la prueba chi-cuadrado de Pearson utilizando SPSS versión 25. Los resultados evidenciaron que la gran parte de los estudiantes percibe que solo ocasionalmente duerme las horas adecuadas para un buen descanso; sin embargo, desarrollan un rendimiento académico generalmente satisfactorio. Asimismo, se encontró una relación significativa entre la calidad del sueño y el rendimiento académico ($p < ,001$), evidenciando que, a mejor percepción de la calidad del sueño, mayor es el nivel de rendimiento académico. En conclusión, la calidad del sueño influye significativamente en el desempeño académico de los estudiantes, por lo que se recomienda promover hábitos de sueño saludables que favorezcan su bienestar integral y su rendimiento académico.

Palabras clave: Calidad de sueño; rendimiento académico; estudiantes universitarios; bienestar; hábitos de sueño.

Abstract

Sleep quality is an essential factor for the physical, mental, and cognitive well-being of university students, significantly influencing their academic performance. This study aimed to determine the relationship between sleep quality and academic performance in second-semester Psychology students at the UPSE. The research was conducted under a quantitative approach with a descriptive design. The sample consisted of 165 students, to whom a structured questionnaire of 19 items with a Likert-type scale was applied, validated through a Cronbach's alpha of 0.890. Data were analyzed using descriptive statistics and Pearson's chi-square test with SPSS version 25. The results showed that most students perceive that they only occasionally get adequate sleep for proper rest; however, they generally achieve satisfactory academic performance. Likewise, a significant relationship was found between sleep quality and academic performance ($p < .001$), indicating that better perceived sleep quality is associated with higher levels of academic performance. In conclusion, sleep quality significantly influences students' academic performance; therefore, it is recommended to promote healthy sleep habits that support their overall well-being and academic achievement.

Keywords: Sleep quality; academic performance; university students; well-being; sleep habits.

Introducción

La calidad del sueño constituye uno de los componentes fundamentales de los estilos de vida saludables debido a su influencia directa sobre el bienestar físico, mental y social de las personas. Según Solis Cartas et al. (2026), los hábitos

saludables comprenden un conjunto de conductas cotidianas orientadas al mantenimiento de la salud y a la mejora de la calidad de vida, dentro de las cuales el sueño desempeña un papel esencial en la recuperación física, la regulación emocional y los procesos cognitivos relacionados con el aprendizaje. En este contexto, el rendimiento académico representa un indicador clave del éxito educativo y responde a la interacción de múltiples factores personales, sociales y académicos. De acuerdo con Corredor Gamba y Polanía Robayo (2020), variables como la motivación, las estrategias de estudio, el contexto familiar y el bienestar psicológico influyen significativamente en el desempeño estudiantil. Asimismo, investigaciones recientes han demostrado que la privación del sueño afecta procesos cognitivos como la memoria, la atención y la concentración, repercutiendo negativamente en el aprendizaje y el rendimiento académico (Rojas et al., 2020; Aquino-Blanco et al., 2026).

En el ámbito internacional, diversos estudios han evidenciado que la disminución de la calidad del sueño constituye una problemática frecuente entre estudiantes universitarios debido a las crecientes exigencias académicas, el estrés y la sobrecarga de actividades. Brambila-Tapia et al. (2025) señalan que estas condiciones favorecen alteraciones en los patrones de descanso, reduciendo la capacidad de concentración y el desempeño académico. De igual manera, Chuga Guaman et al. (2025a) reportan que una proporción considerable de universitarios duerme menos de las horas recomendadas, afectando procesos cognitivos esenciales para el aprendizaje. Estos hallazgos coinciden con la evidencia científica que reconoce al sueño como un factor determinante para el rendimiento académico y el bienestar integral de los estudiantes.

En Ecuador, la calidad del sueño también representa un desafío para la población universitaria. Las exigencias académicas, la adaptación a nuevos ritmos de estudio y las responsabilidades personales influyen en los hábitos de descanso de los estudiantes. En este sentido, Espinoza Durán y Cuenca Tapia (2023), en una investigación realizada con estudiantes de Medicina de la Universidad Católica de Cuenca, encontraron que una peor calidad del sueño se asocia significativamente con un menor rendimiento académico. De manera similar, Shuman et al. (2026) sostienen que el descanso adecuado constituye un elemento indispensable para favorecer el bienestar físico, emocional y el desempeño académico de los estudiantes universitarios ecuatorianos, confirmando la importancia de incorporar esta variable en los estudios sobre éxito académico.

En la provincia de Santa Elena esta problemática también se hace evidente. Muchos estudiantes universitarios combinan sus actividades académicas con responsabilidades laborales, compromisos familiares e incluso la crianza de hijos, circunstancias que reducen el tiempo destinado al descanso. Además, las exigencias propias de la formación universitaria favorecen jornadas prolongadas de estudio que frecuentemente se extienden hasta altas horas de la noche, limitando la recuperación física y mental. En el contexto de la Universidad Estatal Península de Santa Elena (UPSE), estas condiciones podrían afectar el rendimiento académico, ya que la mala calidad del sueño, junto con el estrés y la fatiga, repercute negativamente en el desempeño de los estudiantes (Chuga Guaman et al., 2025). No obstante, existe escasa evidencia científica que analice esta relación específicamente en los estudiantes de segundo semestre de la carrera de Psicología de la UPSE.

En respuesta a esta problemática, la presente investigación tiene como objetivo determinar la relación entre la calidad del sueño y el rendimiento académico en los estudiantes de segundo semestre de la carrera de Psicología de la Universidad Estatal Península de Santa Elena (UPSE). El estudio busca generar evidencia científica que permita comprender cómo los hábitos de sueño pueden influir en el desempeño académico de esta población, contribuyendo al fortalecimiento del conocimiento sobre los factores que condicionan el éxito educativo en el contexto universitario ecuatoriano.

La investigación se justifica por la necesidad de comprender la influencia de la calidad del sueño sobre el rendimiento académico y el bienestar integral de los estudiantes universitarios. Torres Soto et al. (2026) indican que el sueño deficiente afecta procesos cognitivos fundamentales, como la atención, la memoria, la concentración y el aprendizaje, repercutiendo directamente en el desempeño académico. Desde el punto de vista teórico, el estudio ampliará el conocimiento sobre la relación entre ambas variables en el contexto ecuatoriano; desde la perspectiva práctica, proporcionará información útil para que autoridades universitarias, docentes y estudiantes diseñen estrategias orientadas a fortalecer hábitos saludables de descanso y mejorar el rendimiento académico. Finalmente, desde el ámbito social, los resultados contribuirán al desarrollo de programas de promoción de la salud, prevención y bienestar estudiantil, favoreciendo la permanencia, el desarrollo integral y la calidad de vida de la comunidad universitaria.

Materiales y métodos

Esta investigación se desarrolló bajo un enfoque cuantitativo, con un diseño descriptivo y exploratorio, enfocado a analizar la relación entre la calidad del sueño y el rendimiento académico en estudiantes universitarios. Para la recolección de la información se empleó un cuestionario estructurado de 19 preguntas con escala tipo Likert, el cual fue sujeto a un proceso de validación mediante análisis de consistencia interna, obteniéndose un coeficiente alfa de Cronbach de 0,890, lo que demuestra una alta confiabilidad del instrumento. La aplicación del cuestionario se realizó de forma virtual a través de la plataforma Google Forms, facilitando la participación voluntaria de los estudiantes y garantizando la recopilación organizada de la información. Posteriormente, los datos obtenidos fueron procesados y analizados mediante el programa estadístico SPSS versión 25, utilizando estadística descriptiva para la descripción de la muestra y el análisis de las variables de estudio.

De acuerdo con los registros oficiales de la UPSE, la carrera de Psicología cuenta actualmente con 228 estudiantes legalmente matriculados de segundo ciclo, para el presente estudio se trabajó con una población correspondiente al segundo ciclo conformada por 165 estudiantes, considerando que algunos de los matriculados inicialmente se retiraron o no asistían regularmente a clases. La muestra estuvo integrada por jóvenes con edades entre 18 y 35 años, de los cuales 49 (29,7 %) fueron hombres y 116 (70,3 %) mujeres. La selección de esta población respondió a criterios de accesibilidad y disponibilidad de los participantes durante el período de recolección de datos.

Resultados

En esta sección se presentan los resultados obtenidos mediante el análisis estadístico realizado con IBM SPSS Statistics versión 25, a partir de la información recopilada mediante el cuestionario aplicado a 165 estudiantes de segundo semestre de la carrera de Psicología de la Universidad Estatal Península de Santa Elena (UPSE). Los hallazgos se exponen mediante tablas y gráficos con el propósito de describir las características sociodemográficas de la muestra, analizar la calidad del sueño y el rendimiento académico, así como determinar la relación existente entre ambas variables.

Como parte de la caracterización de la población de estudio, se analizaron las variables sociodemográficas correspondientes a edad, género, estado civil y presencia de hijos. Esta información permite contextualizar el perfil de los participantes y facilita una mejor interpretación de los resultados obtenidos en relación con las variables principales de la investigación.

Los resultados muestran que la muestra estuvo conformada por 165 estudiantes, con edades comprendidas entre 18 y 35 años, registrándose una media de 21,77 años ($DE = 4,50$), lo que evidencia una población predominantemente joven. En cuanto al género, predominó el sexo femenino con 70,3 % de los participantes, mientras que el 29,7 % correspondió al sexo masculino. Respecto al estado civil, la mayoría de los estudiantes se identificó como soltero/a (83,0 %), seguido de quienes indicaron estar casados/as (9,7 %), en unión libre (4,2 %), comprometidos/as (1,8 %) y divorciados/as (1,2 %). Asimismo, el 80,0 % manifestó no tener hijos, frente al 20,0 % que indicó tenerlos. En conjunto, estos resultados evidencian que la población estudiada está constituida principalmente por estudiantes jóvenes, mujeres, solteros y sin hijos, características

que representan el perfil predominante de los estudiantes de segundo semestre de Psicología de la UPSE.

Tabla 6
Características sociodemográficas de los estudiantes de segundo semestre de Psicología de la UPSE (n = 165)

Variable	Categoría / estadístico	Resultado
Edad	Media ± DE	21,77 ± 4,50 años
	Rango	18–35 años
Género	Masculino	49 (29,7 %)
	Femenino	116 (70,3 %)
Estado civil	Soltero/a	137 (83,0 %)
	Casado/a	16 (9,7 %)
	Comprometido/a	3 (1,8 %)
	Unión libre	7 (4,2 %)
	Divorciado/a	2 (1,2 %)
Hijos	Sí	33 (20,0 %)
	No	132 (80,0 %)

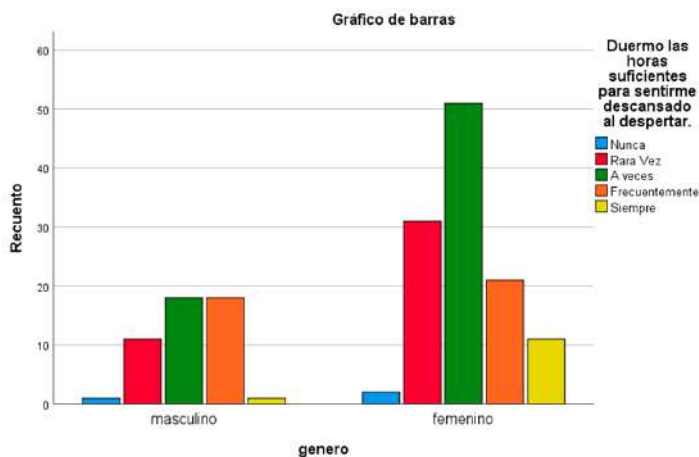
Fuente: Elaboración propia.

Los resultados evidencian que la mayoría de los estudiantes percibe que no duerme de manera constante las horas suficientes para sentirse descansado al despertar. En conjunto, el 67,3 % de los participantes indicó que esta situación ocurre solo ocasionalmente o rara vez, mientras que únicamente el 7,3 % manifestó dormir siempre las horas necesarias para un descanso adecuado. Estos hallazgos sugieren que una proporción importante de los estudiantes presenta hábitos de sueño insuficientes, lo que podría repercutir en su

recuperación física y en el desempeño de sus actividades académicas.

Asimismo, se observó un predominio de respuestas correspondientes al género femenino, lo cual es consistente con la composición de la muestra, donde las mujeres representaron el 70,3 % de los participantes. Independientemente del género, la percepción de un descanso insuficiente mostró un patrón similar, evidenciando que la dificultad para alcanzar un sueño reparador constituye una condición frecuente entre los estudiantes de segundo semestre de Psicología de la UPSE.

Figura 16.
Percepción de dormir las horas suficientes para sentirse descansado/a al despertar



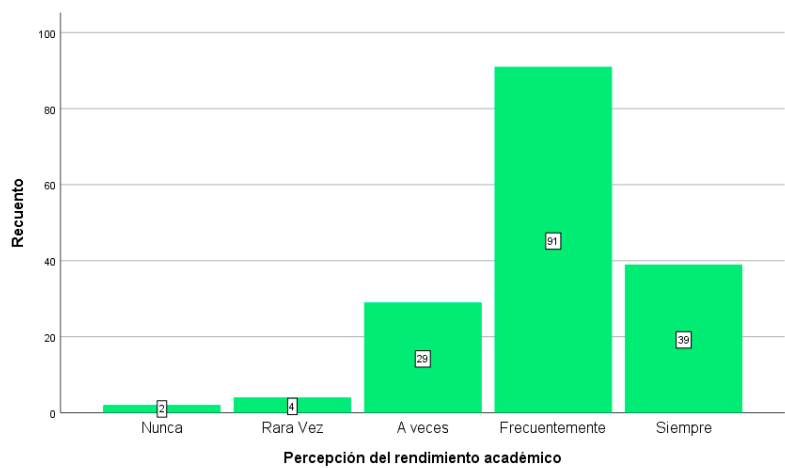
Fuente: Elaboración propia.

Los resultados evidencian que la mayoría de los estudiantes percibe su rendimiento académico como satisfactorio frente a las exigencias de la carrera. En conjunto, el 78,8 % de los participantes manifestó una percepción favorable de su desempeño académico, mientras que el 17,6 % presentó una valoración intermedia y solo el 3,6 % expresó una percepción desfavorable. Estos hallazgos reflejan que, pese a las demandas

propias de la formación universitaria, la mayor parte de los estudiantes considera que responde adecuadamente a las exigencias académicas del segundo semestre de la carrera de Psicología.

La percepción positiva del rendimiento académico observada en la muestra constituye un indicador relevante del nivel de adaptación de los estudiantes a las actividades académicas. No obstante, la existencia de un grupo que reporta un desempeño intermedio o desfavorable sugiere la presencia de factores que podrían limitar el éxito académico, entre ellos la calidad del sueño, el estrés y los hábitos de estudio, aspectos que serán analizados mediante las pruebas de asociación e inferencia estadística presentadas en los apartados siguientes.

Figura 17.
Rendimiento académico satisfactorio en relación con las exigencias de la carrera



Fuente: Elaboración propia.

La Tabla 2 muestra la distribución del rendimiento académico según la percepción de la calidad del sueño en los estudiantes de segundo semestre de Psicología de la UPSE. Se observa que, entre los estudiantes con baja percepción de la

calidad del sueño, el 64,8 % (35) presentó un rendimiento académico alto, el 24,1 % (13) un rendimiento intermedio y el 11,1 % (6) un rendimiento bajo. En los estudiantes con percepción intermedia, el 77,6 % (38) alcanzó un rendimiento alto y el 22,4 % (11) un rendimiento intermedio, sin registrarse casos de rendimiento bajo.

Por otra parte, los estudiantes con alta percepción de la calidad del sueño mostraron los resultados más favorables, ya que el 91,9 % (57) presentó un rendimiento académico alto y únicamente el 8,1 % (5) obtuvo un rendimiento intermedio. En términos generales, la tabla evidencia una tendencia ascendente, donde a medida que mejora la percepción de la calidad del sueño aumenta la proporción de estudiantes con un rendimiento académico alto, lo que sugiere una posible relación positiva entre ambas variables de estudio.

Tabla 7
Relación entre la calidad del sueño y el rendimiento académico

Percepción de la calidad del sueño	Rendimiento			Total
	Rendimiento bajo n (%)	o intermedio n (%)	Rendimiento alto n (%)	
Baja percepción	6 (11,1 %)	13 (24,1 %)	35 (64,8 %)	54 (100 %)
Percepción intermedia	0 (0,0 %)	11 (22,4 %)	38 (77,6 %)	49 (100 %)
Alta percepción	0 (0,0 %)	5 (8,1 %)	57 (91,9 %)	62 (100 %)
Total	6 (3,6 %)	29 (17,6 %)	130 (78,8 %)	165 (100 %)

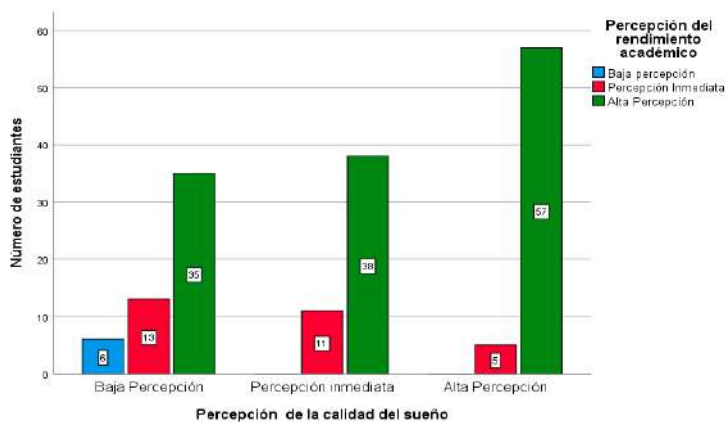
Fuente: Elaboración propia.

Los resultados representados en el gráfico 3 evidencian un comportamiento ascendente entre la percepción de la calidad del sueño y el rendimiento académico de los estudiantes. A medida que mejora la percepción de la calidad del sueño,

aumenta la proporción de estudiantes que reportan un rendimiento académico alto, mientras que disminuye la frecuencia de rendimientos intermedios y bajos. Este patrón visual permite identificar una distribución consistente entre ambas variables.

Asimismo, la representación gráfica muestra que el rendimiento académico bajo se concentra únicamente en los estudiantes con una baja percepción de la calidad del sueño, mientras que en los niveles intermedio y alto no se registran casos con este nivel de rendimiento. En contraste, el grupo con alta percepción de la calidad del sueño concentra la mayor cantidad de estudiantes con rendimiento académico alto, lo que respalda visualmente la existencia de una relación positiva entre ambas variables. La confirmación de esta tendencia se presenta mediante el análisis inferencial desarrollado en el siguiente apartado.

Figura 18.
Rendimiento académico según la percepción de la calidad del sueño.



Fuente: Elaboración propia.

Discusión

Los resultados del presente estudio evidencian que una proporción importante de los estudiantes percibe que no duerme de forma constante las horas necesarias para despertar con una adecuada sensación de descanso, aunque la mayoría considera satisfactorio su rendimiento académico. Este hallazgo sugiere que, si bien los estudiantes logran responder favorablemente a las exigencias académicas, mantienen hábitos de sueño que podrían comprometer su bienestar y desempeño a largo plazo. Estos resultados coinciden con lo reportado por Rojas et al. (2020), quienes sostienen que la calidad del sueño influye directamente en procesos cognitivos como la atención, la memoria y la concentración, capacidades indispensables para el aprendizaje. De igual manera, Aquino-Blanco et al. (2026) destacan que la privación del sueño reduce el rendimiento cognitivo y limita la capacidad de afrontar las demandas académicas propias de la educación superior.

En cuanto a la relación entre las variables estudiadas, los resultados muestran una tendencia consistente: a medida que mejora la percepción de la calidad del sueño, aumenta la proporción de estudiantes que alcanzan un rendimiento académico alto. En contraste, los estudiantes con una menor percepción de la calidad del sueño concentraron la mayor proporción de rendimientos intermedios y bajos. Estos hallazgos son concordantes con los estudios desarrollados por Espinoza Durán y Cuenca Tapia (2023) y Chuga Guaman et al. (2025b), quienes concluyen que una mejor calidad del sueño favorece el desempeño académico al optimizar funciones cognitivas esenciales como la consolidación de la memoria, la capacidad de atención y la velocidad en el procesamiento de la información. En este sentido, los resultados refuerzan la evidencia de que el descanso adecuado constituye un factor

protector para el éxito académico de los estudiantes universitarios.

Finalmente, el análisis inferencial confirmó la existencia de una relación estadísticamente significativa entre la calidad del sueño y el rendimiento académico ($p < 0,001$), permitiendo alcanzar el objetivo planteado en la investigación. Este resultado demuestra que la percepción de una mejor calidad del sueño se asocia con mayores probabilidades de presentar un rendimiento académico satisfactorio, respaldando lo señalado por Shuman et al. (2026) y Solis Cartas et al. (2026), quienes reconocen al sueño como un componente esencial del bienestar integral y del desempeño académico. En consecuencia, los hallazgos obtenidos aportan evidencia empírica para el contexto de la Universidad Estatal Península de Santa Elena y ponen de manifiesto la necesidad de implementar programas institucionales de promoción de hábitos de sueño saludables, educación para la higiene del sueño y prevención de factores que alteren el descanso, con el propósito de fortalecer el bienestar físico, psicológico y el rendimiento académico de los estudiantes.

Conclusión

Los resultados de la investigación permiten concluir que existe una relación positiva entre la calidad del sueño y el rendimiento académico en los estudiantes de segundo semestre de la carrera de Psicología de la Universidad Estatal Península de Santa Elena. Aunque la mayoría de los participantes manifestó percibir un rendimiento académico satisfactorio, también se evidenció que una proporción importante no duerme de manera constante las horas necesarias para sentirse descansada al despertar. Asimismo, el

análisis descriptivo mostró que, a medida que mejora la percepción de la calidad del sueño, aumenta la proporción de estudiantes con un rendimiento académico alto, mientras que el análisis inferencial confirmó una asociación estadísticamente significativa entre ambas variables ($p < 0,001$), cumpliéndose así el objetivo planteado en la investigación.

En función de estos hallazgos, se concluye que la calidad del sueño constituye un factor relevante para el desempeño académico y el bienestar integral de los estudiantes universitarios. En consecuencia, resulta pertinente que la Universidad Estatal Península de Santa Elena fortalezca estrategias de promoción de la salud orientadas al desarrollo de hábitos de sueño saludables, educación sobre higiene del sueño y prevención de factores que afectan el descanso. Estas acciones contribuirían no solo a optimizar el rendimiento académico, sino también a favorecer la salud física, emocional y cognitiva de los estudiantes, promoviendo una formación universitaria de mayor calidad y un mejor desarrollo integral.

Referencias bibliográficas

- Al Servicio del Pueblo, C. E., & De Medicina, C. (2023). Impacto de la calidad del sueño sobre el rendimiento académico. Estudiantes Facultad de Medicina. Universidad Católica de Cuenca. Cuenca-Ecuador. 2022-2023. Universidad Católica de Cuenca.
<https://dspace.ucacue.edu.ec/handle/ucacue/17227>
- Anchundia Salazar, A. R., Pozo Chele, J. L., & Delgado Beltrán, R. E. (2023). Factores que inciden en el rendimiento académico de los estudiantes de la carrera de Gestión Social y Desarrollo de la UPSE, 2023. Universidad y Sociedad,

- 15(5), 420–429.
<https://rus.ucf.edu/cu/index.php/rus/article/view/4088>
- Aquino-Blanco, A., Quiroz-Cárdenas, F., Montenegro-Espinosa, J. A., Martín-Calvo, N., Yañez-Sepúlveda, R., Gutiérrez-Espinoza, H., Olivares-Arancibia, J., Rahmati, M., Stubbs, B., Smith, L., López-Gil, J. F., & Jiménez-López, E. (2026). Social networks, messaging apps, addictive use, and academic performance in adolescents: Findings from the EHDLA study. *Italian Journal of Pediatrics*, 52(1).
<https://doi.org/10.1186/s13052-025-02180-8>
- Bartolen, I., & Soláriková, P. (2025). Assessing impact of chamber restricted environmental stimulation therapy on stress and sleep quality among university students: An intervention study. *BMC Psychology*, 13(1).
<https://doi.org/10.1186/s40359-025-03094-0>
- Benítez-Agudelo, J. C., Restrepo, D., Navarro-Jiménez, E., & Clemente-Suarez, V. J. (2025). Longitudinal effects of stress in an academic context on psychological well-being, physiological markers, health behaviors, and academic performance in university students. *BMC Psychology*, 13(1). <https://doi.org/10.1186/s40359-025-03041-z>
- Brambila-Tapia, A. J. L., Velarde-Partida, E. U., C arrillo-Delgadillo, L. A., Macías-Espinoza, F., & Ramírez-de los Santos, S. (2025). Association between academic, cognitive and health-related variables with academic stress in health sciences university students. *Behavioral Sciences*, 15(9).
<https://doi.org/10.3390/bs15091219>
- Chuga Guaman, J. G., Chuga Guaman, N. R., Irazabal Vizcaino, E. M., & Chuga Guaman, M. K. (2025). Calidad del sueño y rendimiento académico en estudiantes. *Arandu UTIC*, 12(1), 3857–3867.
<https://doi.org/10.69639/ARANDU.V12I1.553>

- Corredor Gamba, S. P., & Polanía Robayo, A. Y. (2020). Calidad de sueño en estudiantes de ciencias de la salud, Universidad de Boyacá (Colombia). *Revista Medicina*, 42(1), 8–18. <https://doi.org/10.56050/01205498.1483>
- Jabeen, F., Khan, M., ... & Parveen, S. (2025). Effect of quality of sleep on academic performance of undergraduate nursing students: An analytic cross-sectional study in Pakistan. *Social Medicine*, 18(2), 103–109. <https://doi.org/10.71164/socialmedicine.v18i2.2025.1903>
- Jiménez, I. (2025). Relación entre la calidad del sueño y la atención en estudiantes universitarios. *Boletín Científico de la Escuela Superior Atotonilco de Tula*, 12(23), 1–6. <https://doi.org/10.29057/esat.v12i23.13257>
- Lazo-Bravo, C., Ortiz-Villalta, A., & Arriaga-Muñiz, R. (2025). El consumo digital nocturno y su incidencia en la calidad del sueño en estudiantes universitarios. *593 Digital Publisher CEIT*, 10(5), 420–431. <https://doi.org/10.33386/593dp.2025.5.3497>
- Masnan, F., Abd Rani, M. J., Alias, N. S., Esquivias, M. A., Shaari, M. S., & Kustiningsih, N. (2025). The role of sense of purpose, time management, attendance, sleep and self-esteem in academic performance among university students in Malaysia. *Social Sciences & Humanities Open*, 11. <https://doi.org/10.1016/j.ssaho.2024.101258>
- Palmera, O. M., Páez, Y. M. V., Vicencio, B. P., & Pozo Chele, J. L. (2023). Evaluación de la efectividad de las plataformas de aprendizaje en línea para la mejora del rendimiento académico en instituciones de educación superior. *Migration Letters*, 20(S4), 1272–1285. <https://doi.org/10.59670/ml.v20iS4.4602>
- Paricahua-Peralta, J. N., Estrada-Araoz, E. G., Poma-Mollocondo, R. S., Velasquez-Giersch, L., Herrera-Orsorio, A. J., Cruz-Visa, G. J., Guevara-Duarez, M. F., Mora-

- Estrada, O., & Cruz-Laricano, E. O. (2024). Calidad de sueño, salud mental y actividad física en estudiantes universitarios de la Amazonía peruana. *Retos*, 61, 59–68. <https://doi.org/10.47197/retos.v61.109649>
- Pozo Chele, J. L. (2023). Percepción de organización y liderazgo del barrio 25 de Septiembre del cantón La Libertad. Santiago, número especial, 287–300. <https://santiago.uo.edu.cu/index.php/stgo/article/view/13764/5165>
- Pozo Chele, J. L. (2026). Revisión sistemática de las intervenciones cognitivo-conductuales basadas en mindfulness en la mejora del rendimiento deportivo en jóvenes atletas. *Retos*, 76, 515–527. <https://doi.org/10.47197/retos.v76.118421>
- Rojas, A. S., Mendoza, B. A., Pinilla, I. E., Delgado, M. A., Jiménez, C. V., & García, R. L. A. (2020). Calidad del sueño y su asociación con el rendimiento académico de los programas de pregrado de la Institución Universitaria Colegios de Colombia (UNICOC), sede Bogotá. *RESPYN. Revista Salud Pública y Nutrición*, 19(2), 26–35. <https://doi.org/10.29105/respyn19.2-4>
- Shuman, J., Sheikh, S. S., Vargas, I., & Robison, M. K. (2026). Relations among sleep, internalizing symptoms, and academic performance in college students. *Behavioral Sleep Medicine*. <https://doi.org/10.1080/15402002.2026.2628676>
- Solis Cartas, U., Calvopiña Bejarano, S. J., Valdés González, J. L., Vásconez Andrade, P., & Sánchez Chávez, R. F. (2026). Actividad física, calidad del sueño y rendimiento académico en estudiantes universitarios en Ecuador. *Retos*, 75, 893–899. <https://doi.org/10.47197/RETOS.V75.116964>
- Torres Soto, N. Y., Martínez Ramírez, B., Carmita Manzanero, E., Rodríguez-de Ita, J., León Rojas, D., & Tzec Nahuat, A. K. (2026). Calidad del sueño, cansancio emocional y

rendimiento académico en estudiantes de Ciencias de la
Salud. Horizonte Sanitario, 25(1).
<https://doi.org/10.19136/HS.A25.1.6091>



CAPÍTULO VI

RELACIÓN ENTRE EL ESTRÉS ACADÉMICO Y LA CALIDAD DEL
SUEÑO EN ESTUDIANTES DE CUARTO SEMESTRE DE PSICOLOGÍA
DE LA UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA DE SANTA ELENA

Bianca Patricia Astaiza Vera

<https://orcid.org/0009-0001-8670-568X>

bianca.astaizavera7719@upse.edu.ec

Universidad Estatal Península de Santa Elena, (Ecuador).

Suri Scarlett Lluquin Cruz

<https://orcid.org/0009-0009-4917-4136>

suri.lluguincruz4691@upse.edu.ec

Universidad Estatal Península de Santa Elena, (Ecuador).

Diana Verónica Suárez Reyes

<https://orcid.org/0009-0005-1586-3057>

diana.suarezreyes9275@upse.edu.ec

Universidad Estatal Península de Santa Elena, (Ecuador).

Resumen

El estrés académico y la calidad del sueño constituyen factores determinantes para el bienestar psicológico y el rendimiento académico de los estudiantes universitarios, debido a que las crecientes exigencias propias de la educación superior pueden afectar el descanso, el desempeño cognitivo y la salud mental. El objetivo de esta investigación fue determinar la relación entre el estrés académico y la calidad del sueño en estudiantes de cuarto semestre de Psicología de la Universidad Estatal Península de Santa Elena. Se desarrolló un estudio con enfoque cuantitativo, alcance descriptivo-correlacional y diseño no experimental de corte transversal. La población estuvo conformada por 184 estudiantes matriculados en cuarto semestre y la muestra por 180 estudiantes, seleccionados mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia. Para la recolección de la información se aplicó un cuestionario de 17 ítems con escala tipo Likert, validado mediante juicio de expertos y con una confiabilidad de $\alpha = 0,929$. Los datos fueron procesados mediante el software IBM SPSS Statistics versión 25 y analizados a través de estadística descriptiva y el coeficiente Rho de Spearman. Los resultados evidenciaron una correlación positiva alta y estadísticamente significativa entre el estrés académico y la calidad del sueño ($\rho = 0,701$; $p < 0,001$), indicando que el incremento del estrés académico se asocia con un deterioro de la calidad del sueño. Se concluye que ambas variables presentan una relación estrecha, por lo que resulta necesario implementar estrategias institucionales orientadas a la prevención del estrés académico y la promoción de hábitos saludables de descanso para favorecer el bienestar y el rendimiento académico de los estudiantes.

Palabras clave: estrés académico, calidad del sueño, estudiantes universitarios, bienestar psicológico, rendimiento académico.

Abstract

Academic stress and sleep quality are determining factors for university students' psychological well-being and academic performance, as increasing academic demands may negatively affect rest, cognitive functioning, and mental health. The aim of this study was to determine the relationship between academic stress and sleep quality among fourth-semester Psychology students at the Santa Elena Peninsula State University. A quantitative, descriptive-correlational, cross-sectional, non-experimental design was employed. The population consisted of 184 enrolled students, and the sample included 180 participants selected through non-probability convenience sampling. Data were collected using a 17-item Likert-scale questionnaire validated by expert judgment, with excellent internal consistency (Cronbach's alpha = 0.929). Data analysis was performed using IBM SPSS Statistics version 25 through descriptive statistics and Spearman's rank-order correlation coefficient. The findings revealed a high and statistically significant positive correlation between academic stress and sleep quality ($r = 0.701$; $p < 0.001$), indicating that higher levels of academic stress are associated with poorer sleep quality. It is concluded that both variables are closely related, highlighting the need for institutional strategies aimed at reducing academic stress and promoting healthy sleep habits among university students.

Keywords: academic stress, sleep quality, university students, psychological well-being, academic performance.

Introducción

El estrés académico y la calidad del sueño constituyen temas de creciente interés dentro de la investigación psicológica y

educativa debido a su impacto en el bienestar integral de los estudiantes universitarios. En el contexto actual de la educación superior, los estudiantes se enfrentan a múltiples exigencias relacionadas con evaluaciones, tareas, exposiciones, trabajos grupales y responsabilidades personales que demandan una constante adaptación. Según Souza et al. (2023), el estrés académico puede entenderse como una respuesta física, emocional y psicológica que surge ante las demandas del entorno educativo, convirtiéndose en un factor que afecta significativamente la salud y el rendimiento académico de la población estudiantil.

A nivel internacional, diversas investigaciones han evidenciado que el estrés académico representa una problemática frecuente en las instituciones de educación superior. La presión por alcanzar un adecuado desempeño académico, la sobrecarga de actividades y las expectativas personales y familiares pueden generar elevados niveles de tensión emocional en los estudiantes. En este contexto, el estrés académico se asocia con síntomas depresivos, dificultades de adaptación universitaria y alteraciones en la calidad del sueño, afectando negativamente el bienestar psicológico de los jóvenes (Liu et al., 2023). Asimismo, Quincho et al. (2021), mediante una revisión sistemática, identificaron que la sobrecarga académica constituye uno de los principales factores desencadenantes del estrés en estudiantes universitarios, destacando la necesidad de implementar estrategias institucionales orientadas a su prevención y manejo.

Por otra parte, la calidad del sueño constituye un elemento fundamental para el adecuado funcionamiento físico, cognitivo y emocional de las personas. Andrade de Sousa et al. (2023) encontraron que el estrés académico, el malestar

psicológico, la fatiga y el consumo de cafeína se asocian significativamente con una menor calidad del sueño y una mayor somnolencia diurna en estudiantes universitarios, evidenciando que el descanso insuficiente repercute negativamente en el bienestar y el desempeño académico.

Un descanso adecuado es fundamental para favorecer procesos esenciales como la atención, la memoria, el aprendizaje, la concentración y la regulación emocional. Hershner y Chervin (2014) señalan que la privación del sueño afecta funciones cognitivas como la memoria, la atención y la capacidad de aprendizaje, repercutiendo directamente en el rendimiento académico de los estudiantes universitarios. Sin embargo, diversos estudios han evidenciado que los estudiantes universitarios suelen presentar alteraciones en sus hábitos de sueño debido a las demandas académicas y al estrés derivado de estas responsabilidades (Lund et al., 2010). De acuerdo con Yuting y Rashid (2025), los estudiantes sometidos a mayores niveles de estrés académico presentan mayores dificultades para mantener patrones de sueño saludables, situación que repercute directamente en su salud mental y en su desempeño académico.

La relación entre el estrés académico y la calidad del sueño ha sido ampliamente documentada por la comunidad científica. Sasser et al. (2025) sostienen que existe una interacción recíproca entre ambas variables, ya que el estrés dificulta el descanso nocturno, mientras que una mala calidad del sueño incrementa el agotamiento físico y mental, reduciendo la capacidad para afrontar las exigencias académicas. Como consecuencia, puede generarse un ciclo negativo que afecta progresivamente la salud integral, el rendimiento académico y la calidad de vida de los estudiantes universitarios.

Gardani et al. (2022), mediante una revisión sistemática y un metaanálisis, concluyeron que existe una asociación significativa entre el estrés y la mala calidad del sueño en estudiantes universitarios, indicando que ambos fenómenos suelen presentarse de manera simultánea y afectar el bienestar físico y psicológico durante la formación académica. De igual manera, Suardiaz-Muro et al. (2023) evidenciaron que durante los períodos de evaluaciones los estudiantes universitarios presentan una reducción en las horas de sueño y un deterioro de su calidad, situación que repercute negativamente en el rendimiento académico y en la percepción de su desempeño.

En el contexto latinoamericano, diferentes investigaciones han confirmado la importancia de esta problemática. Estudios realizados en la región muestran que diversos factores biopsicosociales influyen significativamente en la calidad del sueño de los estudiantes universitarios. En concordancia con estos hallazgos, Schmickler et al. (2023), mediante un estudio transversal realizado en estudiantes universitarios, identificaron que factores como el estrés, la ansiedad y los hábitos de vida constituyen importantes determinantes de la calidad del sueño, resaltando la necesidad de promover estilos de vida saludables en esta población. Asimismo, se ha evidenciado que mayores niveles de distrés psicológico se asocian con una peor calidad del sueño y con dificultades en el bienestar emocional y social de los estudiantes (Ponce et al., 2022). En Ecuador, la salud mental y los hábitos de sueño de la población universitaria han cobrado especial relevancia debido a las múltiples demandas que caracterizan el proceso de formación profesional. Diversos estudios nacionales han señalado que la calidad del sueño constituye un factor determinante para el rendimiento académico, ya que favorece los procesos cognitivos involucrados en el aprendizaje. No obstante, muchos estudiantes presentan dificultades para

mantener patrones de descanso adecuados debido a la presión académica y a las exigencias propias de la vida universitaria, situación que puede afectar su desempeño y bienestar general (Abigail et al., 2025).

En el ámbito local, los estudiantes de cuarto semestre de Psicología de la Universidad Estatal Península de Santa Elena enfrentan constantemente actividades académicas que implican una elevada dedicación de tiempo y esfuerzo. Estas exigencias pueden generar niveles significativos de estrés y afectar la calidad de su descanso. Sin embargo, existe escasa evidencia científica que permita comprender cómo se relacionan estas variables dentro de esta población específica. En este sentido, Estrada Araoz y Mamani Roque (2024) destacan la importancia de continuar investigando los factores que influyen en el bienestar psicológico de los estudiantes universitarios, con el fin de generar estrategias de intervención orientadas a fortalecer su salud mental y desempeño académico. Por ello, el presente capítulo tiene como objetivo determinar la relación entre el estrés académico y la calidad del sueño en los estudiantes de cuarto semestre de Psicología de la Universidad Estatal Península de Santa Elena.

Materiales y métodos

La presente investigación se desarrolló bajo un enfoque cuantitativo, con un alcance descriptivo correlacional, ya que permitió identificar y analizar la relación entre el estrés académico y la calidad del sueño en estudiantes universitarios mediante el análisis de datos numéricos. Se empleó un diseño no experimental de corte transversal, debido a que las variables fueron observadas en su contexto natural sin manipulación por parte de los investigadores y la información fue recopilada en

un único momento. Asimismo, se utilizó el método deductivo, que permitió partir de los fundamentos teóricos sobre ambas variables para contrastarlos con la evidencia obtenida durante el estudio. La población estuvo conformada por 184 estudiantes matriculados en cuarto semestre de la carrera de Psicología de la Universidad Estatal Península de Santa Elena durante el período académico 2026-1. De la muestra, 101 correspondieron al sexo femenino, 70 al sexo masculino y 9 se identificaron como población LGBTIQ+.

Para la recolección de la información se utilizó un cuestionario estructurado de 17 ítems con escala tipo Likert, diseñado para evaluar las variables de estudio. El instrumento fue sometido previamente a un proceso de validación mediante juicio de expertos, quienes evaluaron la pertinencia, claridad y coherencia de los ítems. Posteriormente, se realizó una prueba piloto que permitió obtener un coeficiente alfa de Cronbach de 0,821, mientras que en la aplicación definitiva se alcanzó una confiabilidad de $\alpha = 0,929$, considerada excelente para este tipo de investigaciones. Los datos fueron codificados y procesados mediante el programa IBM SPSS Statistics versión 25. Inicialmente se aplicó estadística descriptiva utilizando frecuencias y porcentajes para caracterizar las variables; posteriormente, se empleó el coeficiente de correlación Rho de Spearman, debido a la naturaleza ordinal de los datos y al objetivo de determinar la relación entre el estrés académico y la calidad del sueño. Los resultados se presentan mediante tablas y figuras para facilitar su interpretación.

Resultados

Una vez procesada la información mediante el programa IBM SPSS Statistics versión 25, se realizó un análisis descriptivo

de las variables estrés académico y calidad del sueño, seguido del análisis correlacional para determinar la relación entre ambas. Los resultados se presentan mediante figuras y una tabla de correlación, permitiendo describir el comportamiento de cada variable y comprobar el cumplimiento del objetivo de investigación.

La Tabla 1 presenta las variables consideradas en la investigación, identificando al estrés académico como la variable independiente (X) y a la calidad del sueño como la variable dependiente (Y). Ambas fueron operacionalizadas de acuerdo con sus definiciones conceptuales, permitiendo establecer claramente el objeto de análisis del estudio.

La identificación de las variables facilitó la construcción del instrumento de recolección de datos y la posterior interpretación estadística. Además, permitió orientar el análisis correlacional realizado mediante el coeficiente Rho de Spearman, con el propósito de determinar el grado de asociación entre el estrés académico y la calidad del sueño en la población estudiada.

Tabla 8
Variables consideradas en la investigación

Variable	Simbología	Descripción
Estrés académico	X	Respuesta psicológica, fisiológica y conductual ante demandas académicas percibidas como excesivas o difíciles de afrontar.
Calidad de sueño	Y	Percepción subjetiva y objetiva del descanso nocturno, considerando duración, latencia, continuidad y eficiencia del sueño.

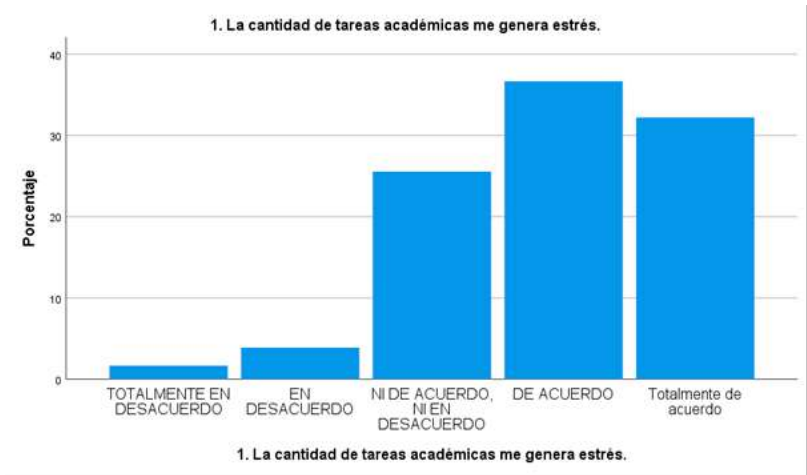
Fuente: Elaboración propia

Los resultados muestran que la cantidad de tareas académicas es percibida como un importante factor generador

de estrés entre los estudiantes. En total, el 68,9 % manifestó estar de acuerdo o totalmente de acuerdo con esta afirmación, mientras que únicamente el 5,6 % expresó desacuerdo. Asimismo, el 25,6 % adoptó una postura neutral, evidenciando que la mayoría considera que las exigencias académicas representan una carga significativa.

Estos hallazgos permiten inferir que la planificación y el volumen de actividades asignadas podrían influir directamente en el bienestar de los estudiantes. Una carga académica elevada puede incrementar la percepción de presión, dificultar la organización del tiempo y favorecer la aparición de estrés, lo que podría repercutir tanto en el desempeño académico como en la salud mental de los universitarios.

Figura 19.
Percepción de los estudiantes sobre la cantidad de tareas académicas como fuente de estrés



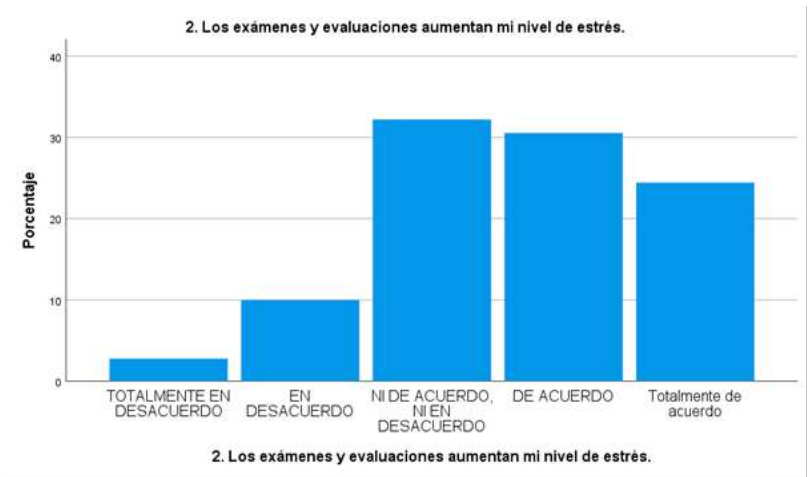
Fuente: Elaboración propia

En relación con los exámenes y evaluaciones, el 55,0 % de los participantes indicó estar de acuerdo o totalmente de acuerdo en que estos incrementan su nivel de estrés. Por otra

parte, el 32,2 % mantuvo una posición neutral y solo el 12,8 % manifestó desacuerdo, lo que evidencia que los procesos evaluativos constituyen una fuente frecuente de tensión para una parte importante de la muestra.

Este resultado sugiere que las evaluaciones académicas representan uno de los principales estresores durante el proceso formativo. La presión por obtener buenos resultados, cumplir con las expectativas y responder satisfactoriamente a las exigencias universitarias puede incrementar los niveles de ansiedad, afectando el bienestar emocional y el rendimiento de los estudiantes.

Figura 20.
Nivel de estrés generado por los exámenes y evaluaciones académicas

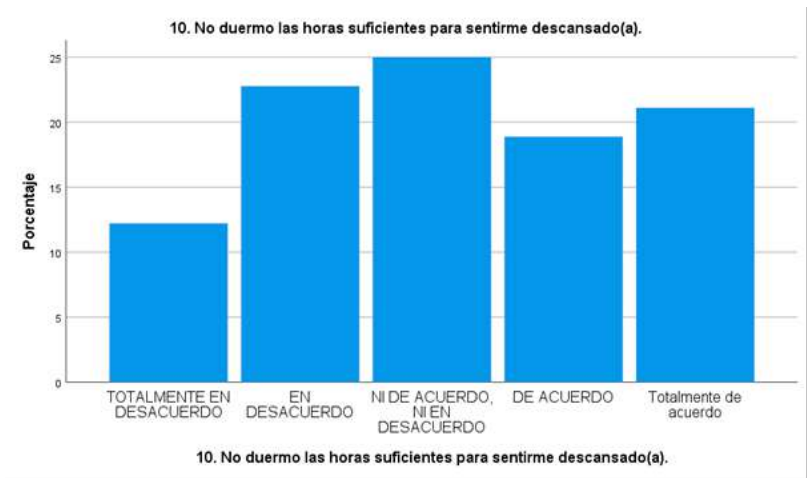


Fuente: Elaboración propia

Respecto a las horas de sueño, el 40,0 % de los estudiantes manifestó estar de acuerdo o totalmente de acuerdo con que no duerme lo suficiente para sentirse descansado(a), mientras que el 35,0 % expresó desacuerdo y el 25,0 % se mantuvo neutral. Estos resultados reflejan una percepción heterogénea sobre la suficiencia del descanso entre los participantes.

Aunque las respuestas se encuentran relativamente distribuidas, el porcentaje de estudiantes que reconoce no dormir las horas necesarias es considerable. Esta situación podría estar relacionada con las demandas académicas, los hábitos de estudio o la organización del tiempo, factores que pueden repercutir negativamente en el rendimiento académico y en el bienestar físico y psicológico.

Figura 21.
Horas de sueño percibidas como suficientes para sentirse descansado(a)



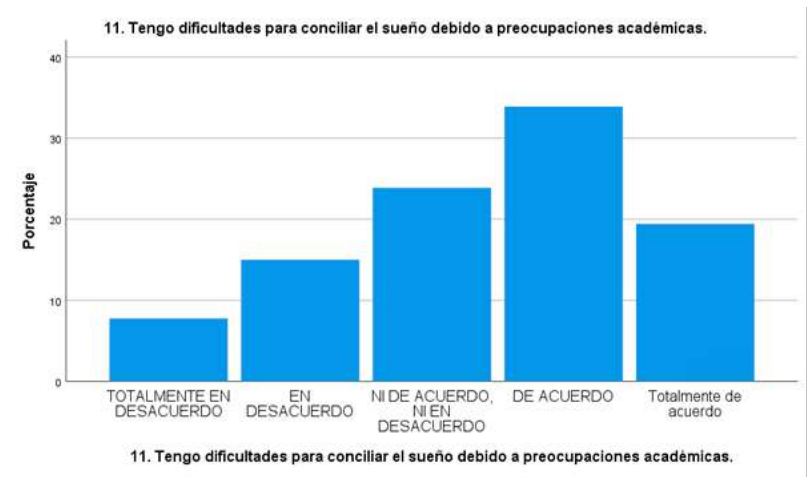
Fuente: Elaboración propia

Los datos obtenidos indican que el 53,3 % de los estudiantes está de acuerdo o totalmente de acuerdo en que presenta dificultades para conciliar el sueño debido a preocupaciones académicas. En contraste, el 22,8 % manifestó desacuerdo y el 23,9 % adoptó una posición neutral, evidenciando que las preocupaciones relacionadas con los estudios afectan el descanso de una parte importante de la muestra.

Estos resultados sugieren que el estrés académico no solo influye durante la jornada de estudio, sino que también se prolonga hasta las horas de descanso. La presencia de pensamientos relacionados con evaluaciones, tareas y

responsabilidades universitarias puede dificultar el inicio del sueño, reduciendo la calidad del descanso y favoreciendo la aparición de fatiga durante el día.

Figura 22.
Dificultades para conciliar el sueño debido a preocupaciones académicas.



Fuente: Elaboración propia

La figura evidencia que el 52,2 % de los estudiantes manifestó estar de acuerdo o totalmente de acuerdo en sentirse fatigado(a) o con falta de energía durante el día debido a la mala calidad del sueño. En cambio, el 25,6 % expresó desacuerdo y el 22,2 % mantuvo una postura neutral, lo que demuestra que la fatiga diurna es una condición frecuente entre los participantes.

Este hallazgo permite inferir que las alteraciones del sueño tienen repercusiones en el funcionamiento cotidiano de los estudiantes. La sensación de cansancio y la disminución de la energía pueden afectar la concentración, la atención y el desempeño académico, reforzando la importancia de promover hábitos de sueño saludables como parte del bienestar integral en la población universitaria.

Figura 23.

Fatiga diurna asociada a la mala calidad del sueño



Fuente: Elaboración propia

Los resultados muestran que el 52,2 % de los estudiantes manifestó sentirse fatigado(a) o con falta de energía durante el día debido a la mala calidad del sueño. Este hallazgo indica que las alteraciones del descanso nocturno tienen repercusiones en el funcionamiento diario, lo que podría influir en el rendimiento y desempeño académico.

Se presenta los resultados del análisis correlacional mediante el coeficiente Rho de Spearman. Se obtuvo una correlación positiva alta y estadísticamente significativa entre el estrés académico y la calidad del sueño ($\rho = 0,701$; $p < 0,001 < 0,01$), lo que indica que, a medida que aumentan los niveles de estrés académico, también tiende a deteriorarse la calidad del sueño en los estudiantes evaluados. La significancia estadística confirma que la asociación observada difícilmente se debe al azar, permitiendo aceptar la existencia de una relación entre ambas variables.

Tabla 9
Correlación entre el estrés académico y la calidad del sueño mediante el coeficiente Rho de Spearman

Variables	Estrés académico	Calidad de sueño
Estrés académico	1,000	0,701
Calidad de sueño	0,701	1,000
Sig. (bilateral)	-	0,000
N	180	180

Fuente: Elaboración propia

Discusión

Los resultados obtenidos evidenciaron una correlación positiva alta y estadísticamente significativa entre el estrés académico y la calidad del sueño ($\rho = 0,701$; $p < 0,001$), indicando que, a medida que aumentan los niveles de estrés académico, también tiende a deteriorarse la calidad del sueño de los estudiantes evaluados. Asimismo, una proporción importante de los participantes percibió la carga de tareas, los exámenes y las evaluaciones como factores generadores de estrés académico. De igual manera, más de la mitad manifestó presentar dificultades para conciliar el sueño y experimentar fatiga durante el día como consecuencia de una inadecuada calidad del descanso. Estos hallazgos respaldan la existencia de una relación entre ambas variables, evidenciando que las principales manifestaciones del estrés académico se acompañan de alteraciones en el sueño.

Los resultados obtenidos son consistentes con investigaciones previas que reportan una asociación significativa entre altos niveles de estrés académico y una menor calidad del sueño en estudiantes universitarios. Del mismo modo, un estudio realizado por Shofia et al. (2023)

evidenció que el incremento del estrés académico se asocia significativamente con una disminución de la calidad del sueño, resultados que coinciden con los obtenidos en la presente investigación.

En este sentido, la evidencia obtenida permite interpretar que las exigencias propias del contexto universitario no solo afectan el bienestar emocional, sino también el descanso nocturno y el funcionamiento diurno, generando un ciclo en el que el estrés dificulta el sueño y la falta de un descanso adecuado disminuye la capacidad para afrontar las demandas académicas. Estos hallazgos coinciden con lo señalado por Sasser et al. (2025), quienes sostienen que existe una interacción recíproca entre el estrés académico y la calidad del sueño. Asimismo, Gardani et al. (2022) concluyeron, mediante una revisión sistemática y metaanálisis, que ambas variables presentan una asociación significativa en estudiantes universitarios, mientras que Andrade de Sousa et al. (2023) y Suardiaz-Muro et al. (2023) evidenciaron que el incremento del estrés académico se relaciona con una menor calidad del sueño y un deterioro del rendimiento académico.

Los hallazgos de la presente investigación refuerzan el planteamiento teórico de que el estrés académico y la calidad del sueño mantienen una relación estrecha y bidireccional, lo que pone de manifiesto la importancia de implementar estrategias orientadas tanto a la gestión del estrés como a la promoción de hábitos de sueño saludables en la población universitaria. En este sentido, los resultados evidencian la necesidad de fortalecer programas institucionales dirigidos al manejo del estrés académico. Castillo Siguas et al. (2025) señalan que estrategias como las tutorías académicas, el apoyo psicológico, las técnicas de relajación, la meditación y el desarrollo de habilidades de afrontamiento contribuyen

significativamente a disminuir los niveles de estrés y mejorar el rendimiento académico de los estudiantes universitarios. Por ello, se considera pertinente que las instituciones de educación superior promuevan acciones preventivas que favorezcan el bienestar psicológico, la calidad del sueño y el desempeño académico de sus estudiantes.

Conclusiones

La presente investigación permitió establecer que existe una relación positiva alta y estadísticamente significativa entre el estrés académico y la calidad del sueño en los estudiantes de cuarto semestre de Psicología de la Universidad Estatal Península de Santa Elena. Los hallazgos evidencian que el incremento de las exigencias académicas se asocia con un mayor deterioro en la calidad del descanso, confirmando el objetivo planteado y respaldando la premisa de que ambas variables mantienen una interacción estrecha dentro del contexto universitario.

En consecuencia, la calidad del sueño constituye un componente estrechamente vinculado al nivel de estrés experimentado por los estudiantes, por lo que ambas variables deben comprenderse como fenómenos interdependientes que influyen en el bienestar psicológico y en el desempeño académico. La evidencia obtenida confirma que las demandas propias de la formación universitaria trascienden el ámbito del rendimiento académico y repercuten directamente en los procesos de recuperación física y mental, validando el fundamento teórico que sostiene la relación entre el estrés académico y las alteraciones del sueño en la población estudiada.

Referencias bibliográficas

- Abigail, D., Paredes, S., Miguel, F. H., Torres, K. M., Torres, M. M., & Psiquiatra, M. (2025). Calidad de sueño y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *REVISTA U-Mores*, 4(2), 63–83. <https://doi.org/10.35290/RU.V4N2.2025.1461>
- Andrade de Sousa, E., Alves Freires, L., Lopes Loureto, G. D., Albuquerque da Costa, J. C., Andrade de Sousa, E., Alves Freires, L., Lopes Loureto, G. D., & Albuquerque da Costa, J. C. (2023). Qualidade de sono e sonolência diurna em estudantes universitários: testando um modelo explicativo. *Ciencias Psicológicas*, 17(2). <https://doi.org/10.22235/CP.V17I2.2630>
- Castillo Siguas, E. O., Coaguila Mayanaza, D. V., Chacaltana Pasache, M. G., Torres Calderón, J., Chalco Cano, A. G., Castillo Siguas, E. O., Coaguila Mayanaza, D. V., Chacaltana Pasache, M. G., Torres Calderón, J., & Chalco Cano, A. G. (2025). Estrategias de regulación del estrés para la mejora del rendimiento académico: una revisión sistemática. *Revista InveCom*, 5(4). <https://doi.org/10.5281/ZENODO.14796826>
- Estrada-Araoz, E. G., & Mamani-Roque, M. (2024). Psychological distress and sleep quality: A cross-sectional study in university students. *Gaceta Medica de Caracas*, 132(1), 23–29. <https://doi.org/10.47307/GMC.2024.132.1.3>
- Gardani, M., Bradford, D. R. R., Russell, K., Allan, S., Beattie, L., Ellis, J. G., & Akram, U. (2022). A systematic review and meta-analysis of poor sleep, insomnia symptoms and stress in undergraduate students. *Sleep Medicine Reviews*, 61, 101565. <https://doi.org/10.1016/j.SMRV.2021.101565>
- Hershner, S. D., & Chervin, R. D. (2014). Causes and consequences of sleepiness among college students. *Nature*

- and Science of Sleep, 6, 73–84.
<https://doi.org/10.2147/NSS.S62907>
- Liu, Y., Chen, J., Chen, K., Liu, J., & Wang, W. (2023). The associations between academic stress and depression among college students: A moderated chain mediation model of negative affect, sleep quality, and social support. *Acta Psychologica*, 239.
<https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2023.104014>
- Lund, H. G., Reider, B. D., Whiting, A. B., & Prichard, J. R. (2010). Sleep Patterns and Predictors of Disturbed Sleep in a Large Population of College Students. *Journal of Adolescent Health*, 46(2), 124–132.
<https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2009.06.016>
- Ponce, R. B. M., Carpio, A. R., Torres, S. B. R., Balderas, D. Z. P., & Rodríguez, S. V. (2022). Factores biopsicosociales que afectan la calidad del sueño en estudiantes universitarios. *Educación y Salud Boletín Científico Instituto de Ciencias de La Salud Universidad Autónoma Del Estado de Hidalgo*, 10(20), 94–97. <https://doi.org/10.29057/ICSA.V10I20.9105>
- Quincho, F. S., Galán, D. B. R., Galán, D. B. R., Pimentel, J. F. F., Josefina, H. F. Y., Arenas, R. D., Rommel Lizandro Crispín, & Navarro, E. R. (2021). Academic Stress in University Students: Systematic Review. *Elementary Education Online*, 20(5), 3224–3230.
<https://doi.org/10.17051/ilkonline.2021.05.351>
- Sasser, J., Lecarie, E. K., Gusman, M. S., & Doane, L. D. (2025). Within-person reciprocal links between stress, sleep, and depressive symptoms across Latino/a adolescents' transition to and through college. *Development and Psychopathology*, 37(1), 268–280.
<https://doi.org/10.1017/S0954579423001578>
- Schmickler, J. M., Blaschke, S., Robbins, R., & Mess, F. (2023). Determinants of Sleep Quality: A Cross-Sectional Study in

- University Students. *International Journal of Environmental Research and Public Health* 2023, Vol. 20, Page 2019, 20(3), 2019.
<https://doi.org/10.3390/IJERPH20032019>
- Shofia, S., Trihandayani, D., & Psikologi Universitas Muhammadiyah HAMKA Jakarta, F. (2023). The Effect Of Academic Stress On Sleep Quality Of Students In Jabodetabek. *Jurnal Ilmiah Penelitian Psikologi*, 9(1), 23–34.
<https://doi.org/10.2685/JIPPUHAMKA.V9I1.11387>
- Souza, F. R. A. de O., Nascimento, V. F. do, Espinosa, M. M., Pillon, S. C., Wagstaff, C., Trettel, A. C. P. T., Souza, F. R. A. de O., Nascimento, V. F. do, Espinosa, M. M., Pillon, S. C., Wagstaff, C., & Trettel, A. C. P. T. (2023). The COVID-19 pandemic's risk factors for depression among postgraduate healthcare students. *Salud Mental*, 46(4), 211–220.
<https://doi.org/10.17711/SM.0185-3325.2023.026>
- Suardiaz-Muro, M., Ortega-Moreno, M., Morante-Ruiz, M., Monroy, M., Ruiz, M. A., Martín-Plasencia, P., & Vela-Bueno, A. (2023). Sleep quality and sleep deprivation: relationship with academic performance in university students during examination period. *Sleep and Biological Rhythms*, 21(3), 377–383. <https://doi.org/10.1007/S41105-023-00457-1>
- Yuting, L., & Rashid, R. B. A. (2025). Beyond the books: How sleep, school belonging, and physical activity affect the mental health of students under academic stress. *Acta Psychologica*, 258.
<https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2025.105213>



CAPÍTULO VII

RELACIÓN ENTRE DEPRESIÓN Y USO PROBLEMÁTICO DE REDES SOCIALES EN ESTUDIANTES DE PSICOLOGÍA DE CUARTO SEMESTRE DE LA UPSE

Fergie Ivett Reasco Catuto

<https://orcid.org/0009-0004-8331-2989>

fergie.reascocatuto7620@upse.edu.ec

Universidad Estatal Península de Santa Elena, (Ecuador).

Francisco Xavier Palma Alejandro

<https://orcid.org/0009-0002-1249-1436>

francisco.palmaalejandro2667@upse.edu.ec

Universidad Estatal Península de Santa Elena, (Ecuador).

Carla Michelle Jaramillo Martínez

<https://orcid.org/0009-0001-0204-4280>

carla.jaramillomartinez1506@upse.edu.ec

Universidad Estatal Península de Santa Elena, (Ecuador).



Resumen

La depresión y el uso problemático de las redes sociales constituyen problemáticas cada vez más frecuentes en la población universitaria, debido a su posible impacto en el bienestar emocional y el desempeño académico. El objetivo de esta investigación fue determinar la relación entre la depresión y el uso problemático de redes sociales en estudiantes de cuarto semestre de la carrera de Psicología de la Universidad Estatal Península de Santa Elena (UPSE). Se desarrolló un estudio con enfoque cuantitativo, alcance descriptivo-exploratorio y diseño no experimental de corte transversal. La muestra estuvo conformada por 180 estudiantes de entre 18 y 48 años. La información se recopiló mediante un cuestionario de 20 ítems con escala tipo Likert, cuya confiabilidad alcanzó un alfa de Cronbach de 0,830. Los datos fueron analizados con IBM SPSS Statistics mediante estadística descriptiva e inferencial. Los resultados evidenciaron una correlación positiva y estadísticamente significativa entre el uso problemático de las redes sociales y la depresión ($r = .254$; $p = .001$), aunque de magnitud débil. Asimismo, el coeficiente de determinación ($R^2 = .065$) indicó que el uso de redes sociales explica el 6,5 % de la variabilidad de la depresión, lo que confirma que esta condición responde a múltiples factores. Se concluye que existe una relación significativa entre ambas variables, destacando la importancia de promover estrategias de prevención y uso responsable de las redes sociales para fortalecer la salud mental de los estudiantes universitarios.

Palabras clave: depresión; redes sociales; uso problemático; estudiantes universitarios; salud mental.

Abstract

Depression and problematic social media use have become increasingly common issues among university students due to their potential impact on emotional well-being and academic performance. The objective of this study was to determine the relationship between depression and problematic social media use among fourth-semester Psychology students at the Universidad Estatal Península de Santa Elena (UPSE). A quantitative study with a descriptive-exploratory approach and a non-experimental cross-sectional design was conducted. The sample consisted of 180 students aged between 18 and 48 years. Data were collected using a 20-item Likert-scale questionnaire with a Cronbach's alpha coefficient of 0.830, indicating adequate internal consistency. The data were analyzed using IBM SPSS Statistics through descriptive and inferential statistical methods. The results revealed a positive and statistically significant, although weak, correlation between problematic social media use and depression ($r = .254$; $p = .001$). Furthermore, the coefficient of determination ($R^2 = .065$) indicated that problematic social media use explained 6.5% of the variance in depression, confirming that this condition is influenced by multiple factors. It is concluded that there is a significant relationship between both variables, highlighting the importance of promoting prevention strategies and responsible social media use to strengthen university students' mental health.

Keywords: depression; social media; problematic use; university students; mental health.

Introducción

Según Aaron T. Beck (2019), la depresión constituye uno de los trastornos mentales más frecuentes a nivel mundial y representa un importante problema de salud pública debido a sus efectos sobre el bienestar emocional, académico y social de las personas. En la actualidad, los estudiantes universitarios se encuentran expuestos a múltiples factores estresantes relacionados con las exigencias académicas, las responsabilidades personales y las interacciones sociales, elementos que pueden influir significativamente en su salud mental y aumentar el riesgo de presentar síntomas depresivos.

Durante los últimos años, el uso de las redes sociales se ha incrementado considerablemente entre la población joven. Plataformas como TikTok, Instagram y Facebook forman parte de la vida cotidiana de los estudiantes universitarios, quienes las utilizan para comunicarse, entretenerse y acceder a información. Sin embargo, diversas investigaciones han señalado que el uso excesivo de estas herramientas digitales puede generar efectos negativos en la autoestima, la calidad del sueño, las relaciones interpersonales y el estado emocional de los usuarios (Keles et al., 2020).

La literatura científica evidencia una relación significativa entre el tiempo prolongado dedicado a las redes sociales y la aparición de síntomas asociados a la depresión. De acuerdo con Twenge y Campbell (2019), la exposición constante a contenidos idealizados, la comparación social y la necesidad de aprobación mediante reacciones y comentarios pueden afectar negativamente la percepción que los jóvenes tienen de sí mismos. Asimismo, el uso excesivo de redes sociales puede favorecer sentimientos de aislamiento, ansiedad y baja satisfacción personal.

En el contexto universitario, esta problemática adquiere especial relevancia debido a que los estudiantes se encuentran en una etapa de desarrollo caracterizada por cambios personales, académicos y sociales. En la Universidad Estatal Península de Santa Elena (UPSE), particularmente en los estudiantes de cuarto semestre de la carrera de Psicología, resulta pertinente analizar cómo el uso frecuente de redes sociales puede estar asociado con la presencia de síntomas depresivos, considerando que estos futuros profesionales deberán comprender la importancia del bienestar psicológico tanto en su formación académica como en su desempeño profesional.

Por lo anterior, el objetivo de esta investigación es determinar la relación existente entre la depresión y el uso excesivo de redes sociales en los estudiantes universitarios de cuarto semestre de la carrera de Psicología de la UPSE durante el período académico 2026-1. Para ello, se pretende identificar los niveles de uso de redes sociales y los indicadores de depresión presentes en la población estudiada, así como establecer el grado de asociación entre ambas variables.

La presente investigación se justifica por su aporte al conocimiento científico y a la comprensión de los factores que influyen en la salud mental de los estudiantes universitarios. Los resultados permitirán generar información útil para el diseño de estrategias de prevención, promoción y acompañamiento psicológico dentro de la comunidad universitaria. Además, contribuirán al desarrollo de futuras investigaciones relacionadas con el impacto de las tecnologías digitales en el bienestar emocional de los jóvenes, fortaleciendo las acciones orientadas a mejorar su calidad de vida y desempeño académico.

Materiales y métodos

El presente estudio se desarrolló bajo un enfoque cuantitativo con un alcance descriptivo-exploratorio, orientado a identificar la relación existente entre la depresión y el uso problemático de redes sociales en estudiantes de cuarto semestre de la carrera de Psicología de la Universidad Estatal Península de Santa Elena (UPSE). Este enfoque permitió obtener información objetiva y cuantificable sobre ambas variables mediante la aplicación de instrumentos estandarizados, facilitando el análisis estadístico de los datos recolectados y la identificación de posibles patrones de asociación entre los fenómenos estudiados.

La población de los estudiantes de 4to ciclo está conformada por 184 estudiantes matriculados, de los cuales se trabajó con una muestra de 180 estudiantes, ya que 4 estudiantes están retirados o no asisten a clases, todos con edades comprendidas entre los 18 y 48 años. La selección de esta población responde a la importancia de analizar el impacto del uso de redes sociales en jóvenes universitarios, quienes constituyen uno de los grupos con mayor exposición a estas plataformas digitales.

Para la recolección de la información se empleó un cuestionario estructurado compuesto por 20 ítems, elaborado bajo una escala tipo Likert, la cual permitió medir el grado de acuerdo o frecuencia de las respuestas relacionadas con las variables de estudio. El cuestionario fue sometido a un proceso de validación para determinar su confiabilidad, obteniendo un coeficiente alfa de Cronbach de 0,830, valor que evidencia una adecuada consistencia interna del instrumento y garantiza la fiabilidad de los datos obtenidos durante la investigación.

La aplicación del cuestionario se realizó mediante la plataforma Google Forms, herramienta que facilitó la distribución del instrumento y la recopilación de las respuestas

de manera rápida, organizada y segura. El uso de medios digitales permitió optimizar el proceso de recolección de datos, reducir errores de transcripción y asegurar el almacenamiento automático de la información para su posterior procesamiento estadístico. Una vez finalizada la recolección de datos, la información fue organizada y codificada en el programa IBM SPSS Statistics, software especializado para el análisis estadístico de investigaciones cuantitativas.

Resultados

Se llevó a cabo un análisis de correlación de Pearson para evaluar la relación lineal entre el uso de redes sociales y la severidad de la sintomatología depresiva en una muestra de 180 participantes. Los resultados revelaron una correlación positiva estadísticamente significativa, aunque de magnitud débil, entre ambas variables, $r(178) = .25, p = .001$. Este hallazgo sugiere que un mayor puntaje en el uso de redes sociales se asocia con un incremento en los niveles de depresión. No obstante, el coeficiente de determinación ($R^2 = 0,065$) indica que el uso de redes sociales solo explica el 6,5 % de la variabilidad de la depresión en esta muestra, lo que apunta a la necesidad de incorporar variables mediadoras o moderadoras en futuras investigaciones.

Tabla 10
Relación entre el uso de redes sociales y la depresión

Variables	Estadístico	1	2
1. Uso de Redes Sociales	Correlación de PearsonSig. (bilateral)	1180	.254**.001180
2. Depresión	Correlación de PearsonSig. (bilateral)	.254**.001180	1180

Fuente: Elaboración propia.

La percepción de ansiedad asociada a la imposibilidad de acceder a las redes sociales mantiene un comportamiento relativamente estable entre los diferentes grupos de sexo. El grupo masculino concentró el mayor número de participantes ($n = 92$), seguido por el femenino ($n = 79$) y el grupo LGBTQ+ ($n = 9$), manteniendo una distribución proporcional de las respuestas. Este comportamiento sugiere que las diferencias observadas responden principalmente a la composición de la muestra y no a una variación sustancial en la forma en que cada grupo experimenta este fenómeno. En conjunto, los datos evidencian que la ansiedad relacionada con la restricción del acceso a las redes sociales no presenta un patrón diferenciado según el sexo, lo que permite inferir una percepción homogénea entre los participantes.

Desde una perspectiva analítica, la similitud en la distribución de las respuestas indica que el sexo, por sí solo, no parece constituir un factor determinante en la manifestación de ansiedad vinculada al uso de redes sociales. La ausencia de concentraciones marcadas hacia un grupo específico sugiere que este comportamiento podría estar influenciado por otros factores, como la intensidad de uso, la frecuencia de conexión, las motivaciones para utilizar las plataformas digitales o características individuales relacionadas con la regulación emocional. En este sentido, los resultados orientan a considerar que la experiencia de ansiedad frente a la desconexión de las redes sociales responde a una dinámica multifactorial más que a diferencias atribuibles al sexo de los estudiantes, aspecto que deberá corroborarse mediante pruebas de asociación o comparación estadística.

Tabla 11
Ansiedad por el uso de redes.

Sexo	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Totalmente de acuerdo	Total
Masculino	12	31	32	14	3	92
Femenino	21	22	24	8	4	79
LGBTIQ+	0	2	5	1	1	9
Total	33	55	61	23	8	180

Fuente: Elaboración propia.

A medida que aumenta la percepción de que las redes sociales interfieren en el desempeño académico, también se incrementa la frecuencia de estudiantes que manifiestan experimentar problemas para sostener la atención en sus tareas académicas. Esta tendencia refleja una correspondencia entre ambas variables, sugiriendo que las distracciones asociadas al uso de las plataformas digitales pueden repercutir en procesos cognitivos esenciales para el aprendizaje, como la atención sostenida y el control de estímulos externos.

Esta relación fue respaldada por el análisis inferencial, el cual mostró una asociación estadísticamente significativa entre las variables ($\chi^2 = 44.131$; $p < .001$), indicando que la percepción del deterioro del rendimiento académico no ocurre de manera independiente de las dificultades de concentración. En términos prácticos, estos hallazgos sugieren que los estudiantes que reconocen una mayor interferencia de las redes sociales en su vida académica también presentan una mayor probabilidad de experimentar limitaciones para mantener el enfoque durante el estudio. En consecuencia, la evidencia apunta a que ambos fenómenos forman parte de un mismo proceso conductual relacionado con el uso de las redes sociales, constituyéndose en factores que pueden comprometer el

desempeño académico cuando no existe una adecuada autorregulación del tiempo y de los hábitos digitales.

Tabla 12
Rendimiento académico por uso de redes sociales

Las redes sociales afectan mi rendimiento académico	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Totalmente de acuerdo	Total
Totalmente en desacuerdo	7	7	8	5	2	29
En desacuerdo	4	12	15	8	4	43
Neutral	0	6	30	14	6	56
De acuerdo	1	7	11	11	0	30
Totalmente de acuerdo	0	7	7	2	6	22
Total	12	39	71	40	18	180

Fuente: Elaboración propia.

La distribución de las respuestas muestra que ambas variables comparten un patrón similar, lo que sugiere que los estudiantes que experimentan un menor control sobre el uso de las plataformas digitales tienden también a manifestar mayores niveles de desmotivación. Esta tendencia permite inferir que la administración del tiempo en los entornos virtuales constituye un elemento estrechamente relacionado con el compromiso que los estudiantes mantienen hacia sus actividades académicas.

Desde una perspectiva psicoeducativa, estos hallazgos indican que la autorregulación del tiempo de uso de las redes sociales podría desempeñar un papel relevante en la conservación de la motivación académica. La exposición prolongada a contenidos digitales y la dificultad para limitar su utilización pueden favorecer conductas de procrastinación,

disminuir la planificación de las tareas y reducir la persistencia frente a las exigencias del proceso de aprendizaje. En consecuencia, los resultados respaldan la importancia de promover estrategias de autocontrol y gestión del tiempo como mecanismos para fortalecer la motivación y favorecer un mejor desempeño académico.

Tabla 13
Relación entre controlar el tiempo dedicado a las redes sociales y la desmotivación

Me resulta difícil controlar el tiempo que paso en redes sociales	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
Totalmente en desacuerdo	2	2	2	4	4
En desacuerdo	2	4	19	3	3
Neutral	3	15	44	14	4
De acuerdo	4	6	20	11	5
Totalmente de acuerdo	4	4	4	4	0

Fuente: Elaboración propia.

El uso de redes sociales durante el tiempo destinado al estudio y la presencia de conductas que pueden interferir con el proceso de aprendizaje. La distribución de las respuestas refleja que los estudiantes que reconocen utilizar con mayor frecuencia las redes sociales mientras deberían estar estudiando también manifiestan una mayor inclinación hacia comportamientos que comprometen la dedicación efectiva a las actividades académicas. Este patrón sugiere que la interacción constante con las plataformas digitales puede convertirse en un factor distractor que limita la continuidad y la calidad del tiempo de estudio.

Desde una perspectiva académica, estos hallazgos permiten inferir que la incorporación de las redes sociales durante las sesiones de estudio podría afectar la capacidad de mantener la atención sostenida, la organización del tiempo y la ejecución de las tareas de aprendizaje. La simultaneidad entre el estudio y el uso de estas plataformas favorece la fragmentación de la atención y reduce la eficiencia en el procesamiento de la información, aspectos ampliamente asociados con un menor rendimiento académico. En este sentido, los resultados resaltan la importancia de fortalecer estrategias de autorregulación y gestión del tiempo como mecanismos para minimizar las interrupciones digitales y optimizar los hábitos de estudio de los estudiantes.

Tabla 14
Relación entre el uso de redes sociales durante el tiempo de estudio

Utilizo redes sociales cuando debería estar estudiando	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
Totalmente en desacuerdo	3	7	5	0	4
En desacuerdo	0	9	5	6	7
Neutral	5	16	25	16	20
De acuerdo	3	7	8	9	10
Totalmente de acuerdo	1	1	4	5	3

Fuente: Elaboración propia.

La distribución de las respuestas sugiere que ambos comportamientos tienden a presentarse de manera conjunta, lo que evidencia que los estudiantes con una mayor inclinación a interactuar con las plataformas digitales desde el inicio del día también reportan con mayor frecuencia alteraciones

vinculadas al sueño. Este comportamiento permite considerar que las rutinas digitales forman parte de los hábitos cotidianos que pueden influir en la calidad del descanso y, por extensión, en el bienestar general de los estudiantes.

Desde una perspectiva psicológica, estos hallazgos sugieren que la interacción constante con las redes sociales podría estar asociada con patrones de descanso menos saludables, debido a la prolongación del tiempo de exposición a dispositivos electrónicos y a la dificultad para establecer límites en su uso. La presencia de este comportamiento puede repercutir en procesos como la recuperación física y cognitiva, afectando la atención, la memoria y el desempeño académico durante la jornada. En este sentido, los resultados destacan la importancia de promover hábitos de higiene digital que favorezcan un equilibrio entre el uso de las redes sociales y el descanso, contribuyendo al bienestar y al rendimiento de la población estudiantil.

Tabla 15
Relación entre las redes sociales y problemas para dormir.

Reviso mis redes sociales apenas me despierto	Totalment e en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Totalment e de acuerdo
Totalmente en desacuerdo	1	4	4	11	6
En desacuerdo	3	14	13	15	4
Neutral	3	9	24	8	3
De acuerdo	3	11	12	14	6
Totalmente de acuerdo	0	3	6	2	2

Fuente: Elaboración propia.

Discusión

Los hallazgos del presente estudio evidencian que el uso problemático de las redes sociales constituye un factor asociado con diferentes dimensiones del bienestar académico y emocional de los estudiantes universitarios. Aunque los análisis descriptivos mostraron que la mayoría de los participantes no manifestó patrones extremos de dependencia hacia estas plataformas, sí se identificaron indicios de interferencia en procesos como la concentración, la motivación, los hábitos de estudio y la calidad del sueño. Estos resultados coinciden con lo reportado por Keles et al. (2020), quienes sostienen que el uso intensivo de las redes sociales puede generar alteraciones progresivas en el bienestar psicológico y el funcionamiento cotidiano de los jóvenes universitarios. De igual manera, Twenge y Campbell (2019) señalan que la exposición frecuente a las redes sociales favorece procesos de comparación social, sobreestimulación y distracción, factores que pueden repercutir negativamente en el desempeño académico y en la estabilidad emocional de los estudiantes.

Respecto al análisis inferencial, la correlación positiva y estadísticamente significativa entre el uso problemático de las redes sociales y la depresión confirma que ambas variables mantienen una relación directa, aunque de baja magnitud ($r = .254$; $p = .001$). Este resultado es consistente con investigaciones desarrolladas por Vallejos-Flores y Silva-Izarrar (2018), Rodríguez Puentes y Fernández-Parra (2014) y Zapa Cedeño et al. (2026), quienes concluyen que el incremento en el tiempo de uso y la interacción constante con las redes sociales se relaciona con mayores niveles de sintomatología depresiva, ansiedad y deterioro del bienestar psicológico en población universitaria. Asimismo, la asociación encontrada entre la percepción de afectación del rendimiento académico y las dificultades de

concentración refuerza la evidencia de que el uso inadecuado de estas plataformas no solo repercute sobre la salud mental, sino también sobre procesos cognitivos indispensables para el aprendizaje, como la atención sostenida, la planificación y el control ejecutivo.

No obstante, el coeficiente de determinación obtenido ($R^2 = .065$) demuestra que el uso problemático de las redes sociales explica únicamente una pequeña proporción de la variabilidad de la depresión, lo que confirma el carácter multifactorial de este trastorno. En consecuencia, la sintomatología depresiva no puede atribuirse exclusivamente al comportamiento digital de los estudiantes, sino que responde a la interacción de factores personales, familiares, académicos, sociales y contextuales. Este hallazgo coincide con el modelo cognitivo de Beck y Alford (2014), el cual plantea que la depresión emerge de la interacción entre vulnerabilidades cognitivas y factores ambientales. En este sentido, los resultados del estudio aportan evidencia que respalda la necesidad de implementar programas universitarios orientados al uso responsable de las redes sociales, el fortalecimiento de la autorregulación digital y la promoción de estrategias de prevención en salud mental, considerando estos componentes como parte integral del bienestar y del desempeño académico de la población estudiantil.

Conclusiones

La presente investigación permitió demostrar que existe una relación positiva y estadísticamente significativa entre el uso problemático de las redes sociales y la sintomatología depresiva en los estudiantes de cuarto semestre de la carrera de Psicología de la Universidad Estatal Península de Santa

Elena. Si bien la correlación obtenida fue de magnitud débil ($r = .254$; $p = .001$), los resultados confirman que el incremento en el uso problemático de estas plataformas se asocia con mayores niveles de depresión. Asimismo, los análisis descriptivos evidenciaron que el uso frecuente de las redes sociales se relaciona con dificultades en la concentración, el rendimiento académico, la motivación, los hábitos de estudio y la calidad del sueño, lo que sugiere que sus efectos negativos se manifiestan de manera progresiva sobre diferentes dimensiones del bienestar estudiantil, más que como una dependencia generalizada.

El coeficiente de determinación ($R^2 = .065$) evidenció que el uso problemático de las redes sociales explica únicamente el 6,5 % de la variabilidad de la depresión, lo que confirma que esta condición responde a un fenómeno multifactorial en el que intervienen factores personales, familiares, académicos y sociales. En consecuencia, aunque las redes sociales constituyen un factor de riesgo asociado con el bienestar psicológico, no representan el único elemento que influye en la aparición de síntomas depresivos. Este hallazgo resalta la necesidad de abordar la salud mental universitaria desde una perspectiva integral, incorporando estrategias de prevención, fortalecimiento de habilidades de autorregulación digital y promoción de estilos de vida saludables dentro del contexto educativo.

Los resultados aportan evidencia científica relevante sobre la relación entre el comportamiento digital y la salud mental en estudiantes universitarios, fortaleciendo el conocimiento existente en el contexto de la educación superior ecuatoriana. Además de cumplir con el objetivo planteado, la investigación proporciona información útil para el diseño de programas institucionales orientados al uso responsable de las redes

sociales, la promoción del bienestar emocional y la prevención de riesgos psicosociales. De igual manera, constituye un referente para futuras investigaciones que incorporen variables como la ansiedad, el estrés, la autoestima, la regulación emocional, el apoyo social y los hábitos digitales, con el propósito de comprender de manera más amplia los factores que inciden en la salud mental de la población universitaria.

Referencias bibliográficas

- Beck, A. T., & Alford, B. A. (2014). *Depression: Causes and treatment* (2nd ed.). University of Pennsylvania Press. <https://doi.org/10.9783/9780812290882>
- Cruzado, J. A., Muñoz-Rivas, M. J., & Vela, J. M. (2004). Adicción a Internet: Conceptualización y propuesta de intervención. *Revista Profesional Española de Terapia Cognitivo-Conductual*, 2(1), 22–51. <http://www.jogoremoto.pt/docs/extra/BL5L6u.pdf>
- García Muñío, D. (2020). La influencia de las redes sociales en la salud mental de jóvenes y adolescentes (Trabajo de fin de grado, Universidad de Zaragoza). Repositorio Institucional de la Universidad de Zaragoza (Zaguán). <https://zaguan.unizar.es/record/101935/files/TAZ-TFG-2020-1522.pdf>
- Gil Vera, V. D., & Quintero López, C. (2021). La ansiedad y la depresión derivadas del abuso de las redes sociales: Un análisis relacional. <https://www.google.com/search?q=https://repositorio.continental.edu.pe/backend/api/core/bitstreams/476249f7-269f-4e97-a68a-dc2c756405b7/content%23page%3D97>
- Keles, B., McCrae, N., & Grealish, A. (2020). A systematic review: The influence of social media on depression, anxiety

- and psychological distress in adolescents. *International Journal of Adolescence and Youth*, 25(1), 79–93.
- Klimenko, O., Ochoa, J., Barragán, M., & otros. (2023). El riesgo del uso excesivo de las redes sociales en los estudiantes de Latinoamérica. *SciELO Preprints*.
<https://preprints.scielo.org/index.php/scielo/preprint/download/5241/10172/10688>
- Luque-Vilca, O. M., Bolívar-Espinoza, N., Achahui-Ugarte, V. E., & Gallegos-Ramos, J. R. (2022). Estrés académico en estudiantes universitarios frente a la educación virtual asociada al COVID-19. *Puriq*, 4, e200.
<https://doi.org/10.37073/puriq.4.1.200>
- Manzanero Díaz, S. (2022). Impacto de las redes sociales en la salud mental de los adolescentes y cómo ello afecta a diferentes variables psicológicas [Trabajo de fin de grado, Universidad Europea]. Repositorio Titula.
https://titula.universidadeuropea.com/bitstream/handle/20.500.12880/3193/Selina_Manzanero_Tfg.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Mejía-Lobo, M., González-Cortés, J. H., & Gómez-Tabares, A. S. (2023). Diferencias por edad y género en el uso de redes sociales y su relación con la depresión y el desempeño académico en estudiantes universitarios. *Dialnet*.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9862411>
- Parra Vacacela, M. A., & Pino Loza, D. A. (2023). El estrés académico en los estudiantes universitarios. *La Tejedora*.
<https://publicacionescd.uleam.edu.ec/index.php/tejedora/article/view/624>
- Peña Argueta, Z. I. (2025). Influencia del uso de redes sociales en los niveles de ansiedad y depresión en jóvenes universitarios.
<https://dspace.udla.edu.ec/bitstream/33000/17457/1/UDLA-EC-TMPC-2025-18.pdf>

- Quevedo Romero, C. A., & Ponce Delgado, Á. R. (2023). Adicción a las redes sociales y estado de ánimo en estudiantes universitarios. Dialnet. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9586008>
- Rodríguez Puentes, A. P., & Fernández-Parra, A. (2014). Relación entre el tiempo de uso de las redes sociales en internet y la salud mental en adolescentes colombianos. *Acta Colombiana de Psicología*, 17(1), 131–140. <https://doi.org/10.14718/ACP.2014.17.1.13>
- Ruiz Diaz de Salvioni, V. V., Onishi de Armoa, F. M., & Armoa, A. (2023). El impacto de las redes sociales en la salud mental de los adolescentes en la Facultad de Ciencias Administrativas y Contables Filial Ciudad del Este. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 4(1). <https://doi.org/10.56712/latam.v4i1.677>
- Twenge, J. M., & Campbell, W. K. (2019). Media use is linked to lower psychological well-being. *Preventive Medicine Reports*, 12, 271–283.
- Vallejos-Flores, M. A., & Silva-Izarra, F. (2018). Adicción a las redes sociales y depresión en universitarios. *Propósitos y Representaciones*, 6(1), 125. <http://dx.doi.org/10.20511/pyr2018.v6n1.171>
- Zapa Cedeño, J. K., Núñez Portilla, J. E., León Jácome, G. O., & Manzano Gallegos, L. A. (2026). Redes sociales en la salud mental de los estudiantes universitarios: Estudio cuantitativo sobre depresión, ansiedad, autoestima e interacciones sociales. *European Public & Social Innovation Review*. <https://epsir.net/index.php/epsir/article/view/1585/1737>



CAPÍTULO VIII

PERCEPCIÓN DEL CONSUMO DE ALCOHOL EN EL ENTORNO
UNIVERSITARIO DEL SEGUNDO SEMESTRE DE PSICOLOGÍA,
JORNADA MATUTINA, UPSE

Carolina Nicole García Sánchez
<https://orcid.org/0009-0005-7326-9523>
carolina.garciasanchez5014@upse.edu.ec
Universidad Estatal Península de Santa Elena, (Ecuador).

Andrea Milena Villao Pantaleon
<https://orcid.org/0009-0009-2110-4929>
andrea.villaopantaleon4527@upse.edu.ec
Universidad Estatal Península de Santa Elena, (Ecuador).

Alejandra Gabriela Mera Cruz
<https://orcid.org/0009-0004-6376-4793>
alejandra.meracruz7093@upse.edu.ec
Universidad Estatal Península de Santa Elena, (Ecuador).

Resumen

El consumo de alcohol representa una de las principales problemáticas de salud pública por sus efectos sobre el bienestar físico, psicológico y social, especialmente en la población universitaria. En este contexto, la presente investigación tuvo como objetivo analizar la percepción del consumo de alcohol en estudiantes del segundo semestre de la carrera de psicología, jornada matutina, de la Universidad Estatal Península de Santa Elena. Se desarrolló un estudio con enfoque cuantitativo, diseño no experimental, de corte transversal y alcance descriptivo. La muestra estuvo conformada por 92 estudiantes, seleccionados mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia. La información se recolectó mediante un cuestionario tipo Likert validado por juicio de experto y con una confiabilidad de alfa de Cronbach de 0,910. Los datos fueron procesados mediante IBM SPSS Statistics versión 26, utilizando estadística descriptiva y correlacional. Los resultados evidenciaron que la mayoría de los estudiantes reconoce que el consumo de alcohol afecta la salud física, la concentración y el cumplimiento de las responsabilidades académicas. Asimismo, se identificaron relaciones estadísticamente significativas entre la percepción del consumo de alcohol, la influencia del entorno social y el rendimiento académico. Se concluye que los factores sociales influyen en la percepción del consumo de alcohol, por lo que resulta necesario fortalecer estrategias de promoción de la salud y prevención dirigidas a la población universitaria.

Palabras clave: Consumo de alcohol; percepción; estudiantes universitarios; rendimiento académico; salud pública.

Abstract

Alcohol consumption represents one of the main public health problems due to its effects on physical, psychological and social well-being, especially in the university population. In this context, the objective of this research was to analyze the perception of alcohol consumption in students of the second semester of the psychology career, morning session, of the Peninsula State University of Santa Elena. A study was developed with a quantitative approach, a non-experimental design, cross-sectional and descriptive scope. The sample consisted of 92 students, selected through non-probabilistic sampling for convenience. The information was collected using a Likert-type questionnaire validated by expert judgment and with a Cronbach's alpha reliability of 0.910. The data were processed using IBM SPSS Statistics version 26, using descriptive and correlational statistics. The results showed that most students recognize that alcohol consumption affects physical health, concentration, and compliance with academic responsibilities. Likewise, statistically significant relationships were identified between the perception of alcohol consumption, the influence of the social environment and academic performance. It is concluded that social factors influence the perception of alcohol consumption, so it is necessary to strengthen health promotion and prevention strategies aimed at the university population.

Keywords: Alcohol consumption; perception; university students; academic performance; public health.

Introducción

De acuerdo con la Organización Panamericana de la Salud (2024), el consumo de alcohol continúa siendo uno de los

principales problemas de salud pública a nivel mundial, debido a su relación con enfermedades, lesiones, problemas de salud mental y consecuencias sociales que afectan especialmente a adolescentes y adultos jóvenes. Esta situación evidencia la importancia de abordar esta problemática en el ámbito universitario, donde los estudiantes enfrentan cambios personales, académicos y sociales que pueden influir en la adopción de conductas relacionadas con el consumo de bebidas alcohólicas.

A nivel nacional, el consumo de alcohol en la población joven constituye una problemática relevante, caracterizada por su inicio temprano y su presencia frecuente en etapas universitarias. Se conoce que factores sociales, culturales y recreativos influyen en esta conducta, generando consecuencias que pueden afectar el rendimiento académico, la salud mental y la convivencia social (Diana Catalina Velastegui Hernández et al., 2022).

En el contexto universitario, el consumo de alcohol ha sido ampliamente documentado debido a su alta frecuencia y a las repercusiones que genera en el desempeño académico, el bienestar psicológico y las relaciones sociales de los estudiantes. Diversos estudios señalan que está influenciado por factores sociales y culturales, ya que “la presión de grupo, la búsqueda de aceptación social y la normalización del consumo son elementos determinantes en la conducta de los jóvenes” (Valeria Nallely Coronel Viscarra et al., 2023, p. 7).

Según Laura Catalina Forero Henao et al. (2025), los resultados obtenidos en la investigación evidencian la importancia de la percepción y de los factores sociales en el consumo de alcohol entre universitarios:

De acuerdo con la red de análisis, la percepción sobre el consumo se ve afectada por diversos elementos contextuales y

motivadores. Se descubre que el consumo puede estar vinculado a acontecimientos sociales y al consumo grupal o individual, lo que indica que el ambiente tiene un rol crucial en cómo los jóvenes perciben y justifican el consumo de alcohol. Además, se observan factores motivadores del consumo, entre los cuales destacan el estado de ánimo, la presión social y las experiencias subjetivas (p. 13419).

Estos resultados permiten comprender que la percepción del consumo de alcohol desempeña un papel fundamental en la forma en que los estudiantes interpretan esta conducta y en las decisiones que toman respecto a su consumo. En este sentido, los hallazgos reportados por Julia Elena Del Angel-García et al. (2024) contribuyen a comprender la complejidad de consumo de alcohol en la población universitaria y resaltan la importancia de continuar investigando este fenómeno desde contextos universitarios específicos, considerando las particularidades sociales, culturales y académicas de cada institución.

A pesar de la existencia de estudios sobre el consumo de alcohol en población universitaria, aún persiste un vacío de conocimiento respecto a cómo se construyen estas percepciones en contextos específicos como la Universidad Estatal Península de Santa Elena, particularmente en estudiantes de Psicología. Esta ausencia de evidencia contextualizada dificulta la comprensión de los factores que influyen en la construcción de dichas percepciones y limita el diseño de estrategias preventivas ajustadas a las necesidades de esta población.

En este contexto, el presente capítulo tiene como objetivo analizar la percepción del consumo de alcohol en el entorno universitario de los estudiantes del segundo semestre de Psicología, jornada matutina, de la Universidad Península de

Santa Elena (UPSE), considerando la influencia de factores personales, sociales y académicos en la construcción de dicha percepción.

La relevancia de esta investigación radica en su aporte teórico, social y práctico. Desde el punto de vista teórico, contribuye a ampliar el conocimiento sobre la percepción del consumo de alcohol en población universitaria. En el ámbito social, permite comprender una problemática que incide en el bienestar y la formación integral de los estudiantes. Finalmente, desde una perspectiva práctica, los resultados podrán servir como base para el diseño de estrategias institucionales orientadas a la promoción de la salud, la prevención del consumo de alcohol y el fortalecimiento del bienestar estudiantil dentro de la Universidad Estatal Península de Santa Elena.

Materiales y Métodos

La presente investigación se desarrolló bajo un enfoque cuantitativo, con un diseño no experimental, de corte transversal y alcance descriptivo, debido a que permitió analizar la percepción del consumo de alcohol en estudiantes universitarios sin manipular las variables de estudio, recolectando la información en un único momento. Este enfoque metodológico es ampliamente empleado en investigaciones relacionadas con el consumo de alcohol en población universitaria, ya que facilita la descripción de las características del fenómeno y el análisis de las relaciones entre variables dentro de su contexto natural (Rodríguez de la Cruz et al., 2022).

De acuerdo con datos oficiales de la Universidad Estatal Península de Santa Elena (UPSE), la carrera de Psicología

registra actualmente 992 estudiantes legalmente matriculados. En función del objetivo de la investigación, la población estuvo conformada por los estudiantes del segundo semestre de la jornada matutina que son 228. Debido a que durante el proceso de recolección de la información se evidenció una asistencia irregular a clases, la muestra quedó integrada por 92 estudiantes debido a los criterios de inclusión. Este procedimiento de selección ha sido utilizado en investigaciones con población universitaria al facilitar el acceso a los participantes y responder a las condiciones propias del contexto educativo (Proaño et al., 2025; Rosero Narváez & Galárraga Andrade, 2023).

La recolección de la información se efectuó mediante un cuestionario de 20 preguntas estructurado con escala tipo Likert de cinco alternativas de respuesta, elaborado a partir de la revisión de la literatura científica sobre la percepción del alcohol en estudiantes universitarios. Antes de su aplicación, el instrumento fue sometido a un proceso de validación mediante juicio de experto, quien evaluó la claridad, pertinencia, coherencia y relevancia de cada uno de los ítems, garantizando su adecuación para medir las variables del estudio. Posteriormente, la confiabilidad del cuestionario se determinó mediante el coeficiente alfa de Cronbach, obteniéndose un valor de 0,910, lo que evidencia una excelente consistencia interna y confirma la confiabilidad del instrumento para su aplicación en la población seleccionada.

Finalmente, la información recopilada fue codificada, tabulada y procesada mediante el software estadístico IBM SPSS Statistics versión 26, empleándose estadística descriptiva, a través de frecuencias y porcentajes, para caracterizar las variables de estudio, estadística correlacional para determinar la relación entre ellas. Estos procedimientos de análisis son

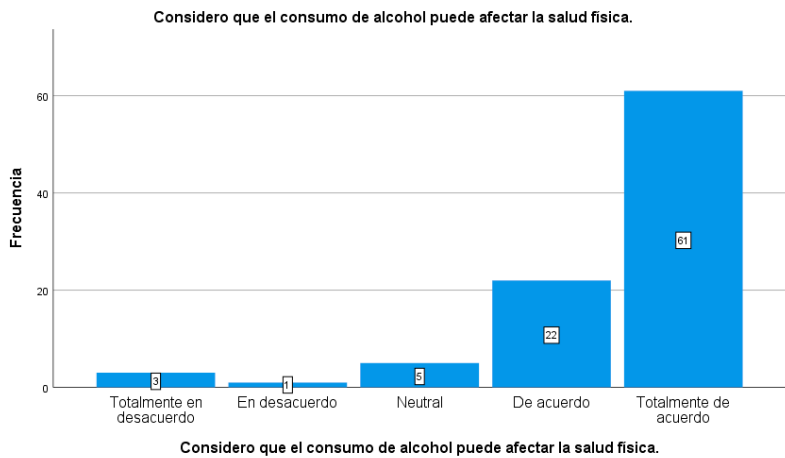
consistentes con los utilizados en investigaciones sobre el consumo de alcohol y factores psicosociales en estudiantes universitarios, permitiendo obtener resultados válidos para la interpretación del fenómeno estudiado (Chuíza & Porras, 2023; Viscarra et al., 2023).

Resultados

Los resultados obtenidos muestran que la percepción de los estudiantes sobre los efectos del consumo de alcohol en la salud física es predominantemente favorable al reconocimiento de sus consecuencias. La mayor parte de los participantes manifestó una valoración positiva respecto a que el consumo de alcohol afecta la salud física, mientras que un reducido grupo expresó una postura neutral o de desacuerdo. Esta distribución evidencia un amplio consenso entre los estudiantes sobre los riesgos físicos asociados al consumo de bebidas alcohólicas.

Asimismo, la concentración de respuestas en los niveles superiores de la escala refleja un elevado nivel de conocimiento y conciencia acerca de las repercusiones que el consumo de alcohol puede generar en el bienestar físico. En contraste, la baja frecuencia de respuestas de desacuerdo sugiere que son pocos los estudiantes que minimizan o desconocen estos efectos. En términos generales, los resultados permiten observar una percepción ampliamente compartida sobre el impacto negativo del consumo de alcohol en la salud física dentro de la población estudiada.

Figura 24.
Frecuencia sobre la afectación de la salud física por el consumo de alcohol.



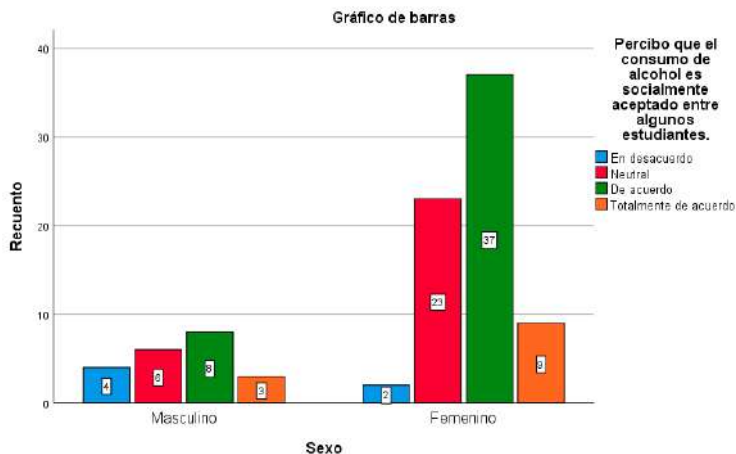
Fuente: Elaboración propia.

Los resultados muestran que tanto en hombres como en mujeres predominó la percepción de que el consumo de alcohol es socialmente aceptado entre algunos estudiantes. En ambos grupos, la mayor proporción de respuestas se concentró en niveles favorables de aceptación, seguida por respuestas de carácter neutral, mientras que las opciones de desacuerdo registraron una menor frecuencia. Asimismo, se observó una mayor participación del sexo femenino en la muestra, lo que explica la mayor concentración de respuestas dentro de este grupo.

El análisis de asociación mediante la prueba de chi-cuadrado de Pearson obtuvo un valor de $\chi^2 = 7,305$, con 3 grados de libertad y un nivel de significancia de $p = 0,063$. Estos resultados indican que no existe una asociación estadísticamente significativa entre el sexo y la percepción de que el consumo de alcohol es socialmente aceptado ($p > 0,05$). En consecuencia, la percepción sobre la aceptación social del consumo de alcohol se presenta de manera similar en hombres

y mujeres, sin evidenciar diferencias atribuibles al sexo dentro de la población estudiada.

Figura 25.
Relación entre el sexo y la aceptación social del consumo de alcohol



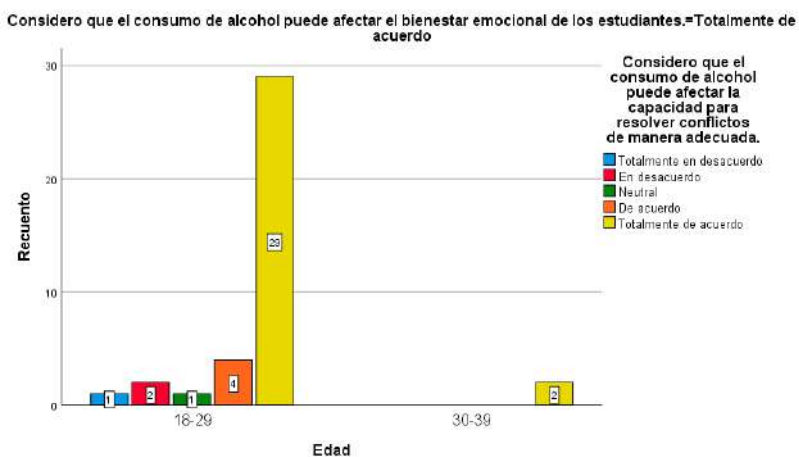
Fuente: Elaboración propia.

Los resultados muestran que, en ambos grupos de edad, predominó la percepción de que el consumo de alcohol puede afectar la capacidad para resolver conflictos de manera adecuada y, en consecuencia, influir en el bienestar emocional. La mayor concentración de respuestas se registró en los niveles de mayor acuerdo, especialmente en el grupo de 18 a 29 años, que representó la mayor proporción de participantes del estudio. En el grupo de 30 a 39 años, aunque el número de participantes fue menor, las respuestas también se concentraron en valoraciones favorables, manteniendo una tendencia similar a la observada en el grupo más joven.

El análisis de asociación mediante la prueba de chi-cuadrado de Pearson arrojó un valor de $\chi^2 = 0,884$, con 4 grados de libertad y un nivel de significancia de $p = 0,927$. Estos resultados indican que no existe una asociación

estadísticamente significativa entre la edad y la percepción de que el consumo de alcohol afecta la resolución de conflictos y el bienestar emocional ($p > 0,05$). En consecuencia, la percepción sobre esta problemática se mantiene homogénea entre los diferentes grupos etarios incluidos en la investigación, lo que sugiere que la edad no constituye un factor diferenciador en la valoración de los efectos del consumo de alcohol sobre estas dimensiones.

Figura 26.
Relación entre la edad, la resolución de conflictos y el bienestar emocional



Fuente: Elaboración propia.

Los resultados muestran que las percepciones relacionadas con las reuniones sociales y la influencia de los compañeros presentan una tendencia similar dentro del entorno universitario. La mayor parte de los estudiantes concentró sus respuestas en posiciones intermedias y de acuerdo, lo que refleja una percepción moderada respecto a que las reuniones sociales pueden favorecer el consumo de alcohol y que la presión o influencia de los pares puede incidir en la decisión de consumir bebidas alcohólicas. En contraste, las respuestas de

desacuerdo representaron una menor proporción de la muestra.

El análisis de asociación evidenció una correlación positiva moderada y estadísticamente significativa entre ambas variables. La correlación de Pearson mostró un coeficiente de $r = 0,463$ ($p < 0,001$), mientras que la correlación de Spearman obtuvo un valor de $\rho = 0,453$ ($p < 0,001$), con 92 casos válidos. Estos resultados indican que, a medida que aumenta la percepción de que las reuniones sociales favorecen el consumo de alcohol, también se incrementa la percepción de que la influencia de los compañeros desempeña un papel importante en la decisión de consumir. La magnitud de la correlación sugiere una asociación de intensidad moderada, evidenciando que el entorno social universitario constituye un factor relevante en las percepciones relacionadas con el consumo de alcohol.

Tabla 16
Correlación entre reuniones sociales, influencia y entorno social.

Medida de asociación	Coeficiente	Significación (p)	N
Correlación de Pearson (r)	0,463	0,000	92
Correlación de Spearman (ρ)	0,453	0,000	92

Fuente: Elaboración propia.

Los resultados muestran que la mayoría de los estudiantes percibe que el consumo de alcohol afecta tanto el cumplimiento de las responsabilidades académicas y personales como la capacidad de concentración. La distribución de las respuestas se concentró principalmente en las categorías de mayor acuerdo, evidenciando una percepción compartida sobre las consecuencias negativas del consumo de alcohol en el

desempeño académico. En contraste, las respuestas de desacuerdo representaron una proporción reducida, lo que refleja un amplio consenso entre los participantes respecto al impacto de esta conducta en su rendimiento.

El análisis estadístico confirmó la existencia de una asociación significativa entre ambas variables. La prueba de chi-cuadrado de Pearson obtuvo un valor de $\chi^2 = 130,530$ con un nivel de significancia de $p < 0,001$, evidenciando una dependencia estadísticamente significativa entre la percepción de la disminución de la concentración y el incumplimiento de las responsabilidades académicas y personales. Asimismo, la correlación de Spearman mostró un coeficiente de $\rho = 0,685$ ($p < 0,001$), lo que indica una correlación positiva moderadamente alta. Estos hallazgos sugieren que, a medida que aumenta la percepción de que el consumo de alcohol disminuye la capacidad de concentración, también se incrementa la percepción de que afecta el cumplimiento de las responsabilidades académicas y personales, poniendo de manifiesto la estrecha relación entre ambas dimensiones del rendimiento estudiantil.

Tabla 17
Resumen de percepción sobre consumo de alcohol y el rendimiento.

Afectación en Responsabilidades	Disminuye Concentración (En desacuerdo)	Neutral	Disminuye Concentración (De acuerdo)	Total
En desacuerdo	3	1	1	5
Neutral	0	4	9	13
De acuerdo	3	4	68	74
Total	9	9	77	92

Fuente: Elaboración propia.

Discusión

Los hallazgos del estudio evidencian que los estudiantes universitarios poseen una percepción clara sobre las consecuencias que el consumo de alcohol puede generar en la salud física, lo que refleja un adecuado nivel de conocimiento acerca de los riesgos asociados a esta práctica. Sin embargo, el reconocimiento de los efectos nocivos no necesariamente implica una disminución del consumo, situación descrita en investigaciones recientes que señalan la existencia de una brecha entre el conocimiento y la adopción de conductas preventivas.

En este sentido, la Organización Panamericana de la Salud (2024) advierte que el consumo nocivo de alcohol continúa siendo uno de los principales factores de riesgo para la carga mundial de enfermedad, especialmente entre adolescentes y adultos jóvenes, al incrementar la probabilidad de desarrollar enfermedades crónicas, lesiones, trastornos mentales y problemas sociales. De manera similar, Garzón Ruiz et al. (2024) sostienen que, en el ámbito universitario, el consumo de alcohol responde no solo al conocimiento de sus efectos, sino también a factores culturales, sociales y ambientales que favorecen su normalización.

Respecto al rendimiento académico, los resultados demostraron una asociación positiva y estadísticamente significativa entre la percepción de que el consumo de alcohol disminuye la capacidad de concentración y el incumplimiento de las responsabilidades académicas y personales. Esta relación confirma que los estudiantes identifican la concentración como un componente esencial para el desempeño universitario y reconocen que el consumo de alcohol puede afectar negativamente sus procesos cognitivos. Estos hallazgos coinciden con los reportados por Chuiza y

Porras (2023), quienes evidenciaron que el consumo de sustancias psicoactivas se relaciona con alteraciones en el bienestar psicológico y el rendimiento académico. Asimismo, González-Cortés et al. (2023) señalan que las conductas de riesgo asociadas al consumo de sustancias suelen acompañarse de dificultades en la atención, la autorregulación y el desempeño académico, afectando la adaptación del estudiante al entorno universitario.

Los resultados ponen de manifiesto que el contexto social constituye un factor determinante en la percepción del consumo de alcohol entre los estudiantes. La asociación observada entre la percepción de que las reuniones sociales favorecen el consumo y la influencia ejercida por los compañeros evidencia que las relaciones interpersonales pueden contribuir a la normalización de esta conducta dentro del ambiente universitario. Estos resultados son consistentes con lo señalado por Fuentes et al. (2015), quienes destacan que la influencia de los pares y el entorno social representan factores relevantes en la adopción de conductas relacionadas con el consumo de alcohol durante la juventud.

En la misma línea, Forero Henao et al. (2025) sostiene que la aceptación social del alcohol y la presión grupal incrementan la probabilidad de consumo en estudiantes universitarios. En consecuencia, los hallazgos respaldan la necesidad de fortalecer programas institucionales de promoción de la salud y prevención del consumo de alcohol que, además de informar sobre sus riesgos, incorporen estrategias orientadas al fortalecimiento de habilidades para la toma de decisiones, la resistencia a la presión de grupo y el desarrollo de estilos de vida saludables dentro del contexto universitario.

Conclusión

Los resultados obtenidos permiten concluir que los estudiantes del segundo semestre de Psicología de la Universidad Estatal Península de Santa Elena presentan una percepción clara sobre las consecuencias del consumo de alcohol, reconociendo sus efectos negativos en la salud física, la capacidad de concentración y el cumplimiento de las responsabilidades académicas y personales. Asimismo, los análisis estadísticos evidenciaron relaciones significativas entre las variables estudiadas, confirmando que los participantes asocian el consumo de alcohol con un menor rendimiento académico y con posibles repercusiones en su bienestar integral. En este sentido, se cumple el objetivo de la investigación al caracterizar la percepción del consumo de alcohol en la población estudiada y aportar evidencia empírica sobre este fenómeno en el contexto universitario.

Por otra parte, se concluye que el entorno social continúa desempeñando un papel relevante en la percepción y aceptación del consumo de alcohol entre los estudiantes, lo que pone de manifiesto la necesidad de fortalecer acciones preventivas dentro del ámbito universitario. En consecuencia, se recomienda que la Universidad Estatal Península de Santa Elena implemente programas permanentes de promoción de la salud, educación preventiva y desarrollo de habilidades para la toma de decisiones, dirigidos a reducir los factores de riesgo asociados al consumo de alcohol y fomentar estilos de vida saludables. Además, futuras investigaciones deberían ampliar la muestra e incorporar otras carreras universitarias para contrastar los resultados y generar evidencia que contribuya al diseño de políticas institucionales orientadas al bienestar estudiantil.

Referencias bibliográficas

- Amezcu Martínez, M. (2013). Consumo colectivo de alcohol entre los jóvenes: La percepción social del riesgo.
- Anchundia Salazar, A. R., Pozo Chele, J. L., & Delgado Beltrán, R. E. (2023). Factores que inciden en el rendimiento académico de los estudiantes de la carrera de Gestión Social y Desarrollo de la UPSE, 2023. *Universidad y Sociedad*, 15(5), 420–429. <https://rus.ucf.edu.cu/index.php/rus/article/view/4088>
- Cantos, K. S., & Campodónico, N. (2025). Impacto del consumo de alcohol en la salud mental de adolescentes latinoamericanos: Revisión sistemática. *Psicología UNEMI*, 9(17), 71–86. <https://doi.org/10.29076/ISSN.2602-8379VOL9ISS017.2025PP71-86P>
- Chuiza, R. E. T., & Porras, J. F. O. (2023). Actitud hacia el uso de sustancias psicoactivas, riesgo de consumo y bienestar psicológico en universitarios. *Revista Ecuatoriana de Psicología*, 6(16), 192–204. <https://doi.org/10.33996/REPSI.V6I16.99>
- Cortaza-Ramírez, L., Calixto-Olalde, G., Hernández-López, L., & Torres-Balderas, D. (2022). Prevalence of alcohol consumption in nursing students. *Medwave*, 22(2). <https://doi.org/10.5867/MEDWAVE.2022.02.002530>
- Del Ángel-García, J. E., Alonso-Castillo, M. M., Armendáriz-García, N. A., & López-García, K. S. (2024). Patrones y representaciones sociales del consumo de alcohol en jóvenes universitarios. *Nure Investigación*, 21(132). <https://doi.org/10.58722/NURE.V21I132.2498>
- Forero Henao, L. C., Páez Garzón, S. A., & Ceballos Porto, N. (2025). Percepción sobre el consumo de alcohol en jóvenes universitarios de edades entre los 18 a 25 años. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 9(1), 13410–13423. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v9i1.17034

- Organización Panamericana de la Salud. (2024). Alcohol. <https://www.paho.org/es/temas/alcohol>
- Palmera, O. M., Páez, Y. M. V., Vicencio, B. P., & Pozo Chele, J. L. (2023). Evaluación de la efectividad de las plataformas de aprendizaje en línea para la mejora del rendimiento académico en instituciones de educación superior. *Migration Letters*, 20(S4), 1272–1285. <https://doi.org/10.59670/ml.v20iS4.4602>
- Pozo Chele, J. L. (2023). Percepción de organización y liderazgo del barrio 25 de Septiembre del cantón La Libertad. Santiago, (Número especial), 287–300. <https://santiago.uo.edu.cu/index.php/stgo/article/view/13764/5165>
- Pozo Chele, J. L. (2026). Revisión sistemática de las intervenciones cognitivo-conductuales basadas en mindfulness en la mejora del rendimiento deportivo en jóvenes atletas. *Retos*, 76, 515–527. <https://doi.org/10.47197/retos.v76.118421>
- Proaño, J. V. R., Carvajal, N. P. V., Figueroa, M. E. C., & Cando, J. P. I. (2025). Factores determinantes y percepción del consumo de alcohol en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación Humanas y Tecnologías. *Ciencia y Educación*, 947–956. <https://doi.org/10.5281/zenodo.15755977>
- Pérez Fernández, A., Martínez Luis, D., & Torres Tello, G. P. (2024). La percepción del estrés académico en estudiantes universitarios y su forma de afrontarlo. *RIDE. Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*, 15(29), e776. <https://doi.org/10.23913/RIDE.V15I29.2171>
- Rodríguez de la Cruz, P. J., González-Angulo, P., Salazar-Mendoza, J., Camacho-Martínez, J. U., & López-Cocotle, J. J. (2022). Percepción de riesgo de consumo de alcohol y

- tabaco en universitarios del área de salud. *Sanus*, 7, e222.
<https://doi.org/10.36789/REVSANUS.VI1.222>
- Rosero Narváez, K., & Galárraga Andrade, A. S. (2023). Análisis del consumo de bebidas alcohólicas en estudiantes universitarios de las carreras de Educación Básica y Educación Inicial. Repositorio Institucional Universidad Técnica del Norte.
<https://repositorio.utn.edu.ec/handle/123456789/18773>
- Valastegui Hernández, D. C., Vásquez de la Bandera Cabezas, F. A., Ponce Delgado, A. del R., & Flores Hernández, V. F. (2022). Habilidades sociales y consumo de alcohol en estudiantes universitarios del Ecuador. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 6(2), 1–12.
https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v6i2.2076
- Viscarra, V. N. C., Jara, A. J. V., & Quinde, A. F. A. (2023). Factores de personalidad y consumo de alcohol en estudiantes universitarios de Ecuador. *Revista Internacional de Ciencias Sociales*, 2(1), 84–91.
<https://doi.org/10.57188/RICSO.2023.007>



CAPÍTULO IX

PERCEPCIÓN SOBRE LA PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA DE GÉNERO EN ESTUDIANTES DE QUINTO SEMESTRE DE PSICOLOGÍA DE LA UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA DE SANTA ELENA

Natalia Elizabeth Reyes Vera

<https://orcid.org/0009-0004-6809-6798>

natalia.reyesvera7330@upse.edu.ec

Universidad Estatal Península de Santa Elena, (Ecuador).

Melissa Andrea Ortega Landazuri

<https://orcid.org/0009-0008-7682-7190>

melissa.ortegalandazuri1568@upse.edu.ec

Universidad Estatal Península de Santa Elena, (Ecuador).

Eliana Janeth Menendez Briones

<https://orcid.org/0009-0001-4575-7934>

eliana.menendezbriones1970@upse.edu.ec

Universidad Estatal Península de Santa Elena, (Ecuador).

Fiorella Charlott Ángel Thomas

<https://orcid.org/0009-0007-6159-8981>

fiorella.angelthomas8105@upse.edu.ec

Universidad Estatal Península de Santa Elena, (Ecuador).

Resumen

La violencia de género constituye una problemática social que afecta constantemente el bienestar y el desarrollo de las personas, motivo por el cual las instituciones de educación superior desempeñan un papel clave en la preparación de profesionales comprometidos con su prevención. El propósito de esta investigación fue profundizar la percepción sobre la prevención de la violencia de género en estudiantes de quinto semestre de Psicología de la Universidad Estatal Península de Santa Elena. Se llevó a cabo un estudio con enfoque cuantitativo, de alcance descriptivo-correlacional y diseño no experimental. La muestra se constituyó por 175 estudiantes, a quienes se aplicó un cuestionario con escala tipo Likert, cuyos ítems fueron depurados y validados por juicio de expertos y con una confiabilidad excelente ($\alpha = 0,97$). Los datos fueron procesados mediante el software SPSS versión 26. Los hallazgos revelaron una relación positiva entre el conocimiento de los protocolos institucionales y la disposición para intervenir ante situaciones de violencia de género. Del mismo modo, se identificó una alta aceptación hacia la implementación de talleres, campañas de sensibilización y el uso de redes sociales como canales de prevención. No obstante, persisten limitaciones relacionadas con el conocimiento de los recursos institucionales de apoyo. En conclusión, es fundamental reforzar la difusión de protocolos, ampliar las estrategias de formación y promover una cultura de prevención contribuirá al desarrollo de profesionales con mayor compromiso social y capacidad para actuar frente a la violencia de género.

Palabras clave: violencia de género, Prevención de la Violencia, percepción, Actitudes, Conciencia Social.

Abstract

Gender-based violence is a social problem that consistently affects people's well-being and development, which is why higher education institutions play a key role in preparing professionals committed to its prevention. The purpose of this research was to deepen understanding of perceptions regarding the prevention of gender-based violence among fifth-semester Psychology students at the Santa Elena Peninsula State University. A study was conducted with a quantitative approach, descriptive-correlational scope, and a non-experimental design. The sample consisted of 175 students, to whom a questionnaire using a Likert-type scale was administered; its items were refined and validated through expert judgment, with excellent reliability ($\alpha = 0.97$). The data were processed using SPSS software version 26. The findings revealed a positive relationship between knowledge of institutional protocols and the willingness to intervene in situations of gender-based violence. Similarly, a high level of acceptance toward the implementation of workshops, awareness-raising campaigns, and the use of social media as prevention channels. However, limitations remain related to knowledge of the institutional support resources. In conclusion, it is essential to strengthen the dissemination of protocols, broaden training strategies, and promote a prevention culture will contribute to the development of professionals with greater social commitment and the ability to act in the face of gender-based violence.

Keywords: Gender Violence, Violence Prevention, Perception, Attitudes, Social Awareness.

Introducción

Según Mosquera (2015), la violencia de género constituye una de las problemáticas sociales más relevantes en América Latina, afectando principalmente a las mujeres en su integridad física, psicológica y social, lo que limita su desarrollo personal y el ejercicio pleno de sus derechos. Este fenómeno ha sido ampliamente estudiado desde diversas disciplinas, evidenciando su carácter estructural y su relación con patrones culturales arraigados en la sociedad.

En este contexto, la violencia de género no distingue edad, nivel educativo ni condición socioeconómica, manifestándose en múltiples formas dentro de la vida cotidiana. En el Ecuador, diversos estudios reflejan altos índices de violencia contra las mujeres, lo que pone en evidencia la necesidad de fortalecer estrategias de prevención desde diferentes ámbitos, especialmente el educativo (Mosquera, 2015).

Desde la revisión de la literatura, se reconoce que las instituciones de educación superior cumplen un rol fundamental en la formación de profesionales con pensamiento crítico frente a esta problemática. Sin embargo, investigaciones recientes indican que aún existen limitaciones en la inclusión efectiva del enfoque de género dentro de la docencia universitaria, así como en la generación de espacios que promuevan la reflexión y prevención de la violencia (Calderón & Garcés, 2024).

Tal como señala el documento, “la violencia de género no distingue edad, formación académica, extracto social; sin embargo, es consecuente en los estilos de vida de las mujeres” (España, 2022, p. 14). Esta afirmación permite comprender que el problema trasciende los niveles educativos, lo que refuerza la necesidad de intervenir desde la formación universitaria, especialmente en carreras como psicología.

De acuerdo con Mosquera (2015), la prevención de la violencia de género requiere procesos formativos que promuevan la participación activa de los jóvenes, así como la reflexión crítica sobre los roles y estereotipos de género: habrá necesidad de implementar estrategias que promuevan la participación activa de los jóvenes, permitiendo analizar y discutir temas relacionados con la violencia de género desde sus propias experiencias, contribuyendo así a la construcción de una sociedad más equitativa y consciente (p. 53).

En este sentido, la problematización de la presente investigación se centra en comprender cómo los estudiantes de quinto semestre de psicología de la Universidad Estatal Península de Santa Elena perciben la prevención de la violencia de género, considerando posibles vacíos en su formación académica, la persistencia de estereotipos y la limitada implementación de estrategias educativas efectivas dentro del entorno universitario.

El objetivo de este capítulo es analizar la percepción sobre la prevención de la violencia de género en estudiantes de quinto semestre de psicología, con el fin de identificar fortalezas, debilidades y oportunidades de mejora en los procesos formativos. La justificación de este estudio radica en la importancia de fortalecer la educación con enfoque de género, considerando que los futuros profesionales de la psicología desempeñarán un papel clave en la prevención, intervención y promoción del bienestar social, contribuyendo así a la construcción de una sociedad más equitativa.

Materiales y Métodos

La presente investigación se desarrolló bajo un enfoque cuantitativo, de tipo descriptivo correlacional, con el propósito

de describir la percepción sobre la prevención de la violencia de género y analizar la relación entre las variables de estudio sin manipularlas. De acuerdo con Hernández, Fernández y Baptista (2014), este diseño permite caracterizar una población y establecer asociaciones entre variables en un contexto específico. Para la recolección de la información se aplicó una encuesta conformada por 20 preguntas, estructurada mediante una escala tipo Likert, la cual facilita la medición de actitudes y percepciones a partir de diferentes niveles de acuerdo y desacuerdo (Likert, 1932). El instrumento fue sometido a un proceso de validación mediante juicio de expertos y alcanzó un coeficiente alfa de Cronbach de 0.97, valor que evidencia una excelente consistencia interna, de acuerdo con los criterios establecidos por George y Mallery (2003).

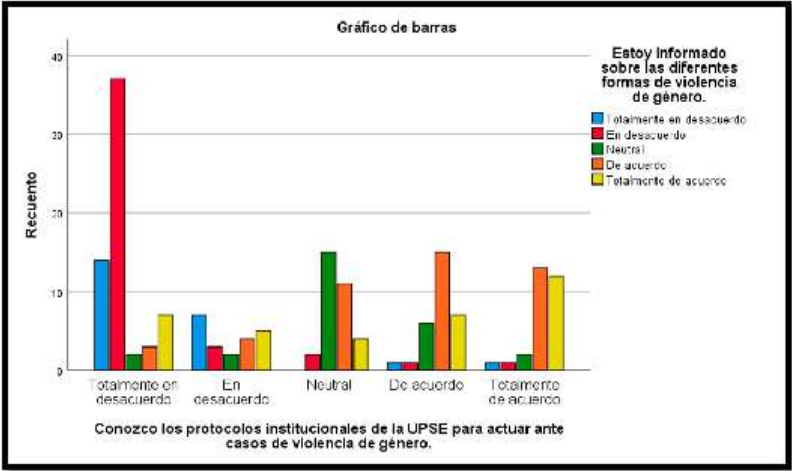
Para determinar la población se verificó el total de matriculados en la carrera de Psicología lo cual corresponde a 992 estudiantes, de los cuales se seleccionó una muestra de 175 participantes pertenecientes al quinto semestre. La información obtenida mediante la encuesta fue organizada, tabulada y analizadas utilizando el software estadístico SPSS versión 26, permitiendo realizar el análisis descriptivo y correlacional de los datos con un alto nivel de precisión. Según Field (2013), el empleo de herramientas estadísticas especializadas favorece la obtención de resultados confiables y facilita la interpretación de los fenómenos investigados.

Conocimiento sobre violencia de género

Los resultados de la prueba de chi-cuadrado evidencian una relación estadísticamente significativa entre el conocimiento de los protocolos institucionales de la Universidad Estatal Península de Santa Elena (UPSE) para actuar ante casos de violencia de género y el nivel de información sobre las diferentes formas de violencia de género ($\chi^2 = 125,596$; gl = 16;

$p < 0,001$). Este resultado indica que ambas variables no son independientes, por lo que el conocimiento de los procedimientos institucionales se encuentra asociado con un mayor nivel de información sobre esta problemática entre los estudiantes participantes.

Figura 27.
Violencias de género



Fuente: Elaboración propia.

El análisis de la tabla cruzada muestra que la mayor parte de los estudiantes que manifestó desconocer los protocolos institucionales también señaló estar en desacuerdo con sentirse informado sobre las diferentes formas de violencia de género (37 de 63 estudiantes). En cambio, quienes afirmaron conocer dichos protocolos se concentraron principalmente en las categorías de acuerdo y totalmente de acuerdo respecto a su nivel de información (13 y 12 estudiantes, respectivamente), evidenciando una asociación positiva entre ambas variables. Aunque el 36 % de las casillas presentó frecuencias esperadas inferiores a cinco, los resultados permiten concluir que fortalecer la difusión de los protocolos institucionales podría

contribuir a incrementar el conocimiento de los estudiantes sobre las distintas manifestaciones de la violencia de género.

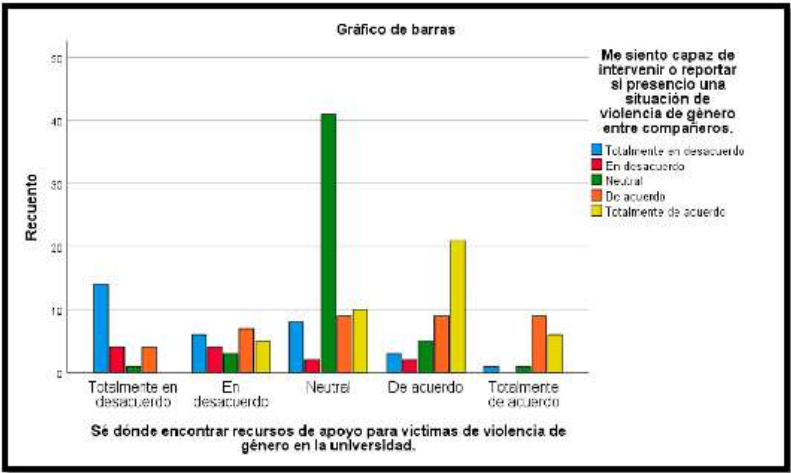
Capacidad de actuación ante la violencia de género

Los resultados de la prueba de chi-cuadrado evidencian una asociación estadísticamente significativa entre el conocimiento de los recursos de apoyo para víctimas de violencia de género en la universidad y la percepción de sentirse capaz de intervenir o reportar una situación de violencia entre compañeros ($\chi^2 = 107,641$; $gl = 16$; $p < 0,001$). Este hallazgo indica que ambas variables están relacionadas, lo que sugiere que un mayor conocimiento de los recursos institucionales favorece una mayor confianza de los estudiantes para actuar ante situaciones de violencia de género dentro del entorno universitario.

El análisis de la tabla cruzada muestra que los estudiantes que manifestaron estar totalmente en desacuerdo con conocer los recursos de apoyo también se concentraron en la categoría totalmente en desacuerdo respecto a su capacidad para intervenir o reportar una situación de violencia (14 de 23 estudiantes). En contraste, quienes afirmaron conocer dichos recursos presentaron una mayor frecuencia en las categorías de acuerdo y totalmente de acuerdo sobre su disposición para intervenir o reportar, destacándose 21 de 40 estudiantes en la categoría totalmente de acuerdo. Aunque el 48 % de las casillas registró frecuencias esperadas inferiores a cinco, la evidencia permite concluir que el conocimiento de los recursos institucionales de apoyo constituye un factor asociado con una mayor capacidad percibida para responder frente a casos de violencia de género.

Figura 28.

Conocimiento de los recursos de apoyo y capacidad de actuación ante la violencia de género



Fuente: Elaboración propia.

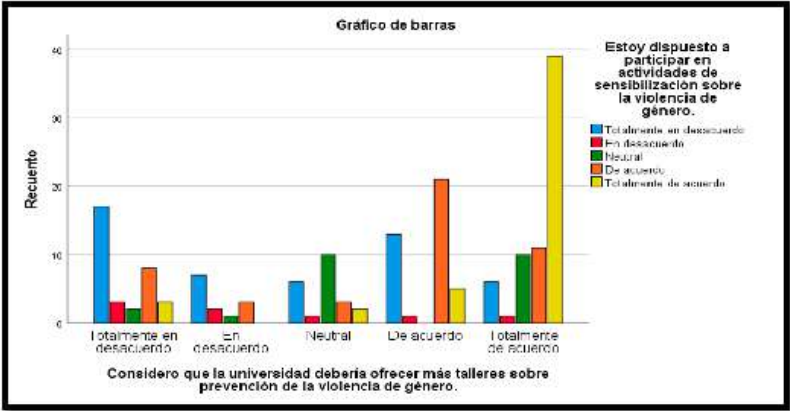
Participación en la prevención de la violencia de género

Los resultados de la prueba de chi-cuadrado evidencian una asociación estadísticamente significativa entre la percepción de que la universidad debería ofrecer más talleres sobre prevención de la violencia de género y la disposición de los estudiantes a participar en actividades de sensibilización ($\chi^2 = 99,918$; gl = 16; $p < 0,001$). Este resultado demuestra que ambas variables están relacionadas, indicando que una actitud favorable hacia el fortalecimiento de las estrategias preventivas institucionales se asocia con una mayor disposición de los estudiantes para involucrarse en acciones de sensibilización sobre la violencia de género.

El análisis de la tabla cruzada muestra que los estudiantes que estuvieron totalmente de acuerdo con la implementación de más talleres también registraron la mayor frecuencia de

respuestas en la categoría totalmente de acuerdo para participar en actividades de sensibilización (39 de 67 estudiantes). De igual manera, quienes manifestaron estar de acuerdo con la oferta de más talleres se concentraron principalmente en la categoría de acuerdo para participar (21 de 40 estudiantes). En contraste, los estudiantes que estuvieron totalmente en desacuerdo con la necesidad de implementar más talleres presentaron una mayor tendencia a no participar en estas actividades (17 de 33 estudiantes). Aunque el 44 % de las casillas registró frecuencias esperadas inferiores a cinco, los resultados permiten concluir que el fortalecimiento de los programas de prevención mediante talleres se relaciona con una mayor participación estudiantil en iniciativas de sensibilización frente a la violencia de género.

Figura 29.
Participación y sensibilización en talleres de género



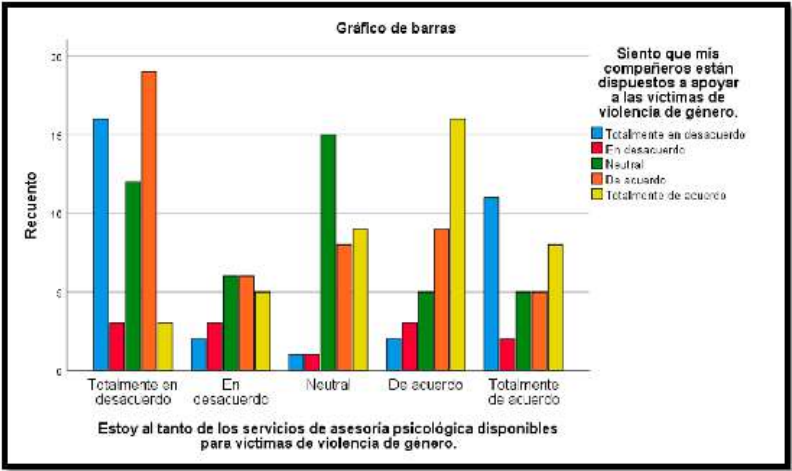
Fuente: Elaboración propia.

Apoyo y recursos para víctimas

Los resultados de la prueba de chi-cuadrado evidencian una asociación estadísticamente significativa entre el conocimiento

de los servicios de asesoría psicológica para víctimas de violencia de género y la percepción de que los compañeros están dispuestos a brindar apoyo a las víctimas ($\chi^2 = 45,740$; gl = 16; $p < 0,001$). Este hallazgo indica que ambas variables se encuentran relacionadas, lo que sugiere que el conocimiento de los recursos institucionales influye en la percepción del apoyo que puede ofrecer la comunidad estudiantil frente a situaciones de violencia de género.

Figura 30.
Asesoría Psicológica a víctimas



Fuente: Elaboración propia.

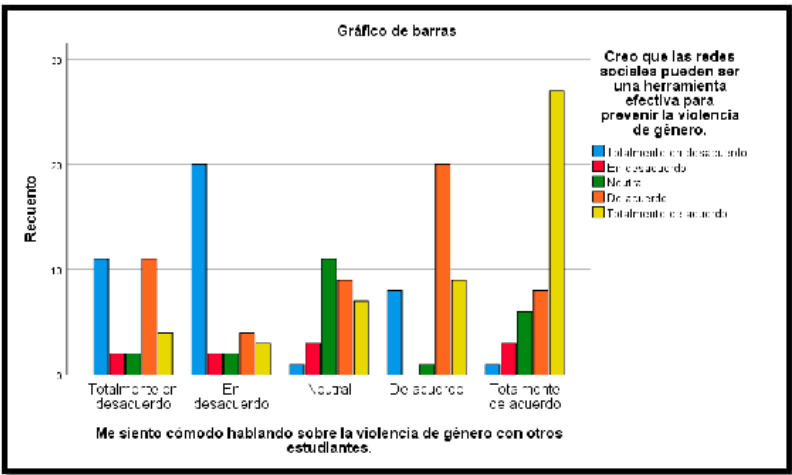
El análisis de la tabla cruzada muestra que los estudiantes que afirmaron conocer los servicios de asesoría psicológica concentraron una mayor frecuencia de respuestas en la categoría totalmente de acuerdo respecto al apoyo de sus compañeros (16 de 35 estudiantes). Sin embargo, aunque la asociación entre las variables fue significativa, la prueba de asociación lineal por lineal no alcanzó significancia estadística ($\chi^2 = 3,139$; $p = 0,076$), lo que indica que la relación no presenta una tendencia lineal, sino un comportamiento más complejo. Aun así, los resultados resaltan la importancia de fortalecer la

difusión de los servicios de apoyo psicológico para promover una mayor confianza y respaldo entre los estudiantes hacia las víctimas de violencia de género.

Comunicación y prevención de la violencia de género

Los resultados de la prueba de chi-cuadrado evidencian una asociación estadísticamente significativa entre la comodidad para hablar sobre la violencia de género con otros estudiantes y la percepción de que las redes sociales son una herramienta efectiva para su prevención ($\chi^2 = 94,483$; $gl = 16$; $p < 0,001$). Este hallazgo indica que los estudiantes con mayor disposición para dialogar sobre esta problemática tienden a valorar más positivamente el uso de las redes sociales como medio de sensibilización y prevención.

Figura 31.
Apoyo a víctimas en violencia de género.



Fuente: Elaboración propia.

La tabla cruzada muestra que quienes estuvieron totalmente de acuerdo con sentirse cómodos hablando sobre la violencia

de género también se concentraron principalmente en la categoría totalmente de acuerdo respecto a la efectividad de las redes sociales (27 de 45 estudiantes). En contraste, los estudiantes que manifestaron desacuerdo con hablar sobre el tema presentaron una mayor frecuencia de respuestas totalmente en desacuerdo sobre la utilidad de estas plataformas (20 de 31 estudiantes). Aunque el 36 % de las casillas presentó frecuencias esperadas inferiores a cinco, los resultados confirman una relación significativa y una tendencia lineal positiva entre ambas variables ($\chi^2 = 32,474$; $p < 0,001$).

Discusión

Los resultados obtenidos evidencian que el conocimiento institucional constituye un factor determinante en la percepción y las actitudes de los estudiantes frente a la prevención de la violencia de género. En los cinco análisis realizados se identificaron asociaciones estadísticamente significativas ($p < 0,001$), lo que demuestra que un mayor conocimiento de los protocolos de actuación, de las diferentes manifestaciones de la violencia y de los recursos de apoyo disponibles en la universidad se relaciona con una mayor capacidad percibida para intervenir o reportar situaciones de violencia. Estos hallazgos ponen de manifiesto la importancia de fortalecer la difusión de la información institucional como estrategia para promover una comunidad universitaria más informada y preparada para responder ante este tipo de situaciones.

Asimismo, los resultados reflejan una actitud favorable de los estudiantes hacia las acciones preventivas impulsadas por la universidad. Se observó que quienes consideran necesaria la

implementación de más talleres sobre prevención también manifiestan una mayor disposición para participar en actividades de sensibilización, mientras que los estudiantes que se sienten cómodos dialogando sobre la violencia de género valoran de manera más positiva el uso de las redes sociales como herramienta para la prevención. Esto evidencia que la capacitación, la comunicación abierta y el empleo de medios digitales constituyen elementos complementarios que favorecen la construcción de una cultura preventiva y fortalecen el compromiso estudiantil frente a esta problemática.

Finalmente, aunque en algunas tablas de contingencia se registraron porcentajes de frecuencias esperadas inferiores a cinco, las asociaciones identificadas mantienen un alto nivel de significancia estadística, lo que respalda la solidez de los resultados obtenidos. La única excepción se presentó en la relación entre el conocimiento de los servicios de asesoría psicológica y la percepción del apoyo brindado por los compañeros, donde la asociación lineal no fue significativa, lo que sugiere un comportamiento más complejo entre ambas variables. En conjunto, la evidencia confirma que el fortalecimiento de los programas de información, capacitación y sensibilización representa una estrategia fundamental para consolidar una cultura institucional orientada a la prevención, el apoyo oportuno y la reducción de la violencia de género en el contexto universitario.

Conclusiones

La investigación permitió concluir que existe una relación significativa entre el conocimiento de los protocolos institucionales, los recursos de apoyo y las estrategias de

prevención de la violencia de género con las actitudes y percepciones de los estudiantes de la carrera de Psicología de la Universidad Estatal Península de Santa Elena. Los análisis realizados mediante la prueba de chi-cuadrado evidenciaron que un mayor conocimiento de los mecanismos institucionales se asocia con una mejor comprensión de las diferentes manifestaciones de la violencia de género, así como con una mayor disposición para intervenir, reportar situaciones de riesgo y participar en acciones preventivas impulsadas por la universidad.

Asimismo, los resultados muestran una actitud favorable de los estudiantes hacia la participación en talleres, campañas de sensibilización y el uso de las redes sociales como herramientas para prevenir la violencia de género. No obstante, también se identificó la necesidad de fortalecer la difusión de los servicios de asesoría psicológica y de los protocolos de actuación institucionales. En consecuencia, se recomienda que la Universidad Estatal Península de Santa Elena continúe impulsando programas permanentes de capacitación, sensibilización y comunicación, con el propósito de consolidar una cultura de prevención, respeto e igualdad que contribuya a la formación integral de futuros profesionales comprometidos con la erradicación de la violencia de género.

Referencias bibliográficas

Anchundia Salazar, A. R., Pozo Chele, J. L., & Delgado Beltrán, R. E. (2023). Factores que inciden en el rendimiento académico de los estudiantes de la carrera de Gestión Social y Desarrollo de la UPSE, 2023. *Universidad y Sociedad*, 15(5), 420–429.
<https://rus.ucf.edu.cu/index.php/rus/article/view/4088>

- Asamblea Nacional del Ecuador. (2018). Ley Orgánica Integral para Prevenir y Erradicar la Violencia contra las Mujeres. Registro Oficial Suplemento 175.
- Bandura, A. (2001). Social cognitive theory: An agentic perspective. *Annual Review of Psychology*, 52(1), 1–26. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.1>
- Benjamini, Y., & Hochberg, Y. (1995). Controlling the false discovery rate: A practical and powerful approach to multiple testing. *Journal of the Royal Statistical Society: Series B*, 57(1), 289–300. <https://doi.org/10.1111/j.2517-6161.1995.tb02031.x>
- Cronbach, L. J. (1951). Coefficient alpha and the internal structure of tests. *Psychometrika*, 16(3), 297–334. <https://doi.org/10.1007/BF02310555>
- García-Moreno, C., Jansen, H. A. F. M., Ellsberg, M., Heise, L., & Watts, C. (2005). WHO multi-country study on women's health and domestic violence against women. World Health Organization.
- Heise, L. L. (1998). Violence against women: An integrated, ecological framework. *Violence Against Women*, 4(3), 262–290. <https://doi.org/10.1177/1077801298004003002>
- Instituto Nacional de Estadística y Censos (INEC). (2019). Encuesta Nacional sobre Relaciones Familiares y Violencia de Género contra las Mujeres (ENVIGMU). <https://www.ecuadorencifras.gob.ec>
- Johnson, R. B., & Onwuegbuzie, A. J. (2004). Mixed methods research: A research paradigm whose time has come. *Educational Researcher*, 33(7), 14–26. <https://doi.org/10.3102/0013189X033007014>
- Krug, E. G., Dahlberg, L. L., Mercy, J. A., Zwi, A. B., & Lozano, R. (Eds.). (2002). World report on violence and health. World Health Organization.

- Likert, R. (1932). A technique for the measurement of attitudes. *Archives of Psychology*, 140, 1–55.
- Ministerio de la Mujer y Derechos Humanos del Ecuador. (2022). Plan Nacional para Prevenir y Erradicar la Violencia contra las Mujeres. <https://www.derechoshumanos.gob.ec>
- Naciones Unidas. (1993). Declaración sobre la eliminación de la violencia contra la mujer. <https://www.ohchr.org/es/instruments-mechanisms/instruments/declaration-elimination-violence-against-women>
- ONU Mujeres. (2023). Hechos y cifras: Poner fin a la violencia contra las mujeres. <https://www.unwomen.org/es/what-we-do/ending-violence-against-women/facts-and-figures>
- Organización Mundial de la Salud. (2021). Violencia contra la mujer. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/violence-against-women>
- Organización Panamericana de la Salud. (2024). Violencia contra las mujeres. <https://www.paho.org/es/temas/violencia-contra-mujeres>
- Palmera, O. M., Páez, Y. M. V., Vicencio, B. P., & Pozo Chele, J. L. (2023). Evaluación de la efectividad de las plataformas de aprendizaje en línea para la mejora del rendimiento académico en instituciones de educación superior. *Migration Letters*, 20(S4), 1272–1285. <https://doi.org/10.59670/ml.v20iS4.4602>
- Pozo Chele, J. L. (2023). Percepción de organización y liderazgo del barrio 25 de Septiembre del cantón La Libertad. *Santiago*, número especial, 287–300. <https://santiago.uo.edu.cu/index.php/stgo/article/view/13764/5165>
- Pozo Chele, J. L. (2026). Revisión sistemática de las intervenciones cognitivo-conductuales basadas en mindfulness en la mejora del rendimiento deportivo en

- jóvenes atletas. Retos, 76, 515–527.
<https://doi.org/10.47197/retos.v76.118421>
- UNESCO. (2021). Stopping school violence and bullying: A global status report. <https://unesdoc.unesco.org>
- United Nations Development Programme. (2023). 2023 Gender Social Norms Index (GSNI): Breaking down gender biases. <https://hdr.undp.org>



CAPÍTULO X

EVALUACIÓN DE LAS COMPETENCIAS DOCENTES PARA LA
PREVENCIÓN E INTERVENCIÓN ANTE SITUACIONES DE BULLYING
ESCOLAR EN LA ESCUELA DE EDUCACIÓN BÁSICA LIC. ANGÉLICA
VILLÓN LINDAO

Jerammy Tiffany Mera Echeverría
<https://orcid.org/0009-0007-7197-838X>
jerammy.meraecheverria1204@upse.edu.ec
Universidad Estatal Península de Santa Elena, (Ecuador).

Jorge Iván Núñez Avelino
<https://orcid.org/0009-0009-3359-9551>
jorge.nunezavelino4182@upse.edu.ec
Universidad Estatal Península de Santa Elena, (Ecuador).

Gabriel Eduardo Ramirez Vinuesa
<https://orcid.org/0009-0005-7308-3171>
gabriel.ramirezvinuesa0206@upse.edu.ec
Universidad Estatal Península de Santa Elena, (Ecuador).

Resumen

La convivencia escolar es un factor esencial para garantizar un ambiente educativo seguro e inclusivo; sin embargo, el bullying continúa siendo una problemática que afecta el bienestar y el rendimiento académico de los estudiantes, lo que resalta la importancia de fortalecer las competencias docentes para su prevención e intervención. El objetivo de esta investigación fue evaluar las competencias docentes para la prevención e intervención ante situaciones de bullying escolar en la Escuela de Educación Básica "Lic. Angélica Villón Lindao", identificando el nivel de preparación del profesorado, las estrategias empleadas y las necesidades de fortalecimiento profesional. Se desarrolló un estudio con enfoque cuantitativo, alcance descriptivo-correlacional y diseño no experimental de corte transversal. La información se recopiló mediante un cuestionario de 20 ítems con escala Likert, validado por juicio de expertos y con una confiabilidad de $\alpha = 0,850$, aplicado a los docentes de la institución; los datos fueron analizados mediante estadística descriptiva y correlacional utilizando IBM SPSS Statistics 26. Los resultados evidenciaron una percepción favorable, destacando el conocimiento sobre las manifestaciones del bullying, la normativa institucional, la importancia de la comunicación con las familias e implementación de normas de convivencia como estrategias preventivas. Se concluye que, el profesorado posee competencias adecuadas para afrontar el bullying; no obstante, es necesario fortalecerlas mediante procesos de capacitación que consoliden la cultura de respeto, promuevan la convivencia y favorezcan la prevención efectiva de la violencia.

Palabras clave: Competencias docentes, Bullying escolar, Prevención de la violencia escolar, Intervención educativa, Convivencia escolar.

Abstract

School coexistence is an essential factor to guarantee a safe and inclusive educational environment; however, bullying continues to be a problem that affects the well-being and academic performance of students, which highlights the importance of strengthening teaching competencies for its prevention and intervention. The objective of this research was to evaluate the teaching competencies for the prevention and intervention in situations of school bullying in the School of Basic Education "Lic. Angélica Villón Lindao" identifying the level of preparation of the teachers, the strategies used and the needs for professional strengthening. A study was developed with a quantitative approach, descriptive-correlational scope and non-experimental cross-sectional design. The information was collected through a 20-item questionnaire with a Likert scale, validated by expert judgment and with a reliability of $\alpha = 0.850$, applied to the institution's teachers; the data were analyzed using descriptive and correlational statistics using IBM SPSS Statistics 26. The results showed a favorable perception of teaching competencies, highlighting the knowledge about the manifestations of bullying, institutional regulations, the importance of communication with families and the implementation of rules of coexistence as preventive strategies. It is concluded that teachers have adequate competencies to deal with school bullying; however, it is necessary to strengthen them continuously through training processes that consolidate a culture of respect, promote school coexistence and favor the effective prevention of violence in the educational environment.

Keywords: Teaching skills, School bullying, Prevention of school violence, Educational intervention, School coexistence.

Introducción

La convivencia escolar constituye uno de los pilares fundamentales para garantizar un ambiente educativo seguro, inclusivo y favorable para el aprendizaje. Sin embargo, durante los últimos años el bullying escolar se ha convertido en una problemática que afecta a miles de estudiantes en diferentes niveles educativos, provocando consecuencias negativas en el desarrollo emocional, social y académico de quienes se encuentran involucrados. Frente a esta realidad, el rol del docente adquiere una importancia trascendental, ya que no solo es responsable del proceso de enseñanza-aprendizaje, sino también de promover una cultura de respeto, prevención y resolución pacífica de los conflictos.

Según Cristancho (2020), el bullying representa una problemática persistente dentro de las instituciones educativas, que exige docentes preparados para identificar oportunamente las situaciones de riesgo y aplicar estrategias de prevención e intervención acordes con las necesidades del contexto escolar. En este sentido, el fortalecimiento de las competencias docentes se convierte en un elemento indispensable para favorecer una convivencia escolar saludable y disminuir las manifestaciones de violencia entre estudiantes.

En el contexto ecuatoriano, al igual que en otros países latinoamericanos, las instituciones educativas enfrentan el desafío de fortalecer las capacidades de los docentes para responder de manera adecuada frente a los casos de violencia escolar. Aunque existen protocolos institucionales y normativas orientadas a la protección de niños, niñas y adolescentes, en muchos casos los docentes requieren mayor formación para reconocer las diferentes manifestaciones del

bullying, intervenir oportunamente y aplicar estrategias preventivas que promuevan una convivencia armónica.

Datos estadísticos del Ecuador. MINEDEC manifiesta que aproximadamente ocho de cada diez niños, niñas y adolescentes han experimentado algún tipo de violencia en diferentes entornos, situación que evidencia la necesidad de fortalecer las acciones preventivas desde las instituciones educativas y promover ambientes escolares seguros, inclusivos y libres de violencia. Aunque existen protocolos y lineamientos para la atención de casos de violencia escolar, aún persiste la necesidad de fortalecer las competencias de los docentes para identificar, prevenir e intervenir oportunamente ante situaciones de bullying, contribuyendo así al bienestar integral de los estudiantes.

Como señalan (Montoro, 2016), el desarrollo de competencias docentes no debe limitarse únicamente al conocimiento teórico o al dominio de herramientas metodológicas, sino que también debe incluir habilidades para resolver conflictos, fortalecer la empatía, promover valores como el respeto y la tolerancia, así como desarrollar capacidades para detectar e intervenir oportunamente en situaciones de violencia escolar.

Estudios recientes, como el informe de la UNESCO (2019) y la investigación de Gregorio Giménez, Mauro Mediavilla, David Giuliodori y Gisela Carolina Rusteholz (2024), evidencian que el bullying no solo afecta a la víctima y al agresor, sino también a toda la comunidad educativa, al generar un clima escolar desfavorable y repercutir negativamente en el rendimiento académico, la autoestima y el bienestar psicológico de los estudiantes. Asimismo, estos estudios destacan que las experiencias de acoso escolar se asocian con menores logros de aprendizaje y un deterioro de la

convivencia escolar, lo que refuerza la necesidad de implementar estrategias de prevención e intervención desde el ámbito educativo. De acuerdo con (Rodas, 2025), la evaluación constituye un mecanismo esencial para establecer diagnósticos precisos sobre el acoso escolar, permitiendo diseñar programas de prevención e intervención más eficaces y ajustados a las características de cada institución educativa.

En este contexto, el objetivo del presente capítulo es evaluar las competencias docentes para la prevención e intervención ante situaciones de bullying escolar en la Escuela de Educación Básica "Lic. Angélica Villón Lindao", identificando el nivel de preparación del profesorado, las estrategias que actualmente emplean y las necesidades de fortalecimiento profesional que contribuyan a mejorar la convivencia escolar.

La realización de este estudio se justifica por su aporte al fortalecimiento de la práctica docente y a la construcción de ambientes educativos más seguros, respetuosos e inclusivos. Los resultados permitirán generar información útil para la institución educativa y servirán como base para el diseño de futuras estrategias de capacitación dirigidas a los docentes, favoreciendo una respuesta más efectiva frente a las situaciones de bullying. Asimismo, esta investigación aporta evidencia científica que puede orientar la toma de decisiones institucionales y contribuir al desarrollo de políticas educativas enfocadas en la prevención de la violencia escolar y la promoción de una cultura de paz.

Materiales y Métodos

La presente investigación se desarrolló bajo un enfoque cuantitativo, ya que permitió medir objetivamente las variables de estudio mediante la recolección y el análisis de datos

numéricos. De acuerdo con Hernández Sampieri y Mendoza (2023), el enfoque cuantitativo se caracteriza por utilizar procedimientos estadísticos para comprobar hipótesis y establecer relaciones entre variables a partir de información medible. Asimismo, el estudio presentó un alcance descriptivo y correlacional. Fue descriptivo porque permitió identificar y caracterizar las competencias docentes para la prevención e intervención ante situaciones de bullying escolar en la Escuela de Educación Básica "Lic. Angélica Villón Lindao"; y correlacional porque buscó determinar el grado de relación existente entre las variables investigadas, sin manipularlas, mediante un diseño no experimental de corte transversal.

La técnica empleada para la recolección de la información fue la encuesta, aplicada a los docentes de la Escuela de Educación Básica "Lic. Angélica Villón Lindao". Como instrumento se utilizó un cuestionario estructurado de 20 preguntas, elaborado con una escala tipo Likert de cinco alternativas de respuesta, lo que permitió conocer el nivel de percepción de los participantes sobre las competencias docentes para la prevención e intervención del bullying escolar. Previamente a su aplicación, el instrumento fue sometido a un proceso de validación mediante juicio de experto, con la finalidad de verificar la claridad, pertinencia, coherencia y relevancia de cada uno de sus ítems. Posteriormente, se evaluó su confiabilidad mediante el coeficiente alfa de Cronbach, obteniéndose un valor de 0,850, resultado que, de acuerdo con Cronbach (1951), evidencia una buena consistencia interna, por lo que el instrumento se considera confiable para su aplicación en la investigación.

Una vez aplicada la encuesta, la información obtenida fue codificada, organizada y tabulada en el software IBM SPSS Statistics versión 26, herramienta utilizada para el

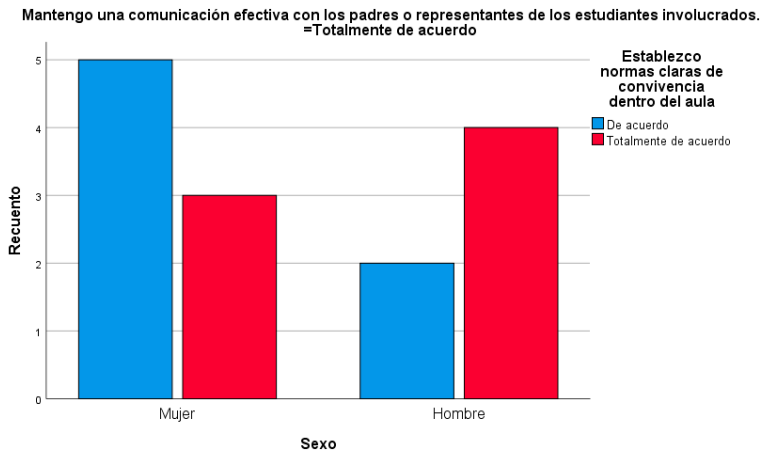
procesamiento y análisis estadístico de los datos. Inicialmente se realizó un análisis descriptivo mediante frecuencias y porcentajes para caracterizar las variables de estudio; posteriormente, se efectuó el análisis correlacional correspondiente con el propósito de determinar la relación entre las competencias docentes y las acciones de prevención e intervención ante situaciones de bullying escolar. Los resultados fueron presentados en tablas y figuras, facilitando su interpretación en función de los objetivos planteados en la investigación (Field, 2018).

Resultados

Los resultados obtenidos muestran una percepción favorable de las competencias docentes relacionadas con la prevención e intervención del bullying escolar. En el grupo de mujeres, el 62,5 % manifestó estar de acuerdo con la importancia de mantener una comunicación efectiva con los padres o representantes de los estudiantes involucrados, mientras que el 37,5 % indicó estar totalmente de acuerdo. Por su parte, en los hombres, el 66,7 % expresó estar totalmente de acuerdo con el establecimiento de normas claras de convivencia dentro del aula, frente al 33,3 % que señaló estar de acuerdo. Estos hallazgos evidencian que, independientemente del sexo, los docentes reconocen la importancia de fortalecer la comunicación con las familias y establecer normas de convivencia como estrategias fundamentales para prevenir e intervenir oportunamente ante situaciones de bullying, favoreciendo así un clima escolar seguro e inclusivo.

Figura 32.

Relación entre el género y mantener una comunicación con los representantes de los estudiantes involucrados

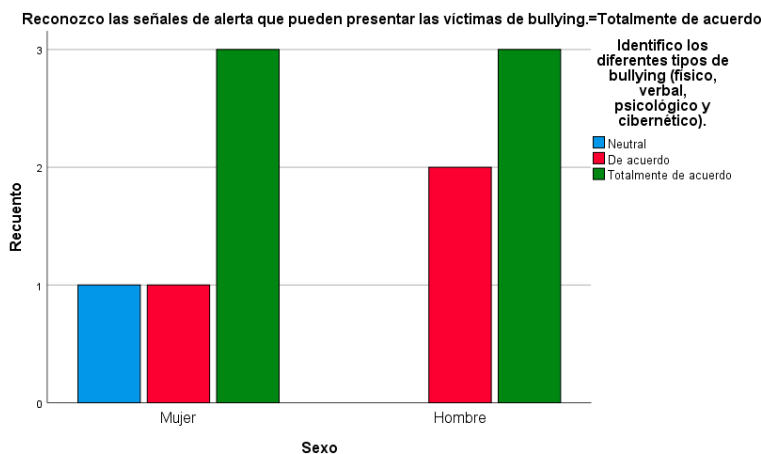


Fuente: Elaboración propia.

Los resultados evidencian un alto nivel de conocimiento de los docentes respecto al reconocimiento de las señales de alerta que pueden presentar las víctimas de bullying y la identificación de los diferentes tipos de acoso escolar. En el grupo de mujeres, el 60,0 % manifestó estar totalmente de acuerdo con estas competencias, mientras que el 20,0 % se ubicó en la categoría de acuerdo y otro 20,0 % mantuvo una posición neutral. Por su parte, en los hombres, el 60,0 % indicó estar totalmente de acuerdo y el 40,0 % expresó estar de acuerdo. Estos hallazgos reflejan que la mayoría del profesorado posee una percepción favorable sobre su capacidad para identificar las manifestaciones del bullying, lo que constituye un elemento fundamental para la detección temprana y la intervención oportuna ante situaciones de violencia escolar. Asimismo, los resultados sugieren que los docentes cuentan con conocimientos que favorecen la

implementación de estrategias preventivas orientadas a la protección y el bienestar integral de los estudiantes.

Figura 33.
Relación entre el género de reconocer las señales de alerta que puedan presentar las víctimas del bullying



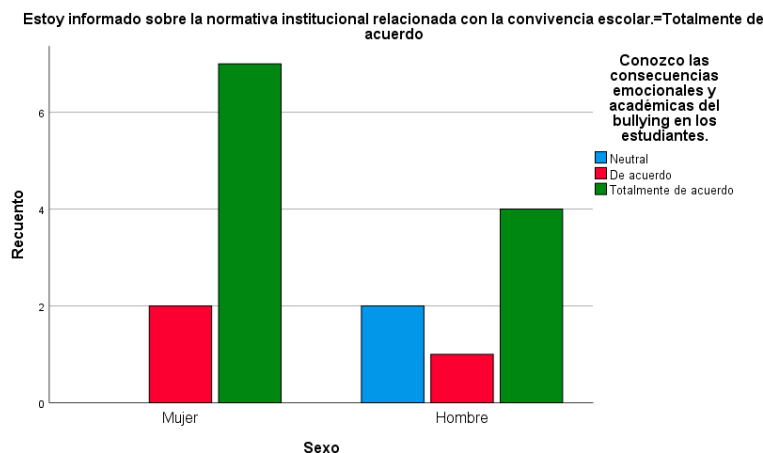
Fuente: Elaboración propia.

Los resultados evidencian una percepción favorable del profesorado respecto a su conocimiento sobre la normativa institucional relacionada con la convivencia escolar y las consecuencias emocionales y académicas del bullying. En las docentes mujeres, el 77,8 % presentó un nivel alto de conocimiento y el 22,2 % un nivel favorable. En los docentes hombres, el 57,1 % reflejó un nivel alto de conocimiento, el 14,3 % un nivel favorable y el 28,6 % mostró una postura intermedia.

En términos generales, los hallazgos indican que la mayor parte del profesorado posee conocimientos adecuados sobre la normativa institucional y reconoce las repercusiones que el bullying puede generar en el bienestar emocional y el rendimiento académico de los estudiantes. Asimismo, la diferencia observada entre hombres y mujeres es reducida y no

modifica la tendencia general de los resultados, caracterizada por una valoración positiva del conocimiento docente. Este panorama representa una fortaleza institucional, ya que disponer de docentes informados favorece la identificación temprana de situaciones de acoso escolar, la aplicación oportuna de los protocolos de actuación y el desarrollo de estrategias preventivas orientadas a fortalecer una convivencia escolar segura, inclusiva y respetuosa.

Figura 34.
Relación entre están informados sobre las normativas institucionales y las consecuencias emocionales



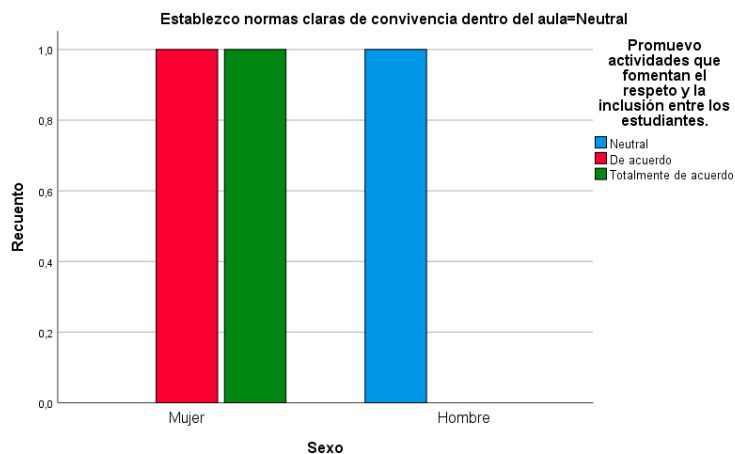
Fuente: Elaboración propia.

Los resultados evidencian diferencias en la percepción del profesorado respecto al establecimiento de normas claras de convivencia en el aula y al desarrollo de actividades orientadas a promover el respeto y la inclusión entre los estudiantes. En el grupo de docentes mujeres, el 50,0 % presentó una valoración favorable y el 50,0 % una valoración muy favorable sobre estas prácticas, lo que refleja un alto nivel de compromiso con la implementación de estrategias dirigidas al fortalecimiento de la convivencia escolar. En contraste, la totalidad de los

docentes hombres manifestó una posición intermedia, evidenciando una percepción menos definida sobre la aplicación de estas acciones.

En términos generales, los resultados sugieren que existen diferencias en la valoración de estas estrategias según el sexo del profesorado. Mientras las docentes muestran una percepción más positiva hacia la promoción de normas de convivencia y actividades inclusivas, los docentes hombres presentan una postura más moderada, lo que pone de manifiesto la conveniencia de fortalecer los procesos de capacitación y sensibilización dirigidos a todo el personal. Consolidar prácticas pedagógicas centradas en el respeto, la inclusión y la participación constituye un elemento esencial para prevenir el bullying y favorecer la construcción de entornos educativos seguros, armónicos e inclusivos.

Figura 35.
Relación entre establecer normas de convivencia y actividades que fomenten el respeto y la inclusión entre los estudiantes dentro del aula



Fuente: Elaboración propia.

Discusión

Los resultados obtenidos evidencian que los docentes poseen una percepción favorable respecto a las competencias necesarias para la prevención e intervención del bullying escolar. La mayoría de los participantes reconoció la importancia de mantener una comunicación efectiva con los padres o representantes de los estudiantes involucrados y de establecer normas claras de convivencia dentro del aula. Estos hallazgos reflejan que el profesorado comprende que la participación de las familias y la existencia de reglas de convivencia constituyen elementos esenciales para la detección temprana y el manejo oportuno de situaciones de acoso escolar, contribuyendo al fortalecimiento de un clima educativo seguro e inclusivo.

De igual manera, los resultados revelan un nivel significativo de conocimiento docente en relación con la identificación de las señales de alerta y las diferentes manifestaciones del bullying. Esta capacidad de reconocimiento representa un aspecto relevante, puesto que la detección temprana de las situaciones de riesgo permite desarrollar acciones preventivas y de intervención ajustadas a las necesidades de los estudiantes. Por consiguiente, el dominio de estos conocimientos se configura como un factor determinante para la protección del bienestar emocional y académico de la comunidad estudiantil y para la consolidación de entornos educativos más seguros y protectores

En conclusión, los resultados ponen de manifiesto que el profesorado dispone de conocimientos relacionados con la normativa institucional de convivencia y reconoce las repercusiones que el bullying genera en el desarrollo integral de los estudiantes. Asimismo, la valoración positiva hacia las prácticas orientadas al respeto, la inclusión y la participación

evidencia una disposición favorable para la construcción de una cultura de paz dentro del contexto escolar. En consecuencia, las competencias docentes emergen como un componente estratégico para la prevención de la violencia escolar, en tanto favorecen la implementación de acciones pedagógicas que contribuyen al fortalecimiento de la convivencia, la protección de los derechos de los estudiantes y la consolidación de ambientes educativos inclusivos y libres de toda forma de acoso.

Conclusiones

La evaluación de las competencias docentes para la prevención e intervención ante situaciones de bullying escolar en la Escuela de Educación Básica "Lic. Angélica Villón Lindao" permitió determinar que el profesorado posee un nivel favorable de competencias relacionadas con la identificación, prevención e intervención frente al acoso escolar. Los hallazgos evidencian que los docentes reconocen la importancia de identificar oportunamente las señales de alerta, aplicar la normativa institucional, establecer normas de convivencia y mantener una comunicación permanente con las familias, aspectos que constituyen una base sólida para fortalecer la convivencia escolar y garantizar entornos educativos más seguros e inclusivos.

No obstante, los resultados también ponen de manifiesto la necesidad de fortalecer de manera continua las competencias docentes mediante procesos de capacitación y actualización orientados al desarrollo de estrategias preventivas e intervenciones oportunas frente al bullying. En este sentido, la evaluación realizada aporta evidencia útil para la toma de decisiones institucionales y confirma que el fortalecimiento de

las competencias profesionales del docente constituye un factor determinante para consolidar una cultura de respeto, prevenir la violencia escolar y promover el bienestar integral de los estudiantes.

Referencias bibliográficas

- Anchundia Salazar, A. R., Pozo Chele, J. L., & Delgado Beltrán, R. E. (2023). Factores que inciden en el rendimiento académico de los estudiantes de la carrera de Gestión Social y Desarrollo de la UPSE, 2023. *Universidad y Sociedad*, 15(5), 420–429. <https://rus.ucf.edu.cu/index.php/rus/article/view/4088>
- Baraldsnes, D., & Caravita, S. C. S. (2026). The relations of teacher use of anti-bullying components at classroom and individual levels with teacher and school characteristics. *International Journal of Bullying Prevention*, 8, 20–34. <https://doi.org/10.1007/s42380-024-00284-z>
- Cronbach, L. J. (1951). Coefficient alpha and the internal structure of tests. *Psychometrika*, 16(3), 297–334. <https://doi.org/10.1007/BF02310555>
- Dawes, M., Malamut, S. T., Guess, H., & Lohrbach, E. (2024). Teachers' attitudes toward bullying and intervention responses: A systematic and meta-analytic review. *Educational Psychology Review*, 36, 122. <https://doi.org/10.1007/s10648-024-09951-5>
- Field, A. (2018). *Discovering Statistics Using IBM SPSS Statistics* (5th ed.). SAGE Publications Ltd.
- Fischer, S. M., John, N., & Bilz, L. (2021). Teachers' self-efficacy in preventing and intervening in school bullying: A systematic review. *International Journal of Bullying Prevention*, 3(3), 196–212. <https://doi.org/10.1007/s42380-020-00079-y>

- Gutzwiller-Helfenfinger, E. (2024). Teachers need socio-moral competencies to successfully address bias-based bullying: The case for promoting professional ethos. *Frontiers in Education*, 9. <https://doi.org/10.3389/feduc.2024.1406932>
- Hernández-Sampieri, R., & Mendoza Torres, C. P. (2023). *Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta* (2.^a ed.). McGraw-Hill Education.
- Kollerová, L., Soukup, P., Strohmeier, D., & Caravita, S. C. S. (2021). Teachers' active responses to bullying: Does the school collegial climate make a difference? *European Journal of Developmental Psychology*, 18(6), 912–927. <https://doi.org/10.1080/17405629.2020.1865145>
- Palmera, O. M., Paez, Y. M. V., Vicencio, B. P., & Chele, J. L. P. (2023). Evaluación de la efectividad de las plataformas de aprendizaje en línea para la mejora del rendimiento académico en instituciones de educación superior. *Migration Letters*, 20(S4), 1272–1285. <https://doi.org/10.59670/ml.v20iS4.4602>
- Paz Enrique, L. E., Estrada Jiménez, L. E., & Hernández Alfonso, E. A. (2024). Seminario de edición científica: Iniciativa interinstitucional para la profesionalización de la actividad editorial. *ULEAM Bahía Magazine (UBM)*, 5(8), 140–147. <https://doi.org/10.17613/2dq3-ms92>
- Pozo Chele, J. L. (2023). Percepción de organización y liderazgo del barrio 25 de Septiembre del cantón La Libertad. *Santiago*, número especial, 287–300. <https://santiago.uo.edu.cu/index.php/stgo/article/view/13764/5165>
- Pozo Chele, J. L. (2026). Revisión sistemática de las intervenciones cognitivo-conductuales basadas en mindfulness en la mejora del rendimiento deportivo en jóvenes atletas. *Retos*, 76, 515–527. <https://doi.org/10.47197/retos.v76.118421>

- Schunk, D. H. (2012). *Teorías del aprendizaje: Una perspectiva educativa* (6.^a ed.). Pearson Educación.
- Sung, Y.-H., Valcke, M., & Chen, L.-M. (2021). Exploring teachers' competence in immediately intervening in school bullying: Developing a valid intervening process. *Journal of Psychologists and Counsellors in Schools*, 31(1), 44–63. <https://doi.org/10.1017/jgc.2020.20>
- UNESCO. (2019). *Behind the Numbers: Ending School Violence and Bullying*. United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization. <https://unesdoc.unesco.org/>
- Van Aalst, D. A. E., Huitsing, G., & Veenstra, R. (2025). Understanding teachers' likelihood of intervention in bullying situations: Testing the Theory of Planned Behavior. *International Journal of Bullying Prevention*, 7, 471–481. <https://doi.org/10.1007/s42380-024-00209-w>



CAPÍTULO XI

ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN DOCENTE FRENTE AL ACOSO ESCOLAR EN LA ESCUELA DE EDUCACIÓN BÁSICA PRESIDENTE TAMAYO, PERÍODO 2026

Julissa Lisbeth Tigrero Roca
<https://orcid.org/0009-0000-5577-2153>
julissa.tigreroroca3179@upse.edu.ec
Universidad Península de Santa Elena, (Ecuador).

José Eduardo Magallanes Tigrero
ORCID <https://orcid.org/0009-0000-2985-7567>
jose.magallantigrero1237@upse.edu.ec
Universidad Península de Santa Elena, (Ecuador).

Héctor David Ramírez Costa
<https://orcid.org/0009-0008-3334-9432>
hector.costaramirez7984@upse.edu.ec
Universidad Península de Santa Elena, (Ecuador).

Resumen

El acoso escolar constituye una problemática que afecta el bienestar emocional, social y académico de los estudiantes, por lo que la intervención docente desempeña un papel fundamental en su prevención y atención. El objetivo de esta investigación fue analizar las estrategias de intervención docente frente al acoso escolar en la Escuela de Educación Básica Presidente Tamayo durante el período 2026. El estudio se desarrolló bajo un enfoque cuantitativo, con alcance descriptivo-correlacional. La población estuvo conformada por 30 docentes de las jornadas matutina y vespertina, a quienes se aplicó un cuestionario de 20 ítems en escala Likert, validado por juicio de experto y con una confiabilidad excelente (α de Cronbach = 0,918). Los datos fueron procesados mediante el software IBM SPSS Statistics versión 26, empleando estadística descriptiva e inferencial. Los resultados evidenciaron que la mayoría de los docentes manifestó identificar oportunamente situaciones de acoso escolar, reconocer señales de victimización e intervenir de manera inmediata cuando detectan conductas de hostigamiento. Asimismo, más de la mitad de los participantes consideró haber recibido capacitación para actuar frente a estos casos. Los análisis inferenciales mostraron que el sexo de los docentes no presentó una relación estadísticamente significativa con las estrategias de intervención aplicadas. Sin embargo, la edad sí se relacionó significativamente con la identificación temprana del acoso escolar, el reconocimiento de señales de victimización y la intervención inmediata ante estas situaciones ($p < 0,05$). Se concluye que los docentes poseen una percepción favorable sobre sus competencias para abordar el acoso escolar, aunque resulta necesario fortalecer los procesos de capacitación continua para optimizar las estrategias de prevención e intervención dentro de la institución educativa.

Palabras clave: Acoso escolar; intervención docente; convivencia escolar; prevención del bullying; estrategias educativas; violencia escolar.

Abstract

Bullying is a problem that affects the emotional, social and academic well-being of students, so teacher intervention plays a fundamental role in its prevention and attention. The objective of this research was to analyze teacher intervention strategies against bullying at the Presidente Tamayo Basic Education School during the 2026 period. The study was developed under a quantitative approach, with a descriptive-correlational scope. The population consisted of 30 teachers from the morning and afternoon sessions, to whom a 20-item questionnaire on the Likert scale was applied, validated by expert judgment and with excellent reliability (Cronbach's $\alpha = 0.918$). The data were processed using IBM SPSS Statistics version 26 software, using descriptive and inferential statistics. The results showed that most teachers stated that they identified bullying situations in a timely manner, recognized signs of victimization and intervened immediately when they detected bullying behaviors. Likewise, more than half of the participants considered that they had received training to act in these cases. Inferential analyses showed that the sex of the teachers did not present a statistically significant relationship with the intervention strategies applied. However, age was significantly related to early identification of bullying, recognition of signs of victimization, and immediate intervention in these situations ($p < 0.05$). It is concluded that teachers have a favorable perception of their competencies to address bullying, although it is necessary to strengthen

continuous training processes to optimize prevention and intervention strategies within the educational institution.

Keywords: Bullying; teaching intervention; school coexistence; prevention of bullying; educational strategies; school violence.

Introducción

El acoso escolar (bullying) se define como la exposición repetida y prolongada de un estudiante a conductas agresivas perpetradas por uno o más compañeros en un entorno de desequilibrio de poder evidente. Esta problemática de carácter global involucra una compleja red de actores con perfiles específicos: el agresor, quien suele presentar un rendimiento académico bajo y conductas imitadas de entornos socio-familiares violentos; la víctima, caracterizada comúnmente por una menor independencia y debilidad relacional; y los espectadores, quienes propician la continuidad del maltrato al consolidar un código de silencio por temor a ser victimizados o por colaboración implícita. A través de instrumentos psicométricos como el Auto test Cisneros, se ha logrado categorizar formalmente el fenómeno en subescalas específicas que incluyen maltrato físico, verbal, psicológico y social (exclusión o bloqueo), además de expresiones críticas como la coacción y la restricción sistemática de la comunicación entre pares.

Frente a esta alarmante realidad, la literatura científica resalta a los docentes como agentes fundamentales para la gestión de conflictos, cuya intervención depende en gran medida del desarrollo de sus propias competencias socioemocionales y de las estrategias de afrontamiento que logre implementar. Lazarus y Folkman (1984) dividen operativamente estas respuestas en estrategias dirigidas al

problema —procesos analíticos enfocados en modificar las demandas del entorno— y estrategias centradas en las emociones, orientadas a regular el malestar subjetivo mediante la revaluación cognitiva. Asimismo, bajo el prisma de la Teoría del Comportamiento Planificado (Ajzen, 1991), la eficacia de la praxis pedagógica frente al acoso se encuentra mediada por factores cognitivos y actitudinales interrelacionados: el nivel de conocimiento teórico del profesor sobre el fenómeno, sus actitudes de empatía hacia la víctima, su percepción de autoeficacia para resolver crisis y las normas subjetivas de su entorno laboral.

A nivel nacional, el panorama de la violencia escolar alcanza dimensiones alarmantes en Ecuador, donde datos oficiales indican que el 23% de los estudiantes entre 11 y 18 años sufren de hostigamiento, mientras que investigaciones independientes sitúan la cifra en un preocupante 58.8% de alumnos victimizados durante el último trimestre. Este desfase estadístico expone desafíos estructurales críticos, tales como la densidad excesiva de estudiantes por aula, la falta de denuncias oficiales y una formación docente deficiente en destrezas emocionales, lo que favorece la naturalización de estas conductas. Adicionalmente, la evidencia contextual ecuatoriana revela que las áreas de mayor vulnerabilidad geoespacial para la ocurrencia del hostigamiento son los patios de recreo (33.3%), los baños (26.7%) y los vestidores o camarines (20%), localizaciones críticas que demandan estrategias de vigilancia focalizada.

Esta problemática se manifiesta de forma concreta en la Escuela de Educación Básica Presidente Tamayo para el período 2026, donde el diagnóstico situacional proyecta altos índices de conflictividad relacional. Estudios psicométricos regionales en instituciones similares indican que el índice

global de acoso escolar puede alcanzar niveles altos en el 56% de una muestra áulica, reportando picos del 50% en intensidad y del 63% en escalas de coacción y restricción de la comunicación entre pares. El problema medular en la institución radica en que el cuerpo docente carece de un portafolio de estrategias estructuradas e integrales, limitando su accionar a respuestas meramente reactivas o sancionatorias que no resuelven la raíz del maltrato. De no mitigarse de manera oportuna, la persistencia de estas conductas seguirá traducándose en el aislamiento social de las víctimas, la disminución de su rendimiento académico y graves perjuicios en su salud mental y emocional durante el ciclo 2026.

Por consiguiente, el presente capítulo de libro se fija como objetivo general analizar las estrategias de intervención docente frente al acoso escolar implementadas en la Escuela de Educación Básica Presidente Tamayo durante el período 2026, evaluando los factores cognitivo-actitudinales que determinan su aplicación y su alineación con la evidencia científica. De manera específica, la investigación busca identificar los métodos que los docentes utilizan para prevenir, detectar y abordar el hostigamiento en las aulas; evaluar cómo influyen su conocimiento, actitudes, autoeficacia y normas subjetivas en la decisión de intervenir; y caracterizar el índice, intensidad y subescalas del acoso escolar para delimitar las brechas operativas respecto a los modelos de intervención integral validados por la ciencia psicopedagógica.

Este estudio radica en su relevancia social y viabilidad metodológica, puesto que el acoso daña severamente la integridad física, psicológica y social de los estudiantes en sus etapas formativas básicas. Desde la perspectiva técnico-pedagógica y práctica, la implementación de talleres docentes basados en el aprendizaje emocional y la resolución pacífica de

conflictos cuenta con una efectividad demostrada de hasta un 90% en entornos escolares, logrando disminuir el índice global alto de acoso en un 37%. Al capacitar a los maestros de la Escuela Presidente Tamayo en el fortalecimiento de la autoestima áulica, estilos de comunicación asertiva y el fomento del apoyo social coordinado, se dota a la institución de un sistema de respuesta claro y preventivo, cuyos hallazgos teóricos generarán lecciones transferibles y aplicables a otras escuelas del país que enfrentan desafíos similares en la convivencia escolar.

Materiales y Métodos

La presente investigación se enmarcó bajo un enfoque cuantitativo, con alcance descriptivo correlacional. El estudio tuvo como propósito analizar las estrategias de intervención docente frente al acoso escolar en la Escuela de Educación Básica Presidente Tamayo durante el período 2026. La población estuvo conformada por 30 docentes pertenecientes a las jornadas matutina y vespertina de la institución educativa, por lo que se trabajó con la totalidad de los participantes mediante un censo poblacional, garantizando la representatividad de la información recopilada.

Para la recolección de datos se empleó un cuestionario estructurado de 20 ítems elaborado en escala tipo Likert de cinco opciones de respuesta, distribuidas desde “Totalmente en desacuerdo” hasta “Totalmente de acuerdo”. El instrumento fue sometido a un proceso de validación por juicio de experto, quien evaluó la pertinencia, claridad y coherencia de cada uno de los ítems en relación con los objetivos de la investigación. Posteriormente, se determinó la confiabilidad del cuestionario mediante el coeficiente alfa de Cronbach,

obteniéndose un valor de 0,918, indicador que evidencia una consistencia interna excelente y garantiza la fiabilidad de las mediciones realizadas.

La aplicación del instrumento se efectuó de manera directa a los docentes participantes, respetando los principios éticos de confidencialidad y voluntariedad. Los datos obtenidos fueron codificados y tabulados utilizando el software estadístico IBM SPSS Statistics versión 26. Para el análisis de la información se empleó estadística descriptiva mediante frecuencias, porcentajes, medias y desviaciones estándar, así como procedimientos inferenciales orientados a determinar la relación existente entre las variables estudiadas. Los resultados obtenidos permitieron describir el comportamiento de las estrategias de intervención docente y establecer su asociación con los factores vinculados al acoso escolar dentro del contexto educativo investigado.

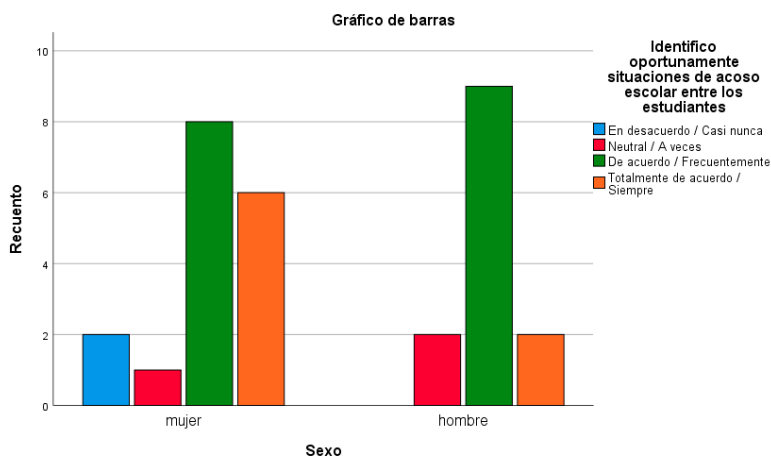
Resultados

Los resultados evidencian que la mayoría de los docentes manifestó una percepción favorable respecto a su capacidad para identificar oportunamente situaciones de acoso escolar dentro del contexto educativo. En conjunto, el 83,3 % de los participantes consideró que posee las competencias necesarias para reconocer este tipo de problemáticas, lo que refleja un elevado nivel de autopercepción sobre la detección temprana de conductas de acoso. Esta valoración positiva fue similar entre docentes de ambos sexos, mostrando una distribución homogénea de las respuestas.

El análisis mediante la prueba de chi-cuadrado de Pearson indicó que no existe una asociación estadísticamente significativa entre el sexo de los docentes y la identificación

oportuna de situaciones de acoso escolar ($\chi^2 = 3,929$; $gl = 3$; $p = 0,269$). Este resultado sugiere que la capacidad percibida para reconocer casos de acoso escolar no depende del sexo del profesorado, sino que constituye una competencia compartida entre hombres y mujeres de la Escuela de Educación Básica Presidente Tamayo durante el período 2026.

Figura 36.
Identificación de situaciones de acoso escolar según el sexo de los docentes



Fuente: Elaboración propia.

Los resultados del análisis de asociación evidencian que no existe una relación estadísticamente significativa entre el sexo de los docentes, la identificación oportuna de situaciones de acoso escolar y la aplicación de estrategias de mediación para prevenir la violencia escolar. La prueba de chi-cuadrado de Pearson mostró un valor de $\chi^2 = 3,929$ con 3 grados de libertad y un nivel de significancia de $p = 0,269$, indicando que las diferencias observadas entre docentes hombres y mujeres pueden atribuirse al azar y no reflejan una asociación entre las variables analizadas.

De manera complementaria, la razón de verosimilitud ($\chi^2 = 4,729$; gl = 3; p = 0,193) confirmó la ausencia de una asociación estadísticamente significativa, mientras que la prueba de asociación lineal por lineal ($\chi^2 = 0,039$; gl = 1; p = 0,843) evidenció que tampoco existe una tendencia lineal entre las variables estudiadas. En conjunto, estos resultados permiten inferir que la capacidad percibida para identificar oportunamente situaciones de acoso escolar y aplicar estrategias de mediación se presenta de manera similar en docentes de ambos sexos, por lo que el sexo no constituye un factor determinante en estas competencias dentro de la Escuela de Educación Básica Presidente Tamayo durante el período 2026.

Tabla 18
Acoso escolar y la aplicación de estrategias de mediación

Prueba estadística	Valor	gl	p	Interpretación
chi-cuadrado de Pearson	3,929	3	0,269	No existe asociación significativa
Razón de verosimilitud	4,729	3	0,193	No existe asociación significativa
Asociación lineal por lineal	0,039	1	0,843	No existe tendencia lineal significativa
N de casos válidos	30	-	-	Total de participantes

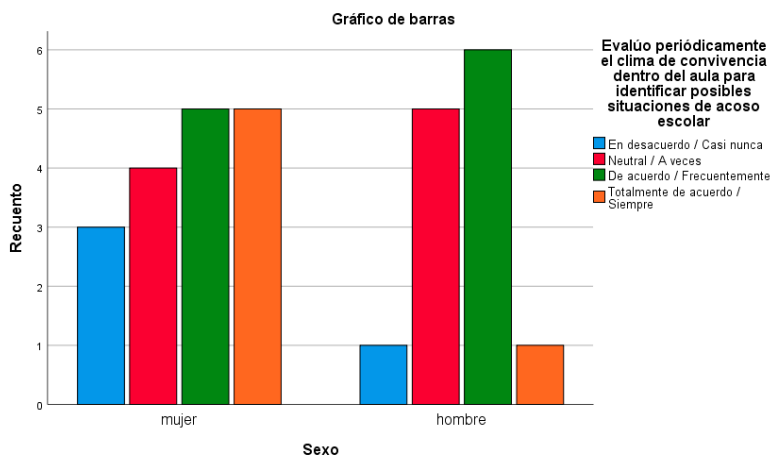
Fuente: Elaboración propia.

Los resultados evidencian que la mayoría de los docentes manifestó evaluar periódicamente el clima de convivencia en el aula como una estrategia para identificar posibles situaciones de acoso escolar. En conjunto, el 56,7 % de los participantes expresó una percepción favorable hacia esta práctica, lo que refleja una tendencia positiva en la implementación de acciones preventivas orientadas al

monitoreo del ambiente escolar. Aunque se observaron ligeras diferencias en la distribución de las respuestas entre docentes hombres y mujeres, estas variaciones fueron de escasa magnitud y no modifican el patrón general observado en la muestra.

El análisis mediante la prueba de chi-cuadrado de Pearson indicó que no existe una asociación estadísticamente significativa entre el sexo de los docentes y la evaluación periódica del clima de convivencia para identificar posibles situaciones de acoso escolar ($\chi^2 = 3,396$; $gl = 3$; $p = 0,335$). Estos resultados sugieren que la aplicación de esta práctica preventiva es similar entre hombres y mujeres, por lo que el sexo no constituye un factor determinante en la evaluación del clima escolar como mecanismo para la detección temprana de conductas de acoso en la Escuela de Educación Básica Presidente Tamayo durante el período 2026.

Figura 37.
Evaluación periódica del clima de convivencia según el sexo de los docentes



Fuente: Elaboración propia.

Los resultados evidencian que más de la mitad de los docentes percibe haber recibido capacitación para actuar frente a situaciones de acoso escolar. En conjunto, el 53,3 % de los participantes manifestó una valoración favorable sobre la formación recibida, mientras que el 26,6 % expresó una percepción desfavorable y el 20,0 % mantuvo una posición intermedia. Estos resultados sugieren que, aunque existe una apreciación positiva respecto a las competencias adquiridas para intervenir ante casos de violencia escolar, una proporción importante del profesorado considera que su preparación aún es insuficiente o limitada.

Tabla 19
Capacitación recibida para actuar frente a situaciones de acoso escolar

Respuesta	Frecuencia	Porcentaje (%)
Totalmente en desacuerdo / Nunca	4	13,3
En desacuerdo / Casi nunca	4	13,3
Neutral / A veces	6	20,0
De acuerdo / Frecuentemente	6	20,0
Totalmente de acuerdo / Siempre	10	33,3
Total	30	100,0

Fuente: Elaboración propia.

Los estadísticos descriptivos respaldan esta tendencia al registrar una media de 3,47, una mediana de 4,00 y una moda de 5,00, lo que indica una inclinación general hacia valoraciones favorables de la capacitación recibida. No obstante, la desviación estándar de 1,432 refleja una variabilidad moderada en las respuestas, evidenciando diferencias en las experiencias formativas de los docentes. En consecuencia, los resultados ponen de manifiesto la necesidad

de fortalecer los programas de capacitación continua en prevención, detección e intervención frente al acoso escolar, con el propósito de garantizar que todo el personal docente disponga de competencias homogéneas para afrontar eficazmente estas situaciones dentro del contexto educativo.

Los resultados evidencian que la edad de los docentes se asocia con las competencias relacionadas con la detección temprana del acoso escolar. Se observó una mayor concentración de respuestas favorables entre los docentes de 36 a 47 años y 48 a 60 años, quienes manifestaron con mayor frecuencia reconocer las señales de victimización e identificar oportunamente situaciones de acoso escolar. En contraste, los docentes de 20 a 35 años presentaron una mayor variabilidad en sus respuestas, reflejando una percepción menos homogénea respecto a estas competencias.

Tabla 20
Acoso escolar y el reconocimiento de señales de victimización

Estadístico	Valor
chi-cuadrado de Pearson (χ^2)	13,463
Grados de libertad (gl)	6
Significación (p)	0,036
Razón de verosimilitud	13,811
Significación (p)	0,032
N de casos válidos	30
Interpretación	Existe una asociación estadísticamente significativa entre la edad y las competencias para reconocer e identificar situaciones de acoso escolar.

Fuente: Elaboración propia.

El análisis mediante la prueba de chi-cuadrado de Pearson confirmó la existencia de una asociación estadísticamente significativa entre la edad de los docentes y las competencias

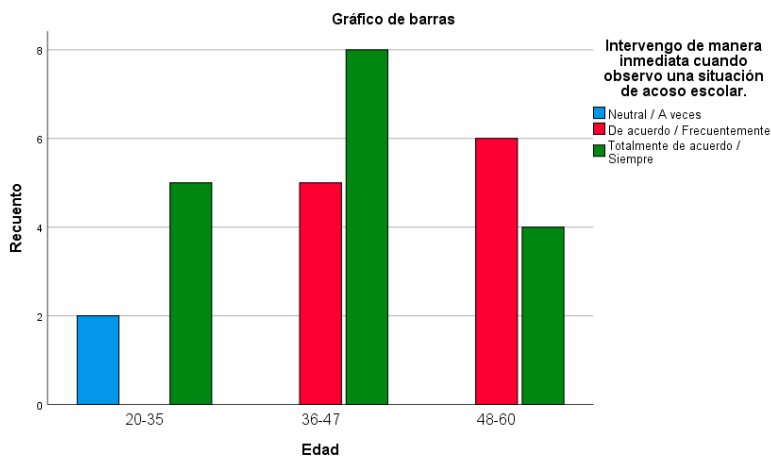
para reconocer señales de victimización e identificar oportunamente situaciones de acoso escolar ($\chi^2 = 13,463$; gl = 6; $p = 0,036$). De manera consistente, la razón de verosimilitud también mostró resultados significativos ($\chi^2 = 13,811$; $p = 0,032$), reforzando la evidencia de una relación entre las variables estudiadas. Estos hallazgos permiten inferir que la edad, y posiblemente la experiencia profesional asociada a ella, constituye un factor que favorece el desarrollo de habilidades para la detección temprana del acoso escolar, aspecto fundamental para implementar intervenciones preventivas oportunas dentro del entorno educativo.

Los resultados evidencian que la mayoría de los docentes manifestó una actitud favorable hacia la intervención inmediata cuando identifica situaciones de acoso escolar. En conjunto, el 93,4 % de los participantes expresó una valoración positiva de esta práctica, lo que refleja un elevado compromiso del profesorado con la atención oportuna de los casos de violencia escolar. Aunque se observaron diferencias en la distribución de las respuestas entre los distintos grupos etarios, el patrón general muestra que la disposición para intervenir es alta en todos los rangos de edad evaluados.

El análisis mediante la prueba de chi-cuadrado de Pearson confirmó la existencia de una asociación estadísticamente significativa entre la edad de los docentes y la intervención inmediata ante situaciones de acoso escolar ($\chi^2 = 11,448$; gl = 4; $p = 0,022$). De forma consistente, la razón de verosimilitud también evidenció una relación significativa ($p = 0,011$), respaldando la asociación entre ambas variables. Estos resultados permiten inferir que la edad, y la experiencia profesional que suele acompañarla, influye en la forma en que los docentes responden frente a episodios de acoso escolar,

favoreciendo una mayor seguridad y rapidez en la toma de decisiones para la atención de estas situaciones.

Figura 38.
Intervención inmediata ante situaciones de acoso escolar según la edad de los docentes



Fuente: Elaboración propia.

Discusión

Los resultados obtenidos evidencian que los docentes de la Escuela de Educación Básica Presidente Tamayo presentan una percepción favorable sobre sus competencias para identificar e intervenir ante situaciones de acoso escolar. La mayoría manifestó reconocer oportunamente conductas de hostigamiento, aplicar estrategias de mediación y responder de manera inmediata cuando detecta episodios de violencia entre estudiantes. Además, la ausencia de asociaciones estadísticamente significativas entre el sexo y estas competencias sugiere que la capacidad para prevenir e intervenir frente al acoso escolar se distribuye de manera homogénea entre hombres y mujeres. Estos hallazgos

coinciden con lo planteado por la UNESCO (2023), que señala que la eficacia de las acciones preventivas depende principalmente de la formación profesional, la cultura institucional y el compromiso del personal docente, más que de características sociodemográficas. Asimismo, Olweus (1993) sostiene que la detección temprana y la intervención inmediata del profesorado constituyen elementos esenciales para reducir la incidencia del acoso escolar y promover un clima de convivencia seguro.

En relación con la formación del profesorado, los resultados muestran que, aunque más de la mitad de los docentes considera haber recibido capacitación para actuar frente a situaciones de acoso escolar, aún persiste un grupo importante que manifiesta percepciones neutras o desfavorables respecto a su preparación. Esta situación evidencia la necesidad de fortalecer los programas de formación continua orientados al desarrollo de competencias específicas para la prevención, identificación e intervención frente al bullying. En este sentido, Salmivalli (2014) destaca que la capacitación sistemática del profesorado incrementa la eficacia de las estrategias preventivas y favorece respuestas más oportunas ante situaciones de violencia entre pares. De igual manera, UNICEF (2021) enfatiza que la actualización permanente del personal docente fortalece la capacidad institucional para generar ambientes escolares protectores, inclusivos y libres de violencia, consolidando una cultura de respeto y convivencia pacífica.

Los análisis inferenciales demostraron que la edad constituye un factor asociado significativamente con las competencias relacionadas con la detección e intervención frente al acoso escolar. Los docentes de mayor edad presentaron respuestas más favorables en el reconocimiento de

señales de victimización, la identificación oportuna de casos y la intervención inmediata, lo que sugiere que la experiencia profesional acumulada fortalece estas habilidades. Estos resultados son consistentes con los planteamientos de Ttofi y Farrington (2011), quienes señalan que la experiencia docente favorece el reconocimiento de patrones de comportamiento asociados al acoso escolar y mejora la toma de decisiones durante la intervención. En consecuencia, los hallazgos respaldan la conveniencia de implementar estrategias institucionales de mentoría y aprendizaje colaborativo entre docentes con diferente trayectoria profesional, con el propósito de transferir conocimientos prácticos, fortalecer las competencias preventivas y consolidar una respuesta institucional más efectiva frente al acoso escolar.

Conclusiones

Los resultados del estudio permiten concluir que los docentes de la Escuela de Educación Básica Presidente Tamayo presentan un nivel favorable de competencias para la identificación e intervención frente a situaciones de acoso escolar. La mayoría manifestó reconocer oportunamente las señales de victimización, evaluar el clima de convivencia, aplicar estrategias de mediación e intervenir de forma inmediata ante episodios de violencia entre estudiantes. Asimismo, los análisis estadísticos evidenciaron que el sexo de los docentes no influye significativamente en estas competencias, lo que indica que las capacidades para prevenir y atender el acoso escolar se distribuyen de manera homogénea entre hombres y mujeres. No obstante, aunque predominó una percepción positiva sobre la capacitación recibida, se identificó un grupo de docentes que considera insuficiente su formación,

evidenciando la necesidad de fortalecer los procesos de actualización profesional en esta temática.

Por otra parte, la investigación confirmó que la edad constituye un factor asociado significativamente con las competencias para reconocer señales de acoso escolar e intervenir oportunamente ante estas situaciones. Los docentes de mayor edad presentaron una percepción más favorable respecto a estas habilidades, lo que sugiere que la experiencia profesional contribuye al desarrollo de mejores capacidades para la detección temprana y la toma de decisiones frente a la violencia escolar. En este contexto, se recomienda implementar programas permanentes de capacitación, acompañamiento y mentoría entre docentes, promoviendo el intercambio de experiencias y el fortalecimiento de estrategias preventivas que permitan consolidar una cultura institucional orientada a la convivencia pacífica, la protección integral de los estudiantes y la prevención efectiva del acoso escolar.

Referencias bibliográficas

- Ajzen, I. (1991). The theory of planned behavior. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 50(2), 179–211. [https://doi.org/10.1016/0749-5978\(91\)90020-T](https://doi.org/10.1016/0749-5978(91)90020-T)
- Anchundia Salazar, A. R., Pozo Chele, J. L., & Delgado Beltrán, R. E. (2023). Factores que inciden en el rendimiento académico de los estudiantes de la carrera de Gestión Social y Desarrollo de la UPSE, 2023. *Universidad y Sociedad*, 15(5), 420–429. <https://rus.ucf.edu.cu/index.php/rus/article/view/4088>
- Collier, R., Sullivan, K., & Cleary, M. (2025). Teachers' likelihood of intervening in bullying: The influence of

- bullying type, teacher empathy, and school climate. *School Psychology International*.
<https://journals.sagepub.com/home/spi>
- Garandeau, C. F., Laninga-Wijnen, L., & Salmivalli, C. (2025). Teacher empathy and classroom bullying: A multi-level analysis of intervention likelihood. *Journal of School Psychology*.
<https://www.sciencedirect.com/journal/journal-of-school-psychology>
- García-Bacete, F. J., Milian-Moro, A., & Marande, G. (2024). La respuesta del profesorado ante el acoso escolar: Variables asociadas a la intervención activa. *Psicología Educativa*.
<https://journals.copmadrid.org/psed/>
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer Publishing Company.
- Mendoza-González, B., Cervantes-Herrera, A., & Pedroza-Cabrera, F. (2022). Estrategias de intervención docente para la prevención del acoso escolar (bullying) en educación básica. *Revista Mexicana de Investigación Educativa*.
<https://www.comie.org.mx/v5/sitio/portal/rmie/>
- Ministerio de Educación del Ecuador, & UNICEF. (2018). *Violencia escolar y acoso en el sistema educativo ecuatoriano: Un análisis de sus determinantes*. UNICEF.
- Palmera, O. M., Páez, Y. M. V., Vicencio, B. P., & Pozo Chele, J. L. (2023). Evaluación de la efectividad de las plataformas de aprendizaje en línea para la mejora del rendimiento académico en instituciones de educación superior. *Migration Letters*, 20(S4), 1272–1285.
<https://doi.org/10.59670/ml.v20iS4.4602>
- Piñuel, I., & Oñate, A. (2005). Auto-test Cisneros de acoso escolar. Instituto de Innovación Educativa y Desarrollo Directivo (IIEDD).

- Pozo Chele, J. L. (2023). Percepción de organización y liderazgo del barrio 25 de Septiembre del cantón La Libertad. Santiago, número especial, 287–300. <https://santiago.uo.edu.cu/index.php/stgo/article/view/13764/5165>
- Pozo Chele, J. L. (2026). Revisión sistemática de las intervenciones cognitivo-conductuales basadas en mindfulness en la mejora del rendimiento deportivo en jóvenes atletas. Retos, 76, 515–527. <https://doi.org/10.47197/retos.v76.118421>
- Rigby, K., & Bauman, S. (2023). Teachers' practices in response to school bullying: An observational and self-report study. International Journal of Bullying Prevention. <https://www.springer.com/journal/42380>
- UNICEF Ecuador. (2017). Una perspectiva analítica de la violencia entre pares en instituciones educativas públicas y privadas del Ecuador. UNICEF.
- Valdés-Cuervo, A. A., Martínez-Ferrer, B., & Carlos-Guzmán, E. A. (2022). Eficacia de los programas de intervención docente para la resolución de conflictos y acoso escolar. Revista de Psicodidáctica. <https://www.ehu.eus/ojs/index.php/psicodidactica>
- Wachs, S., Bilz, L., & Fischer, S. (2023). Teachers' self-efficacy and responses to school bullying: The moderating role of teacher-student relationship. Journal of School Violence. <https://www.tandfonline.com/toc/wjsv20/current>
- Yubero, S., Larrañaga, E., & Navarro, R. (2021). Teacher intervention in school bullying: A systematic review. Frontiers in Psychology. <https://www.frontiersin.org/journals/psychology>



CAPÍTULO XII

EL IMPACTO DEL CIBERACOSO EN LA AUTOESTIMA DE ESTUDIANTES DE SEGUNDO SEMESTRE DE PSICOLOGÍA DE LA UPSE

Damaris Carolina Galarza Calderon
<https://orcid.org/0009-0008-4837-0082>
damaris.galarzacalderon9170@upse.edu.ec
Universidad Estatal Península de Santa Elena, (Ecuador).

Grecia Lisset Rosales Mirabá
<https://orcid.org/0009-0006-2847-9684>
grecia.rosalesmiraba5463@upse.edu.ec
Universidad Estatal Península de Santa Elena, (Ecuador).

Karely Natalia Quijije Santana
<https://orcid.org/0009-0004-4954-9720>
karely.quijijesantana4231@upse.edu.ec
Universidad Estatal Península de Santa Elena, (Ecuador).

Camila Arlette Ortega Briones
<https://orcid.org/0009-0004-7214-0480>
camila.ortegabriones7958@upse.edu.ec
Universidad Estatal Península de Santa Elena, (Ecuador).

Resumen

El ciberacoso se ha convertido en una problemática creciente dentro de los entornos universitarios debido al uso constante de las tecnologías de la información y la comunicación, afectando el bienestar psicológico y la autoestima de los estudiantes. El objetivo de esta investigación fue analizar el impacto del ciberacoso en la autoestima de los estudiantes de segundo semestre de Psicología de la Universidad Estatal Península de Santa Elena (UPSE). Se desarrolló un estudio con enfoque cuantitativo, de alcance descriptivo y exploratorio, en una población de 222 estudiantes seleccionados mediante un muestreo no probabilístico por participación voluntaria. Para la recolección de datos se aplicó un cuestionario de 15 ítems con escala tipo Likert, cuya confiabilidad alcanzó un alfa de Cronbach de 0,875. Los datos fueron procesados mediante el software SPSS utilizando estadística descriptiva e inferencial. Los resultados evidenciaron asociaciones estadísticamente significativas entre el sexo y la recepción de mensajes ofensivos, así como entre el sexo y las burlas repetidas en plataformas digitales. Asimismo, se identificó una correlación positiva débil, pero significativa, entre la percepción del impacto de los comentarios negativos en redes sociales sobre el estado emocional y la satisfacción con la propia persona. En conclusión, el ciberacoso constituye un factor que influye en el bienestar emocional y la autoestima de los estudiantes universitarios, por lo que resulta necesario fortalecer estrategias institucionales de prevención, sensibilización y apoyo psicológico que promuevan entornos digitales seguros y una adecuada salud mental.

Palabras clave: ciberacoso, autoestima, estudiantes universitarios, redes sociales, salud mental.

Abstract

Cyberbullying has become a growing problem in university settings due to the widespread use of information and communication technologies, affecting students' psychological well-being and self-esteem. The objective of this study was to analyze the impact of cyberbullying on the self-esteem of second-semester Psychology students at the Universidad Estatal Península de Santa Elena (UPSE). A quantitative study with a descriptive and exploratory scope was conducted involving 222 students selected through non-probability voluntary sampling. Data were collected using a 15-item Likert-scale questionnaire with a Cronbach's alpha coefficient of 0.875, demonstrating adequate reliability. The information was analyzed using SPSS through descriptive and inferential statistical techniques. The findings revealed statistically significant associations between gender and the receipt of offensive messages, as well as between gender and repeated mockery on digital platforms. In addition, a weak but statistically significant positive correlation was found between the perceived emotional impact of negative comments on social media and satisfaction with oneself. In conclusion, cyberbullying represents a factor that negatively influences university students' emotional well-being and self-esteem, highlighting the need to strengthen institutional prevention strategies, awareness programs, and psychological support to promote safer digital environments and better mental health.

Keywords: cyberbullying, self-esteem, university students, social media, mental health.

Introducción

El desarrollo acelerado de las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC) ha transformado profundamente las formas de interacción social, especialmente entre los jóvenes universitarios, quienes utilizan de manera cotidiana internet, redes sociales y aplicaciones de mensajería para comunicarse, estudiar y construir relaciones interpersonales. Sin embargo, junto con los beneficios asociados a estas herramientas digitales, han surgido dinámicas de hostigamiento que se trasladan por completo a los espacios virtuales. En este escenario digital cobra una relevancia crítica el fenómeno del ciberacoso, entendido como la principal manifestación de acoso en línea que afecta de forma directa el bienestar psicológico y la estabilidad de los estudiantes dentro del entorno educativo (Triviño y García, 2025).

Por otra parte, la autoestima constituye la valoración afectiva y cognitiva que el estudiante realiza de sí mismo y de sus capacidades, actuando como uno de los factores predictivos más fuertes para el desarrollo personal, la toma de decisiones y el ajuste adaptativo de los jóvenes. En el ámbito de la educación superior, se ha evidenciado que la configuración de una autopercepción positiva es un pilar fundamental que influye en la persistencia y en la manera en que los individuos interactúan y se posicionan dentro de sus respectivos entornos académicos (Gamarra et al., 2023).

La literatura científica contemporánea indica que la relación entre la cibervictimización y la percepción de valía personal es interactiva y compleja dentro de la educación superior. Un autoconcepto debilitado o inestable incrementa el riesgo de que el estudiante tolere interacciones hostiles en línea, mientras que la exposición constante a agresiones mediadas por pantallas

deteriora de manera drástica y sistemática los niveles de autoestima del estudiantado (Sánchez, 2026).

Durante la etapa universitaria, que representa un período de transición crítico caracterizado por importantes cambios académicos, sociales y personales, los jóvenes consolidan su identidad y autonomía. Las evidencias recolectadas en las aulas demuestran que el desconocimiento de las graves consecuencias psicosociales del acoso cibernético incrementa la vulnerabilidad de los alumnos, generando un impacto negativo directo que menoscaba tanto la integridad psicológica general como el autoconcepto de los estudiantes (Torres et al., 2023). Esto se vuelve particularmente sensible en los primeros semestres de la carrera, donde los estudiantes afrontan el reto de adaptarse a la cultura universitaria y definir su autoconcepto profesional.

Al analizar esta problemática a nivel local dentro del contexto de Ecuador, la cultura digital imperante entre los universitarios actúa como un escenario transversal donde las plataformas de mensajería y redes sociales se transforman en canales de hostigamiento frecuente, modificando las dinámicas de interrelación. Esta situación crítica se ve fuertemente agravada por la persistencia de vacíos normativos y procedimentales dentro del marco institucional de las universidades del país, las cuales carecen aún de mecanismos internos claros y tipificaciones específicas para prevenir, sancionar y mitigar el impacto del ciberacoso sobre la salud mental y la autoestima de sus estudiantes (Triviño y García, 2025).

En este escenario, resulta imperativo profundizar en el estudio del ciberacoso y su estrecha relación con la autoestima de los estudiantes universitarios en el entorno ecuatoriano, con el propósito de comprender la magnitud de sus efectos

cruzados y contribuir al diseño de estrategias preventivas orientadas a promover entornos virtuales seguros. El presente capítulo aborda esta problemática desde una perspectiva teórica y empírica, respondiendo a la necesidad de evaluar el impacto del ciberacoso en la autoestima de estudiantes de segundo semestre de Psicología de la Universidad Estatal Península de Santa Elena (UPSE), analizando las implicaciones directas que posee este fenómeno sobre la autopercepción de los futuros profesionales de la salud mental dentro de su realidad local.

Materiales y métodos

La presente investigación se desarrolló bajo un enfoque cuantitativo, con un alcance descriptivo y correlacional, mediante un diseño no experimental de corte transversal, con el propósito de analizar la relación entre el ciberacoso y la autoestima en estudiantes de segundo semestre de la carrera de Psicología de la Universidad Estatal Península de Santa Elena (UPSE). La población estuvo conformada por 222 estudiantes, con edades comprendidas entre los 18 y 35 años, distribuidos en los cuatro paralelos del segundo semestre. Se empleó un muestreo no probabilístico por conveniencia, considerando la participación voluntaria de los estudiantes que aceptaron formar parte de la investigación.

Para la recolección de la información se utilizó un cuestionario estructurado de 15 ítems en escala tipo Likert, diseñado para evaluar las variables ciberacoso y autoestima. El instrumento fue sometido a un proceso de validación por juicio de experto para garantizar su pertinencia, claridad y coherencia metodológica, obteniéndose posteriormente un coeficiente alfa de Cronbach de 0,875, valor que evidencia una

alta consistencia interna y confirma la confiabilidad del instrumento para su aplicación en la población de estudio.

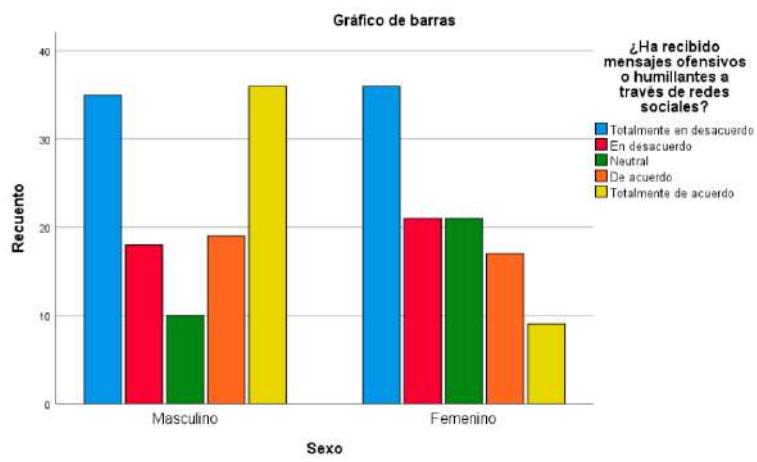
La información fue recopilada mediante un formulario digital elaborado en Google Forms, garantizando la participación voluntaria, el anonimato y la confidencialidad de los datos proporcionados por los participantes. Posteriormente, la base de datos fue organizada, codificada y procesada mediante el software IBM SPSS Statistics. El análisis comprendió estadística descriptiva, utilizando frecuencias, porcentajes y tablas de contingencia para caracterizar las variables, así como estadística inferencial mediante la prueba de chi-cuadrado de Pearson y el coeficiente de correlación de Pearson para determinar la existencia e intensidad de la relación entre el ciberacoso y la autoestima, estableciendo un nivel de significancia de $p < 0,05$.

Resultados

Se evidencia una asociación estadísticamente significativa entre el sexo y la recepción de mensajes ofensivos o humillantes a través de redes sociales ($\chi^2 = 19,654$; $gl = 4$; $p = 0,001$), lo que indica que la experiencia de recibir este tipo de mensajes difiere según el sexo de los estudiantes. El análisis se realizó con un total de 222 casos válidos y cumplió con los supuestos estadísticos, ya que ninguna casilla presentó frecuencias esperadas menores a cinco. De acuerdo con el gráfico de barras, tanto hombres como mujeres mostraron una alta frecuencia de respuestas en la categoría "Totalmente en desacuerdo", lo que sugiere que una proporción importante manifestó no haber recibido mensajes ofensivos; sin embargo, se observaron diferencias entre ambos grupos, destacando una mayor frecuencia de respuestas "Totalmente de acuerdo" en los

hombres, mientras que en las mujeres predominaron las respuestas intermedias. En conjunto, estos resultados evidencian una relación significativa entre el sexo y la percepción de haber recibido mensajes ofensivos o humillantes mediante redes sociales en la población estudiada.

Figura 39.
Relación entre el sexo y la recepción de mensajes ofensivos o humillantes a través de redes sociales.

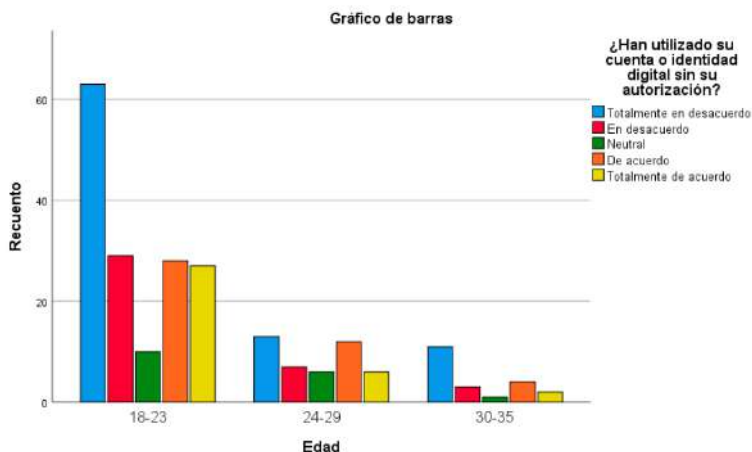


Fuente: Elaboración propia.

Se indica que no existe una asociación estadísticamente significativa entre la edad de los estudiantes y el hecho de que hayan utilizado su cuenta o identidad digital sin autorización ($\chi^2 = 7,308$; $gl = 8$; $p = 0,504$). La razón de verosimilitud (6,959; $p = 0,541$) y la asociación lineal por lineal (0,096; $p = 0,757$) confirmaron la ausencia de una relación significativa entre ambas variables. Aunque el gráfico de barras muestra que el grupo de 18 a 23 años concentra la mayor cantidad de respuestas debido a que representa la mayor proporción de la muestra, las diferentes categorías de respuesta presentan un comportamiento similar en los tres grupos de edad, sin evidenciar diferencias relevantes. El análisis se realizó con 222

casos válidos; sin embargo, debe considerarse que el 33,3 % de las casillas presentó frecuencias esperadas menores a cinco, con un recuento mínimo esperado de 1,61, por lo que los resultados deben interpretarse con cautela.

Figura 40.
Relación entre la edad y el uso de la cuenta o identidad digital sin autorización



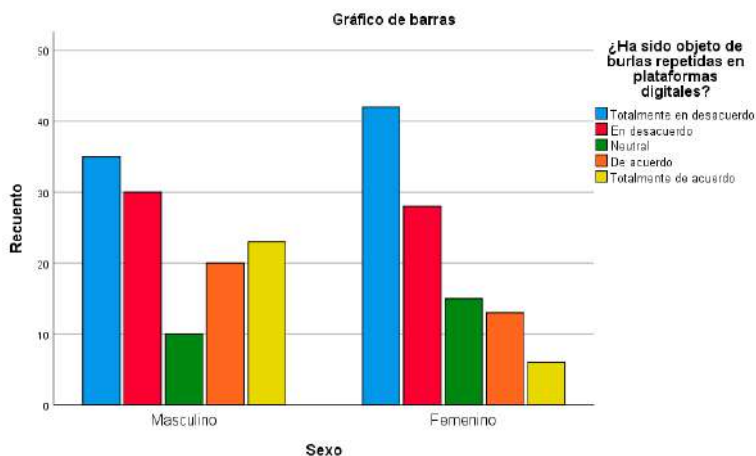
Fuente: Elaboración propia.

Con el propósito de determinar la relación entre el sexo y el hecho de haber sido objeto de burlas repetidas en plataformas digitales, se aplicó la prueba de chi-cuadrado de Pearson. Los resultados evidenciaron una asociación estadísticamente significativa entre ambas variables ($\chi^2 = 12,322$; $gl = 4$; $p = 0,015$), lo que indica que la experiencia de haber sido víctima de burlas repetidas en plataformas digitales difiere según el sexo de los estudiantes. De igual manera, la razón de verosimilitud obtuvo un valor de 12,959 ($p = 0,011$) y la asociación lineal por lineal presentó un valor de 8,182 ($p = 0,004$), confirmando la existencia de una relación significativa entre las variables analizadas. El análisis se realizó con un total de 222 casos válidos y cumplió con los supuestos estadísticos de la prueba, ya que ninguna casilla presentó frecuencias esperadas

inferiores a cinco, siendo el recuento mínimo esperado de 11,71.

Figura 41.

Relación entre el sexo y el hecho de haber sido objeto de burlas repetidas en plataformas digitales



Fuente: Elaboración propia.

Se analizó la relación entre el grado en que afecta la opinión negativa de otras personas y la satisfacción con la propia persona. Los resultados de las medidas simétricas evidenciaron que no existe una correlación estadísticamente significativa entre ambas variables. En el análisis global de los 222 estudiantes, el coeficiente de correlación de Pearson fue de $r = -0,038$ ($p = 0,576$) y el coeficiente de correlación de Spearman fue de $\rho = -0,055$ ($p = 0,414$). Ambos coeficientes reflejan una correlación negativa muy débil y no significativa, por lo que no existe evidencia suficiente para afirmar que la satisfacción con la propia persona se relaciona con el grado en que afecta la opinión negativa de otras personas en la muestra estudiada.

Tabla 21
Relación entre la opinión negativa de otras personas y la satisfacción con la propia persona

Variables analizadass	Medida	Coefficiente	P-valor	Interpretación
¿Le afecta demasiado la opinión negativa de otras personas? – ¿Se siente satisfecho(a) con la persona que es?	Correlación de Pearson (r)	-0,038	0,576	Correlación negativa muy débil, no significativa
¿Le afecta demasiado la opinión negativa de otras personas? – ¿Se siente satisfecho(a) con la persona que es?	Correlación de Spearman (q)	-0,055	0,414	Correlación negativa muy débil, no significativa
Casos válidos	N	222	—	Muestra analizadas

Fuente: Elaboración propia.

Se analizó la relación entre la percepción de que los comentarios negativos en redes sociales afectan el estado emocional y la variable de autoestima "¿Se siente satisfecho(a) con la persona que es?" mediante las medidas simétricas. En el análisis general de los 222 estudiantes se obtuvo un coeficiente de correlación de Pearson de $r = 0,132$ ($p = 0,049$) y un coeficiente de correlación de Spearman de $q = 0,145$ ($p = 0,031$).

Estos resultados evidencian una correlación positiva débil y estadísticamente significativa entre ambas variables, lo que indica que existe una asociación entre la percepción del impacto de los comentarios negativos en redes sociales sobre el estado emocional y la satisfacción con la propia persona. Asimismo, en la categoría "Totalmente en desacuerdo" se observó una correlación positiva significativa tanto con Pearson ($r = 0,313$; $p = 0,046$) como con Spearman ($q = 0,321$; $p = 0,041$), mientras que en las demás categorías no se

encontraron relaciones estadísticamente significativas ($p > 0,05$).

Tabla 22
Relación entre el impacto de los comentarios negativos en redes sociales sobre el estado emocional y la satisfacción con la propia persona

Variables analizadass	Medida	Coeficiente	P-valor	Interpretación
¿Considera que los comentarios negativos en redes sociales afectan su estado emocional? – ¿Se siente satisfecho(a) con la persona que es?	Correlación de Pearson (r)	0,132	0,049	Correlación positiva débil y significativa
¿Considera que los comentarios negativos en redes sociales afectan su estado emocional? – ¿Se siente satisfecho(a) con la persona que es?	Correlación de Spearman (q)	0,145	0,031	Correlación positiva débil y significativa
Casos válidos	N	222	—	Muestra analizadas

Fuente: Elaboración propia.

Discusión

Los resultados evidenciaron que el ciberacoso se presenta de manera diferente según el sexo de los estudiantes. Se encontró una asociación estadísticamente significativa entre el sexo y la recepción de mensajes ofensivos, así como con las burlas repetidas en plataformas digitales. Estos hallazgos indican que las experiencias de ciberacoso no son iguales para hombres y mujeres. En cambio, no se identificó una relación significativa entre la edad y el uso no autorizado de la cuenta o identidad digital, lo que sugiere que esta situación puede afectar a los distintos grupos de edad de forma similar dentro de la muestra estudiada.

Respecto a la autoestima, los resultados mostraron diferencias entre los indicadores analizados. No se encontró una relación significativa entre la influencia de la opinión negativa de otras personas y la satisfacción con la propia persona. Sin embargo, sí se evidenció una correlación positiva débil y significativa entre la percepción de que los comentarios negativos en redes sociales afectan el estado emocional y la satisfacción personal. Esto sugiere que determinadas experiencias de ciberacoso pueden influir en el bienestar emocional de los estudiantes universitarios.

En términos generales, los hallazgos permiten concluir que el ciberacoso continúa siendo una problemática relevante en el contexto universitario y que algunas de sus manifestaciones se relacionan con aspectos de la autoestima. Estos resultados destacan la importancia de fortalecer programas de prevención, educación digital y apoyo psicológico dirigidos a los estudiantes. Asimismo, se recomienda desarrollar futuras investigaciones que incorporen otras variables para ampliar la comprensión del impacto del ciberacoso en la salud mental y el bienestar de la población universitaria.

Conclusiones

El presente estudio evidenció que el ciberacoso constituye un factor de riesgo para el bienestar emocional y la autoestima de los estudiantes universitarios. Los resultados demostraron que esta problemática está presente entre los estudiantes de segundo semestre de Psicología de la Universidad Estatal Península de Santa Elena, manifestándose principalmente mediante mensajes ofensivos y burlas repetidas en plataformas digitales. De esta manera, se identificó que algunas manifestaciones del ciberacoso presentan diferencias

significativas según el sexo de los estudiantes. En contraste, variables como la edad y el uso no autorizado de la identidad digital no evidenciaron una relación estadísticamente significativa con las situaciones analizadas.

En relación con la autoestima, los análisis evidenciaron una asociación significativa entre la percepción de que los comentarios negativos en redes sociales afectan el estado emocional y la satisfacción con la propia persona. Estos hallazgos permitieron cumplir el objetivo de la investigación al demostrar que el ciberacoso influye en la autoestima, aunque su impacto varía según las manifestaciones estudiadas. En síntesis, se concluye que el ciberacoso constituye una problemática con importantes implicaciones psicológicas, ya que afecta la autopercepción, el bienestar emocional y la calidad de vida de los estudiantes universitarios.

Referencias bibliográficas

- Ali, S.I., & Shahbuddin, N.B. (2022). The relationship between cyberbullying and mental health among university students. *Sustainability*, 14(11), <https://doi.org/10.3390/su14116881>
- Alvarado Rosado, J. M., & Cajachagua Salgado, K. A. (2025, octubre 6). El Acoso Escolar y su influencia en el Autoestima de los estudiantes del segundo grado de Educación Secundaria de la I.E. Colegio 1198 La Rivera – Chosica, 2024. Biblioteca Digital Universidad Nacional de Educación Enrique Gúzman y Valle; Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle. <https://repositorio.une.edu.pe/entities/publication/d890ff38-d817-4776-8672-f70612c82ea7>
- Bernardo, A. B., Tuero, E., Cervero, A., Dobarro, A., & Galve-González, C. (2020). Acoso y ciberacoso: Variables e

- influencia en al abandono universitario. *Comunicar*, 64, 63-72. <https://doi.org/10.3916/C64-2020-06>
- Blanco Suarez, M. F., Gordillo-Rondón, M. A., Pacheco, J. R., & Briceño, M. L. (2022). Estilos de crianza que inciden en la presencia de ciberbullying en un colegio público de Bucaramanga. *Psicoespacios*, 11(18), 99-115.
- Changoluisa, K. S. B., & de la Bandera, F. A. V. (2022). Autoestima y bienestar psicológico en estudiantes universitarios. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 6(6), 10100-10113.
- Cubillos, A. K. H., Gaitan, V. G. A., Cuellar, N. M. L., Henao, A. L. R., & Sanchez, A. G. (2025). Percepciones de estudiantes de una institución educativa del departamento del Caquetá (Colombia) sobre el ciberacoso y el rol del cuidado de enfermería en la promoción de la salud mental. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 9(5), 680-698.
- Donat, M., Willisch, A., & Wolgast, A. (2023). Cyber-bullying among university students: Concurrent relations to belief in a just world and Psychology, to empathy. 42, *Current* 7883-7896. <https://doi.org/10.1007/s12144-022-03239-z>
- Flores, M. X. L., & Basantes, P. J. B. (2022). Autoestima y su relación con la ideación suicida en estudiantes universitarios. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 6(6), 10114-10130.
- Gamarra Camargo, P. M., Camargo Zamata, P. M., & Rodríguez Saavedra, L. (2023). Autoeficacia académica y autoestima en estudiantes universitarios. *REVISTA DIGITAL DEL DOCTORADO EN EDUCACIÓN*, Vol. 10(Nº 19), 69 – 85. <https://doi.org/10.55560/arete.2024.19.10.4>
- Gelvez Niño, D. M., Rodriguez Rodriguez, K. V., Guevara Paredes, M., & Quintero Perez, Y. F. (2025). Estrategias de

- afrentamiento y características de autoestima en estudiantes víctimas de ciberbullying de una institución educativa. Ediciones Universidad Simón Bolívar. <https://bonga.unisimon.edu.co/items/31a2ce74-cba4-44f7-a51b-54d688ba96fb>
- Hernández, C. S., Lopera, O. S., Pacheco, J. R., & Briceño, M. L. (2023). Prevalencia de Cyberbullying en jóvenes estudiantes colombianos Homosexuales y Bisexuales. *Revista digital internacional de psicología y ciencia social*, 6(1), 142-160.
- Khine, A.T., Saw, Y.M., Htut, Z.Y., Khaing, C.T., Soe, H.Z., Swe, K.K., & Hmajima, N. (2020). Assessing risk factors and impact of cyberbullying victimization among university students in Myanmar: A crosssectional study. *PloS ONE*, 15(1), e0227051. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0227051>
- Menay López, L., & De la Fuente-Mella, H. (2024). Plataformas comunicacionales del ciberbullying: una aplicación empírica en dos colegios de la quinta región, Chile. *Estudios pedagógicos (Valdivia)*, 40(2), 117-133.
- Mero-Delgado, O. (2025). Ciberacoso en escolares de Ecuador y España: Empatía, Autoestima y Habilidades Sociales.
- Pardo, J. E. P., Acuña, G. R. A., Avila, M. L. F., & Saravia, P. C. C. (2023). Autoestima y autocontrol en el rendimiento académico de estudiantes universitarios. *Horizontes Revista de Investigación en Ciencias de la Educación*, 7(30), 1774-1783.
- Perren, S., Dooley, J., Shaw, T., y Cross, D. (2010). Bullying in school and cyberspace: Associations with depressive symptoms in Swiss and Australian adolescents. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*, 4(28), 28-38. doi: <https://doi.org/10.1186/1753-2000-4-28>
- Sourander, A., BrunsteinKlomek, A. B., Ikonen, M., Lindroos, J., Luntamo, T., Koskelainen, M., Ristkari, T., y Helenius, H.

- (2010). Psychosocial risk factors associated with cyberbullying among adolescents. *Archives of General Psychiatry*, 67(7), 720-728. doi: <https://doi.org/10.1001/archgenpsychiatry.2010.79>
- Sánchez Sandoval, J. S. (2026). El impacto del cyberbullying en el rendimiento académico de estudiantes de secundaria. UNIVERSIDAD POLITÉCNICA SALESIANA. Obtenido de <http://dspace.ups.edu.ec/handle/123456789/31993>
- Torres Moscoso, D. F., Gordon, H., & Brito, H. (2023). Análisis del nivel de conocimiento sobre acoso cibernético y consecuencias legales psicosociales en institutos tecnológicos superiores en la ciudad de Cuenca. *REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR*, 7(3). https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i3.6344
- Triviño Burbano, M. V., & García Ramírez, E. M. (2025). Cultura digital y percepciones del ciberacoso en estudiantes universitarios. *REVISTA DE CIENCIAS SOCIALES HUMANAS*, 7(1). <https://doi.org/10.47606/ACVEN/PH0387>
- Villena Martínez, M. (2024). Impacto del ciberacoso en la autoestima de adolescentes en relación de pareja. Una revisión sistemática. Universidad Miguel Hernández de Elche.



CAPÍTULO XIII

DIFICULTADES DE APRENDIZAJE Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DEL SEXTO SEMESTRE DE PINE-UPSE

Bianca Antonella Florencio Núñez
<https://orcid.org/0009-0000-7017-0206>
bianca.florencionunez6989@upse.edu.ec
Universidad Estatal Península de Santa Elena, (Ecuador).

Asly Thayli Suarez Borbor
<https://orcid.org/0009-0008-9421-9631>
asly.suarezborbor2541@upse.edu.ec
Universidad Estatal Península de Santa Elena, (Ecuador).

Stephano Rai Pineda Quiroga
<https://orcid.org/0009-0006-4779-687X>
stephano.pinedaquiroya8947@upse.edu.ec
Universidad Estatal Península de Santa Elena, (Ecuador).

Resumen

La investigación analiza la influencia de las dificultades de aprendizaje en el rendimiento académico de los estudiantes del sexto semestre de la carrera de Pedagogía de los Idiomas Nacionales y Extranjeros (PINE) de la Universidad Estatal Península de Santa Elena. El objetivo fue identificar las principales dificultades de aprendizaje y su relación con el desempeño académico. Se desarrolló un estudio con enfoque cuantitativo, alcance descriptivo-exploratorio, diseño no experimental y corte transversal. Participaron 78 estudiantes, a quienes se aplicó un cuestionario de 20 ítems con escala tipo Likert. La información fue analizada mediante IBM SPSS Statistics y el instrumento presentó una adecuada confiabilidad (alfa de Cronbach = 0,877). Los resultados evidenciaron dificultades relacionadas con la organización del tiempo, la concentración, la comprensión de contenidos y la motivación. Asimismo, se encontró una asociación significativa entre la concentración y el rendimiento académico, así como entre la comprensión de contenidos y dicho rendimiento. Se concluye que las dificultades de aprendizaje influyen en el rendimiento académico, aunque este también depende de factores personales, psicológicos y educativos, por lo que es necesario fortalecer estrategias institucionales de apoyo al aprendizaje.

Palabras clave: Dificultades de aprendizaje; rendimiento académico; estudiantes universitarios; educación superior; PINE-UPSE.

Abstract

This study analyzes the influence of learning difficulties on the academic performance of sixth-semester students in the National and Foreign Languages Pedagogy (PINE) program at

the Santa Elena Peninsula State University. The objective was to identify the main learning difficulties and their relationship with academic performance. A quantitative approach was used with a descriptive-exploratory scope, a non-experimental design, and a cross-sectional study. The sample consisted of 78 students who completed a 20-item questionnaire using a five-point Likert scale. Data were analyzed using IBM SPSS Statistics, and the instrument demonstrated adequate reliability (Cronbach's $\alpha = 0.877$). The results revealed learning difficulties related to time management, concentration, content comprehension, and academic motivation. A statistically significant association was found between concentration and academic performance, as well as between content comprehension and academic performance. However, most participants perceived their academic performance as satisfactory. It is concluded that learning difficulties influence academic performance, although this is also determined by personal, psychological, and educational factors. Therefore, strengthening institutional strategies to support learning and self-regulation is recommended.

Keywords: Learning difficulties; academic performance; university students; higher education; PINE-UPSE.

Introducción

Las dificultades de aprendizaje constituyen una problemática relevante en la educación superior debido a su influencia en el desempeño académico de los estudiantes. Estas dificultades pueden manifestarse en procesos como la comprensión, la atención, la concentración, la memoria y la organización del aprendizaje, afectando la capacidad de los estudiantes para adquirir, procesar y aplicar conocimientos de

manera efectiva. Diversos estudios han señalado que las limitaciones en estos procesos repercuten directamente en la calidad del aprendizaje y en los resultados académicos obtenidos por los estudiantes (Morales, 2019).

El rendimiento académico es considerado uno de los principales indicadores del éxito educativo, ya que refleja el nivel de logro alcanzado por los estudiantes durante su proceso de formación. Sin embargo, este no depende únicamente de las capacidades intelectuales individuales, sino también de factores personales, familiares, sociales y educativos que pueden favorecer o dificultar el aprendizaje (Bravo et al., 2021).

Se ha demostrado que los problemas de aprendizaje pueden afectar significativamente el desempeño académico cuando dificultan la comprensión de contenidos, la retención de información o la adecuada organización de las actividades académicas. Estas limitaciones generan obstáculos en el proceso formativo y reducen las posibilidades de alcanzar un aprendizaje significativo y duradero (Morales, 2019).

En la actualidad, muchos estudiantes universitarios presentan dificultades para mantener la atención durante las clases, organizar su tiempo de estudio, comprender contenidos complejos y recordar información relevante para el desarrollo de sus actividades académicas. Estas dificultades pueden generar desmotivación, estrés y bajo rendimiento académico, afectando tanto su desempeño como su permanencia dentro del sistema educativo.

La problemática adquiere especial importancia en los estudiantes del sexto semestre de la carrera de Pedagogía de los Idiomas Nacionales y Extranjeros (PINE) de la Universidad Estatal Península de Santa Elena (UPSE), debido a las crecientes exigencias académicas propias de la formación

profesional. Identificar las dificultades de aprendizaje presentes en este grupo permitirá comprender mejor los factores que influyen en su rendimiento académico y contribuirá a la búsqueda de estrategias que favorezcan su desarrollo académico.

En este contexto, la presente investigación tiene como objetivo analizar la influencia de las dificultades de aprendizaje en el rendimiento académico de los estudiantes del sexto semestre de la carrera de PINE de la UPSE. La importancia de este estudio radica en que permitirá generar información relevante para el diseño de estrategias de apoyo académico orientadas a fortalecer los procesos de aprendizaje, mejorar el rendimiento académico y contribuir al desarrollo integral de los estudiantes universitarios.

Materiales y Métodos

La presente investigación se desarrolló bajo un enfoque cuantitativo, debido a que permitió medir y analizar de forma objetiva las dificultades de aprendizaje y su relación con el rendimiento académico de los estudiantes. El estudio tuvo un alcance descriptivo-exploratorio, ya que buscó identificar las principales dificultades de aprendizaje presentes en los estudiantes del sexto semestre de la carrera de Pedagogía de los Idiomas Nacionales y Extranjeros (PINE) de la Universidad Estatal Península de Santa Elena (UPSE), además de describir las características del fenómeno estudiado sin manipular las variables. El diseño fue no experimental y de corte transversal, puesto que la información fue recolectada en un único momento mediante la aplicación de un cuestionario estructurado.

La población total de estudiantes pertenecientes al programa PINE está conformada por 653 estudiantes de la carrera en general. Para el presente estudio se consideró como población de referencia a los 85 estudiantes correspondientes al sexto semestre. Sin embargo, debido a la actualización de la matrícula académica, se trabajó con una población efectiva de 78 estudiantes, considerando únicamente a quienes permanecían activos en la carrera al momento de la recolección de datos. Los estudiantes restantes no fueron incluidos debido a que ya no formaban parte de la población académicamente activa.

Para la recolección de la información se diseñó un cuestionario compuesto por 20 ítems distribuidos en dos dimensiones: dificultades de aprendizaje y rendimiento académico, empleando una escala tipo Likert. El instrumento fue aplicado de manera presencial mediante Google Forms, previo consentimiento informado de los participantes. Posteriormente, la información fue procesada mediante el programa IBM SPSS Statistics, donde se realizaron análisis descriptivos y se evaluó la confiabilidad del instrumento utilizando el coeficiente alfa de Cronbach, obteniéndose un valor de 0,877 y que fue validado por un experto, considerado adecuado para garantizar la consistencia interna del cuestionario.

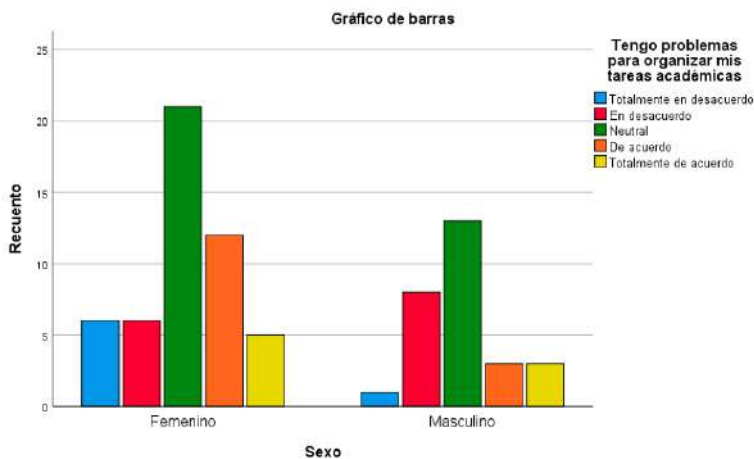
Resultados

La distribución de las respuestas evidenció un comportamiento similar entre mujeres y hombres respecto a la percepción de dificultades para organizar las tareas académicas. En ambos grupos predominó la categoría neutral, seguida de respuestas orientadas hacia el acuerdo, lo que

refleja una tendencia intermedia en la valoración de esta dificultad. Aunque las mujeres registraron una mayor proporción de respuestas favorables a reconocer problemas en la organización de las tareas académicas en comparación con los hombres, las diferencias observadas fueron de baja magnitud.

El análisis de asociación mediante la prueba de chi-cuadrado de Pearson mostró que no existe una relación estadísticamente significativa entre el sexo y la percepción de dificultades para organizar las tareas académicas ($\chi^2 = 5,904$; gl = 4; $p = 0,206$). En consecuencia, la percepción sobre la organización de las tareas académicas se presenta de manera similar en ambos grupos, sin que el sexo constituya un factor asociado a esta variable.

Figura 42.
Distribución de frecuencias de la percepción de dificultad en la organización de tareas académicas según el sexo de los participantes



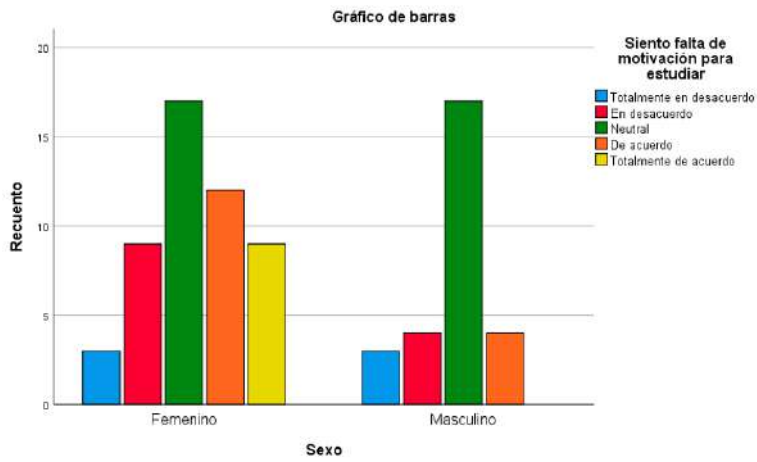
Fuente: Elaboración propia.

La distribución de las respuestas evidenció que tanto las mujeres como los hombres presentaron una tendencia similar

en la percepción de dificultades para organizar sus tareas académicas. En ambos grupos predominó la categoría neutral, seguida por las categorías de acuerdo y desacuerdo, lo que refleja una valoración intermedia respecto a esta dificultad. Aunque las mujeres registraron una mayor proporción de respuestas en la categoría de acuerdo en comparación con los hombres, las diferencias observadas no evidenciaron un comportamiento diferencial entre ambos sexos.

El análisis de asociación mediante la prueba de chi-cuadrado de Pearson mostró que no existe una relación estadísticamente significativa entre el sexo y la percepción de dificultades para organizar las tareas académicas ($\chi^2 = 5,904$; gl = 4; $p = 0,206$). En consecuencia, la percepción sobre las dificultades para organizar las tareas académicas se presenta de manera similar en mujeres y hombres, indicando que el sexo no constituye un factor asociado a esta variable en la población estudiada.

Figura 43.
Nivel de motivación para el estudio auto informado en función del sexo



Fuente: Elaboración propia.

Tabla 23

Resumen de tendencias principales en la relación entre la percepción del rendimiento académico, la motivación y la edad de los participantes

Percepción del rendimiento académico	Motivación predominante	Frecuencia (n)	Interpretación resumida
Neutral	Neutral	22	Predominó una percepción intermedia de motivación y rendimiento.
Totalmente de acuerdo	De acuerdo	7	Buen rendimiento asociado con motivación moderada.
Totalmente de acuerdo	Neutral	6	Buen rendimiento pese a motivación estable.
De acuerdo	En desacuerdo	6	Rendimiento positivo con baja motivación.
Muestra predominante	Edad 20–25 años	48 (61,5%)	Las tendencias reflejan principalmente a este grupo.

Fuente: Elaboración propia.

El análisis de la relación entre la motivación para estudiar y la percepción del rendimiento académico, considerando la edad de los participantes, mostró una distribución de respuestas similar entre los diferentes grupos etarios. La mayor concentración de respuestas correspondió a estudiantes de 20 a 25 años, quienes representaron la mayor proporción de la muestra. En este grupo predominó una percepción neutral tanto respecto a la motivación para el estudio como a la valoración del rendimiento académico, aunque también se observaron respuestas favorables relacionadas con una percepción positiva del desempeño académico.

La prueba de chi-cuadrado de Pearson indicó que no existe una asociación estadísticamente significativa entre la motivación para estudiar y la percepción del rendimiento académico según la edad de los participantes ($\chi^2 = 16,391$; gl =

16; $p = 0,426$). En consecuencia, la percepción del rendimiento académico no difiere significativamente en función de la motivación para el estudio entre los distintos grupos etarios evaluados. No obstante, estos resultados deben interpretarse con cautela debido a la presencia de frecuencias esperadas reducidas en algunas categorías, lo que puede limitar la robustez del análisis estadístico.

Tabla 24

Síntesis de hallazgos sobre la percepción del rendimiento académico y la comprensión de contenidos según el curso predominante

Percepción del rendimiento académico	Comprensión de contenidos predominante	Frecuencia (n)	Interpretación resumida
Neutral	Neutral	22	Predominó una percepción intermedia entre comprensión y rendimiento académico.
Totalmente de acuerdo	Neutral	10	Buen rendimiento académico pese a una comprensión de contenidos estable.
Neutral	En desacuerdo	7	Dificultades de comprensión sin una percepción negativa del rendimiento.
Muestra predominante	Curso 6/1	42 (53,8%)	Los resultados reflejan principalmente este grupo por su mayor representación.

Fuente: Elaboración propia.

El análisis de la relación entre la concentración durante el estudio y la percepción del rendimiento académico evidenció diferencias en la distribución de las respuestas entre ambas variables. La mayor frecuencia se registró en la categoría neutral, donde los estudiantes que manifestaron una percepción intermedia sobre su capacidad de concentración

también tendieron a valorar su rendimiento académico de forma similar. Asimismo, se observaron respuestas que reflejan una percepción favorable del rendimiento académico en estudiantes con distintos niveles de concentración, lo que indica una distribución heterogénea de las respuestas.

La prueba de chi-cuadrado de Pearson mostró una asociación estadísticamente significativa entre la concentración y la percepción del rendimiento académico ($\chi^2 = 10,219$; $gl = 4$; $p = 0,037$), lo que sugiere que ambas variables se encuentran relacionadas en la población estudiada. Sin embargo, debido a que una proporción considerable de las celdas presentó frecuencias esperadas inferiores a cinco, estos resultados deben interpretarse con cautela, ya que esta condición puede afectar la estabilidad del estadístico y limitar la solidez de la asociación observada.

Los resultados muestran que la percepción del rendimiento académico presentó diferencias según el nivel de comprensión de los contenidos impartidos en clase. La mayor concentración de respuestas se ubicó en la categoría neutral, donde los estudiantes que manifestaron una percepción intermedia sobre su comprensión de los contenidos también tendieron a valorar su rendimiento académico de forma neutral. Asimismo, se identificó un grupo de participantes que reportó una percepción favorable de su rendimiento académico a pesar de mantener una valoración intermedia sobre su comprensión de los contenidos desarrollados durante las clases.

El análisis mediante la prueba de chi-cuadrado de Pearson evidenció una asociación estadísticamente significativa entre la comprensión de contenidos y la percepción del rendimiento académico ($\chi^2 = 16,054$; $gl = 8$; $p = 0,042$), lo que indica que ambas variables presentan una relación dentro de la población estudiada. No obstante, dado que una proporción considerable

de las celdas presentó frecuencias esperadas inferiores a cinco, la interpretación de estos resultados debe realizarse con cautela, debido a que esta condición puede afectar la estabilidad de la prueba estadística. Por tanto, aunque se identificó una asociación significativa entre las variables, los resultados no permiten establecer relaciones de causalidad.

Tabla 25
Resumen de tendencias principales en la relación entre la percepción del rendimiento académico, la comprensión de contenidos y el curso de los participantes

Percepción del rendimiento académico	Comprensión de contenidos predominante	Frecuencia (n)	Interpretación resumida
Neutral	Neutral	22	Predominó una percepción intermedia entre la comprensión de contenidos y el rendimiento académico.
Totalmente de acuerdo	Neutral	10	Se observa un rendimiento satisfactorio pese a presentar una valoración estable sobre la comprensión de contenidos.
De acuerdo	Neutral	3	Algunos estudiantes perciben un buen rendimiento académico con dificultades moderadas de comprensión.
Muestra predominante	Curso 6/1	42 (53,8%)	Los resultados reflejan principalmente la tendencia del curso con mayor representación en la muestra.

Fuente: Elaboración propia.

Discusión

Los resultados obtenidos evidencian que la percepción del rendimiento académico se encuentra asociada con variables relacionadas con los procesos de aprendizaje, particularmente

la concentración durante el estudio y la comprensión de los contenidos impartidos en clase. Estos hallazgos sugieren que los estudiantes que experimentan mayores dificultades para mantener la atención o comprender los contenidos tienden a percibir de manera diferente su desempeño académico. En este sentido, los resultados coinciden con lo planteado por Morgan Asch (2021), quien señala que el rendimiento académico depende en gran medida de factores cognitivos y personales que favorecen la autorregulación del aprendizaje. De igual forma, Anchundia Salazar et al. (2023) destacan que variables como los hábitos de estudio, la comprensión de los contenidos y la organización del aprendizaje constituyen elementos determinantes para el desempeño académico de los estudiantes universitarios, fortaleciendo la interpretación de los hallazgos obtenidos.

Por otra parte, la ausencia de asociaciones estadísticamente significativas entre variables sociodemográficas, como el sexo y la edad, con la percepción del rendimiento académico indica que estas características no constituyen factores determinantes en la valoración que realizan los estudiantes sobre su desempeño. Este comportamiento coincide con lo reportado por Zumárraga-Espinosa (2023), quien sostiene que el rendimiento académico responde principalmente a factores individuales relacionados con la resiliencia académica, la motivación y las estrategias de afrontamiento, más que a las características demográficas de los estudiantes. Asimismo, López-Aguilar y Garcés-Delgado (2023) argumentan que las competencias personales para afrontar las exigencias educativas tienen un mayor impacto en la permanencia y el éxito académico que las condiciones sociodemográficas, lo cual es consistente con los resultados de la presente investigación.

Aunque los análisis mediante la prueba de chi-cuadrado evidenciaron asociaciones significativas entre la concentración, la comprensión de contenidos y la percepción del rendimiento académico, la presencia de un número considerable de celdas con frecuencias esperadas inferiores a cinco aconseja interpretar estos resultados con prudencia. A pesar de esta limitación estadística, los hallazgos respaldan la importancia de fortalecer estrategias institucionales orientadas al desarrollo de habilidades de concentración, comprensión lectora, técnicas de estudio y autorregulación del aprendizaje. En concordancia con ello, Bauducco y Oros (2024) señalan que el fortalecimiento de los recursos personales y las estrategias de afrontamiento contribuye a mejorar el desempeño académico y la adaptación a las exigencias educativas. De igual manera, Palmera et al. (2023) destacan que la implementación de estrategias pedagógicas y el uso de recursos educativos adecuados favorecen el aprendizaje, incrementan la participación estudiantil y promueven mejores resultados académicos en los diferentes niveles de formación.

Conclusiones

Los resultados de la investigación permiten concluir que la percepción del rendimiento académico está asociada con factores relacionados con el proceso de aprendizaje, particularmente con la concentración durante el estudio y la comprensión de los contenidos impartidos en clase. Las pruebas de chi-cuadrado evidenciaron asociaciones estadísticamente significativas entre estas variables, lo que indica que las dificultades para mantener la atención y comprender los temas desarrollados en el aula influyen en la manera en que los estudiantes valoran su desempeño académico. Estos hallazgos resaltan la importancia de los

procesos cognitivos como componentes esenciales del aprendizaje y del rendimiento percibido.

Asimismo, el estudio evidenció que variables sociodemográficas como el sexo y la edad no presentaron asociaciones estadísticamente significativas con la motivación para el estudio ni con la percepción del rendimiento académico. Esto sugiere que las diferencias observadas en el desempeño percibido no dependen de las características demográficas de los estudiantes, sino que responden principalmente a factores vinculados con el proceso de aprendizaje y las experiencias académicas individuales.

Aunque se identificaron asociaciones significativas entre la concentración, la comprensión de contenidos y la percepción del rendimiento académico, la presencia de celdas con frecuencias esperadas inferiores a cinco requiere interpretar estos resultados con cautela. En conjunto, la evidencia obtenida confirma que el rendimiento académico percibido constituye un fenómeno multidimensional en el que intervienen principalmente variables relacionadas con el aprendizaje y el procesamiento de la información, aportando evidencia que contribuye a comprender los factores asociados al desempeño estudiantil dentro del contexto educativo analizado.

Referencias bibliográficas

- Ala, S., Campos, F. R., & Relva, I. C. (2024). Emotional Exhaustion Scale (ECE): Psychometric properties in a sample of Portuguese university students. *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education*, 14(4), 1044–1054. <https://doi.org/10.3390/ejihpe14040068>

- Anchundia Salazar, A. R., Pozo Chele, J. L., & Delgado Beltrán, R. E. (2023). Factores que inciden en el rendimiento académico de los estudiantes de la carrera de Gestión Social y Desarrollo de la UPSE, 2023. *Universidad y Sociedad*, 15(5), 420–429.
<https://rus.ucf.edu.cu/index.php/rus/article/view/4088>
- Bravo Salinas, S., Castillo Zhizhpón, A., & Guerra Ortega, D. (2021). Influencia de la funcionalidad familiar en el rendimiento académico en estudiantes universitarios en tiempos de pandemia, Azogues–Ecuador, 2020. *RECIMUNDO*, 5(Supl. 1), 131–142.
[https://doi.org/10.26820/recimundo/5.\(suple1\).oct.2021.131-142](https://doi.org/10.26820/recimundo/5.(suple1).oct.2021.131-142)
- Casiano Carranza, J. L., Márquez Gómez, J. O., & Cardoso Jiménez, D. (2024). Bienestar psicológico y rendimiento académico en estudiantes universitarios del sur del Estado de México. *RIDE. Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*, 15(29).
<https://doi.org/10.23913/ride.v15i29.2046>
- Castro Martínez, J. C., Díez-Canseco, F., Brusco, L. I., Rodríguez Malagón, N., Fung, C., Cepeda-Gil, M., Carbonetti, F. L., Ramírez-Meneses, D., Esnal, F., Carbonel, A., Bird, V., Priebe, S., & Gómez-Restrepo, C. (2025). Depression, anxiety and comorbid anxiety–depression and its relation to social capital and resilience in young people from deprived urban areas: A cross-sectional study in South America. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 54, 33–42.
<https://doi.org/10.1016/J.RCP.2025.08.001>
- Cuadrado, E., Jiménez-Rosa, M., Ruiz-García, M., & Tabernero, C. (2024). Mediating and moderating variables in the relationship between emotional demands and teachers' emotional exhaustion. *Revista de Psicología del Trabajo y*

- de las Organizaciones, 40(1), 32–40.
<https://doi.org/10.5093/jwop2024a3>
- Fernández-Castillo, A., Roldán-Molina, N., & Vílchez-Fernández, E. V. (2024). Burnout and positive suicidal ideation in high school students before university admittance selective examinations. *Environment and Social Psychology*, 9(4), 1–12.
<https://doi.org/10.54517/esp.v9i4.1833>
- Fernández-Rodríguez, C., Romero, L. S., Moreno, S. S., & Cuesta, M. (2024). Academic and emotional challenges beyond COVID-19: Analysis of years and branches of study in 35 Spanish universities. *Psicología Educativa*, 30(2), 75–84. <https://doi.org/10.5093/psed2024a8>
- Gilar-Corbí, R., Pérez-Soto, N., Izquierdo, A., Castejón, J. L., & Pozo-Rico, T. (2024). Emotional factors and self-efficacy in the psychological well-being of trainee teachers. *Frontiers in Psychology*, 15, 1–16.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1434250>
- Guimarães, A. M. B., Freitas, L. C., & de Oliveira, D. C. R. (2024). Burnout syndrome and its relationships with social skills, coping, and socio-occupational variables in elementary school teachers. *Ciencias Psicológicas*, 18(2), 1–16. <https://doi.org/10.22235/cp.v18i2.3727>
- Jiménez Contreras, J. C., & Figuera Ávila, P. A. (2024). Dificultad de lectura y comprensión de estudiantes universitarios. *InnDev*, 3(1), 101–112.
<https://doi.org/10.69583/inndev.v3n1.2024.99>
- Medina Pacheco, B., Gómez del Campo, M. I., Villaseñor Rodríguez, C., & Zúñiga Ayala, L. M. D. (2025). La somatización y el manejo de emociones en estudiantes universitarios de la U.M.S.N.H. *Revista Científica de Psicología Eureka*, 21(1), 1–18.
<https://doi.org/10.63707/eureka.v21n1a24art8>

- Mendoza Bajaan, V. P., Rada Cevallos, M. G., Hernández Daza, A., & López Cevallos, A. (2024). Implementation of Project-Based Learning (PBL) in higher education: Impact on student motivation, academic performance, and psychological well-being. *Revista Social Fronteriza*, 4(5), 1–21. [https://doi.org/10.59814/resofro.2024.4\(5\)e475](https://doi.org/10.59814/resofro.2024.4(5)e475)
- Meza Morales, S. N., et al. (2019). Impacto del aprendizaje basado en problemas en estudiantes del área de la salud. *Revista Cubana de Educación Médica Superior*, 33(4), 37–47. <https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumenI.cgi?IDARTICULO=93473>
- Niño Púa, G. J., Cabanilla Borbor, R. I., & Lozano Alvarado, C. I. (2025). Incidencia del manejo emocional del docente en la participación colaborativa de estudiantes de educación básica media en escuelas fiscales de la región costa. *Revista Científica Multidisciplinar G-nerando*, 6(1), 1–14. <https://doi.org/10.60100/rcmg.v6i1.578>
- Orozco Moreno, Z. L., et al. (2025). Evaluación de riesgos psicosociales en el lugar de trabajo y su impacto en la salud mental de los empleados. *Revista IVECOM*, 5(2), 1–6. <https://doi.org/10.5281/zenodo.13876644>
- Palmera, O. M., Páez, Y. M. V., Vicencio, B. P., & Pozo Chele, J. L. (2023). Evaluación de la efectividad de las plataformas de aprendizaje en línea para la mejora del rendimiento académico en instituciones de educación superior. *Migration Letters*, 20(S4), 1272–1285. <https://doi.org/10.59670/ml.v20iS4.4602>
- Pozo Chele, J. L. (2023). Percepción de organización y liderazgo del barrio 25 de Septiembre del cantón La Libertad. *Santiago* (Número especial), 287–300. <https://santiago.uo.edu.cu/index.php/stgo/article/view/13764/5165>

- Pozo Chele, J. L. (2026). Revisión sistemática de las intervenciones cognitivo-conductuales basadas en mindfulness en la mejora del rendimiento deportivo en jóvenes atletas. *Retos*, 76, 515–527. <https://doi.org/10.47197/retos.v76.118421>
- Romero-Romero, E., Young-Castillo, J., Añino, Y., & Medina, X. (2023). Percepción de estrés académico y dificultades en el aprendizaje de biofísica en estudiantes universitarios. *Innovare: Revista de Ciencia y Tecnología*, 12(1), 1–15. <https://doi.org/10.5377/innovare.v12i1.15952>
- Santiago-Torner, C. (2024). The mitigating effect of commitment to continuity related to perceived sacrifices on burnout: The mediating role of an egoistic ethical climate. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 29(1), 15–31. <https://doi.org/10.5944/rppc.37600>
- Sulca Quispe, R. E., et al. (2024). Visión de la autoeficacia académica y la ansiedad sobre el aprendizaje del inglés en estudiantes universitarios. *Data and Metadata*, 3. <https://doi.org/10.56294/dm2024239>



CAPÍTULO XIV

CONSTRUCCIÓN DEL PROYECTO DE VIDA EN JÓVENES EN
PROCESO DE REHABILITACIÓN DEL CETAD SEMBRADORES DE
VIDA, SANTA ELENA, 2026

Elizabeth Katherine Neira Suárez
<https://orcid.org/0009-0002-5102-3221>
elizabeth.neirasuarez4700@upse.edu.ec
Universidad Estatal Península de Santa Elena, (Ecuador)

Scarlet Jeanela Rodríguez Pozo
<https://orcid.org/0009-0001-1401-0440>
scarlet.rodriguezpozo2667@upse.edu.ec
Universidad Estatal Península de Santa Elena, (Ecuador)

Bernardo Francisco Bastidad Vaque
<https://orcid.org/0009-0009-7989-9875>
bernardo.bastidasvaque5837@upse.edu.ec
Universidad Estatal Península de Santa Elena, (Ecuador)

Resumen

La construcción del proyecto de vida constituye un aspecto fundamental en el proceso de rehabilitación de jóvenes con antecedentes de consumo de sustancias psicoactivas, ya que favorece su desarrollo personal y su reinserción social. El objetivo de esta investigación fue analizar la construcción del proyecto de vida en jóvenes en proceso de rehabilitación del CETAD "Sembradores de Vida", Santa Elena, durante el año 2026. Se desarrolló un estudio con enfoque cuantitativo, diseño descriptivo-correlacional y corte transversal, en el que participaron 32 jóvenes seleccionados mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia. Para la recolección de información se aplicó un cuestionario estructurado de 25 ítems en escala de Likert, validado por juicio de expertos y con una confiabilidad alta ($\alpha = 0,954$). Los resultados evidenciaron una percepción favorable respecto a la participación en las actividades terapéuticas, el apoyo psicológico recibido, el fortalecimiento de la autoestima, el desarrollo de habilidades para afrontar dificultades y la planificación de metas personales. Asimismo, se observó una elevada motivación para construir un futuro mejor y consolidar un proyecto de vida. Se concluye que el proceso de rehabilitación favorece el fortalecimiento de recursos personales, familiares y sociales que contribuyen a la construcción del proyecto de vida, constituyendo un elemento clave para la recuperación integral y la reinserción de los jóvenes.

Palabras clave: proyecto de vida; rehabilitación; jóvenes; consumo de sustancias psicoactivas; apoyo psicológico.

Abstract

The construction of a life project is a fundamental component in the rehabilitation process of young people with a history of psychoactive substance use, as it promotes personal development and social reintegration. The aim of this study was to analyze the construction of life projects among young people undergoing rehabilitation at the CETAD "Sembradores de Vida" in Santa Elena during 2026. A quantitative, descriptive-correlational, cross-sectional study was conducted with 32 participants selected through non-probability convenience sampling. Data were collected using a 25-item Likert-scale questionnaire validated by expert judgment and showing excellent reliability (Cronbach's alpha = 0.954). The findings revealed positive perceptions regarding participation in therapeutic activities, psychological support, self-esteem strengthening, development of coping skills, and planning of personal goals. Participants also reported high motivation to build a better future and establish a meaningful life project. It is concluded that the rehabilitation process strengthens personal, family, and social resources that contribute to the construction of life projects, representing a key element for comprehensive recovery and social reintegration.

Keywords: life project; rehabilitation; adolescents; psychoactive substance use; psychological support.

Introducción

La construcción del proyecto de vida constituye un proceso esencial para el desarrollo integral de los adolescentes y jóvenes, ya que orienta la definición de metas personales, educativas, laborales y sociales, fortaleciendo la capacidad

para afrontar los desafíos propios de esta etapa del ciclo vital. Diversas investigaciones recientes coinciden en que la existencia de un proyecto de vida estructurado se asocia con mayores niveles de bienestar psicológico, resiliencia y adaptación social, mientras que su ausencia incrementa la vulnerabilidad frente a conductas de riesgo como el consumo de sustancias psicoactivas y la exclusión social. Afonso et al. (2021) evidenciaron que los adolescentes en tratamiento por consumo problemático de sustancias reorganizan progresivamente sus expectativas de futuro durante el proceso terapéutico, favoreciendo el desarrollo de aspiraciones personales y relaciones afectivas más saludables. Asimismo, Eekhoudt et al. (2024) sostienen que la recuperación debe entenderse como un proceso integral que trasciende la abstinencia y promueve el desarrollo de proyectos de vida acordes con las necesidades y objetivos individuales de cada joven.

El consumo de sustancias psicoactivas continúa representando uno de los principales desafíos para la salud pública debido a sus repercusiones sobre la salud mental, el funcionamiento familiar y la integración social de los jóvenes. Una revisión integradora desarrollada por Ubillus Saltos et al. (2025) identificó que factores como la presión de pares, la desestructuración familiar, la baja autoestima y la ausencia de proyectos de vida constituyen importantes factores de riesgo para el inicio del consumo durante la adolescencia. En el contexto ecuatoriano, investigaciones recientes también destacan que los procesos de rehabilitación requieren estrategias que fortalezcan las habilidades socioemocionales, la autonomía y la reinserción social de las personas en recuperación, aspectos que disminuyen el riesgo de recaídas y favorecen una recuperación sostenible. En este sentido, Beltrán Delgado y Puzhi Zambrano (2025) resaltan la importancia de

la psicoeducación como herramienta para fortalecer la reinserción social de personas en proceso de rehabilitación por consumo de sustancias psicoactivas.

En este escenario, los Centros Especializados para el Tratamiento de Personas con Consumo Problemático de Alcohol y otras Drogas (CETAD) cumplen una función estratégica al ofrecer intervenciones dirigidas al fortalecimiento de las competencias personales, familiares y sociales necesarias para una recuperación integral. Murillo Vásconez (2025) señala que las intervenciones psicológicas integrativas favorecen la reconstrucción del autoconcepto, el manejo emocional y la resignificación de las experiencias asociadas al consumo, aspectos fundamentales para consolidar un proyecto de vida saludable. De igual manera, Herrera-Sánchez et al. (2025) destacan que el éxito de los procesos de rehabilitación depende de la articulación entre el acompañamiento profesional, el apoyo familiar y el desarrollo de recursos personales que permitan a los jóvenes afrontar los desafíos posteriores al tratamiento, favoreciendo una reinserción social efectiva. Estos hallazgos evidencian que la construcción del proyecto de vida constituye uno de los principales indicadores del éxito terapéutico durante la rehabilitación.

Bajo esta perspectiva, resulta pertinente analizar la construcción del proyecto de vida en jóvenes que participan en el proceso de rehabilitación del CETAD "Sembradores de Vida", ubicado en la provincia de Santa Elena, durante el año 2026. El presente estudio tiene como objetivo analizar la construcción del proyecto de vida considerando dimensiones relacionadas con la participación en las actividades terapéuticas, el apoyo psicológico, el fortalecimiento de la autoestima, el desarrollo de habilidades personales y la

planificación de metas futuras. La investigación busca aportar evidencia científica que contribuya al fortalecimiento de los programas de rehabilitación y a la implementación de estrategias orientadas a promover la autonomía, la reinserción familiar y comunitaria y la mejora de la calidad de vida de los jóvenes en proceso de recuperación, respondiendo a la necesidad de intervenciones integrales centradas en el desarrollo humano y no únicamente en la reducción del consumo de sustancias.

Materiales y Métodos

El presente estudio adoptó un enfoque cuantitativo, con un diseño descriptivo correlacional de corte transversal, por considerarse el más adecuado para analizar la construcción del proyecto de vida en jóvenes en proceso de rehabilitación e identificar la relación existente entre las variables involucradas, sin intervenir sobre el contexto natural de los participantes. Este diseño permite describir las características del fenómeno estudiado y examinar el grado de asociación entre variables en un momento específico, aportando evidencia empírica para comprender los factores personales y psicosociales que intervienen en el proceso de recuperación (Setia, 2016). En concordancia con Creswell y Creswell (2022), el enfoque cuantitativo facilita la obtención de información objetiva mediante procedimientos estandarizados, favoreciendo el análisis estadístico y la interpretación sistemática de los datos.

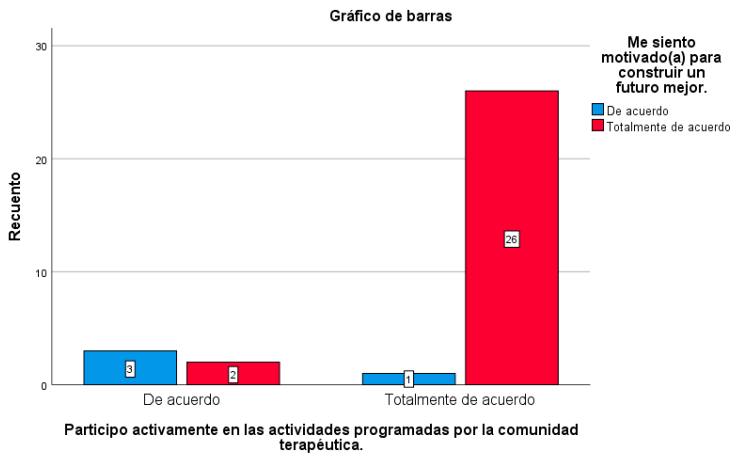
La población estuvo conformada por jóvenes que participaban activamente en el proceso terapéutico del CETAD "Sembradores de Vida", ubicado en la provincia de Santa Elena. Se trabajó con una muestra de 32 participantes, seleccionados mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia,

considerando como criterios de inclusión la permanencia activa en el programa de rehabilitación, la disponibilidad para participar voluntariamente en la investigación y el cumplimiento de las condiciones necesarias para responder el instrumento. La recolección de información se realizó mediante un cuestionario estructurado de 25 ítems en escala de Likert, diseñado para evaluar dimensiones relacionadas con la construcción del proyecto de vida en contextos de rehabilitación. El instrumento fue sometido a un proceso de validación por juicio de expertos para garantizar su pertinencia, claridad y correspondencia con el constructo teórico evaluado, siguiendo las recomendaciones metodológicas para investigaciones en el ámbito psicosocial (Moreta-Herrera et al., 2018).

La consistencia interna del cuestionario se determinó mediante el coeficiente alfa de Cronbach, obteniéndose un valor de $\alpha = 0,954$, indicador que evidencia una confiabilidad excelente y confirma una elevada homogeneidad entre los ítems del instrumento, lo que fortalece la precisión y credibilidad de los resultados obtenidos (Taber, 2017). Posteriormente, la información fue recopilada en las instalaciones del CETAD, respetando los principios éticos de confidencialidad, anonimato y consentimiento informado. Los datos fueron procesados con IBM SPSS Statistics versión 25, empleando estadísticos descriptivos (frecuencias, porcentajes y medidas de tendencia central) y análisis correlacionales mediante el coeficiente de Pearson, técnicas que permitieron describir el comportamiento de las variables e identificar la magnitud de las asociaciones existentes entre los componentes del proyecto de vida en los jóvenes participantes.

Resultados

Figura 44.
Participación activa en las actividades programadas por la comunidad terapéutica y motivación para construir un futuro mejor



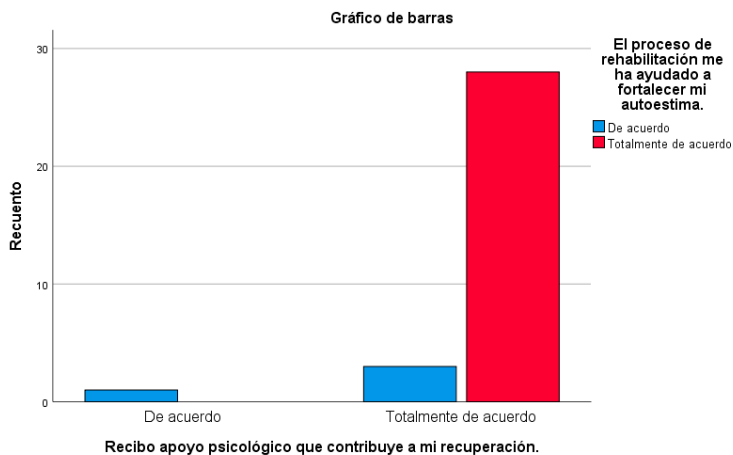
Fuente: Elaboración propia.

Los resultados evidencian una marcada correspondencia entre la participación activa en las actividades desarrolladas por la comunidad terapéutica y la motivación de los jóvenes para construir un futuro mejor. La mayor concentración de respuestas se ubicó en los niveles más altos de la escala, destacándose 26 participantes que manifestaron una valoración máxima en ambas variables. Esta distribución refleja que la implicación en las actividades terapéuticas se acompaña de una percepción positiva respecto a las expectativas de vida y al compromiso con el proceso de recuperación, mientras que las respuestas restantes se concentraron en niveles igualmente favorables, sin registrarse valoraciones de desacuerdo.

Desde una perspectiva analítica, estos hallazgos sugieren que la participación constante en las actividades propuestas por el CETAD constituye un elemento que fortalece la

motivación para proyectarse hacia el futuro. La escasa dispersión de las respuestas y el predominio de valoraciones positivas permiten inferir que las intervenciones desarrolladas por la comunidad terapéutica favorecen no solo la adherencia al tratamiento, sino también la construcción de expectativas personales orientadas al cambio, la reinserción social y el desarrollo de un proyecto de vida, aspectos considerados fundamentales dentro de los procesos de rehabilitación integral.

Figura 45.
Apoyo psicológico recibido y fortalecimiento de la autoestima



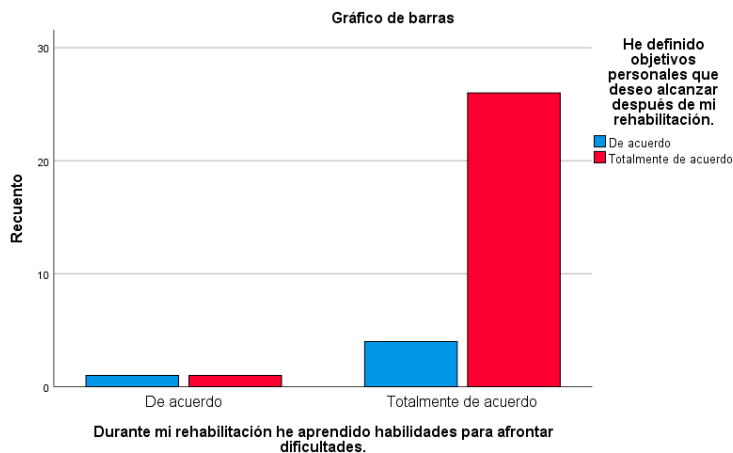
Fuente: Elaboración propia.

Los resultados evidencian una relación favorable entre el apoyo psicológico recibido y el fortalecimiento de la autoestima de los jóvenes durante su proceso de rehabilitación. La mayor concentración de respuestas se ubicó en los niveles más altos de la escala, destacándose 28 participantes que manifestaron una valoración máxima en ambas variables. De manera complementaria, tres participantes percibieron un elevado nivel de apoyo psicológico, aunque valoraron en un nivel ligeramente inferior el fortalecimiento de su autoestima,

mientras que únicamente un participante presentó una valoración intermedia en ambas dimensiones. Esta distribución refleja una elevada consistencia en la percepción positiva de los beneficios del acompañamiento psicológico.

Desde una perspectiva analítica, estos hallazgos sugieren que el apoyo psicológico constituye uno de los componentes más relevantes dentro del proceso terapéutico, al favorecer el fortalecimiento de la autoestima como recurso protector frente a las dificultades propias de la recuperación. La predominancia de respuestas positivas permite inferir que las intervenciones desarrolladas en el CETAD contribuyen al desarrollo de una autoimagen más positiva, al incremento de la confianza personal y a la consolidación de recursos emocionales necesarios para afrontar el proceso de rehabilitación. En consecuencia, el acompañamiento psicológico no solo favorece la estabilidad emocional de los jóvenes, sino que también fortalece las bases para la construcción de un proyecto de vida orientado a la reinserción familiar, social y comunitaria.

Figura 46.
Desarrollo de habilidades y definición de objetivos personales



Fuente: Elaboración propia.

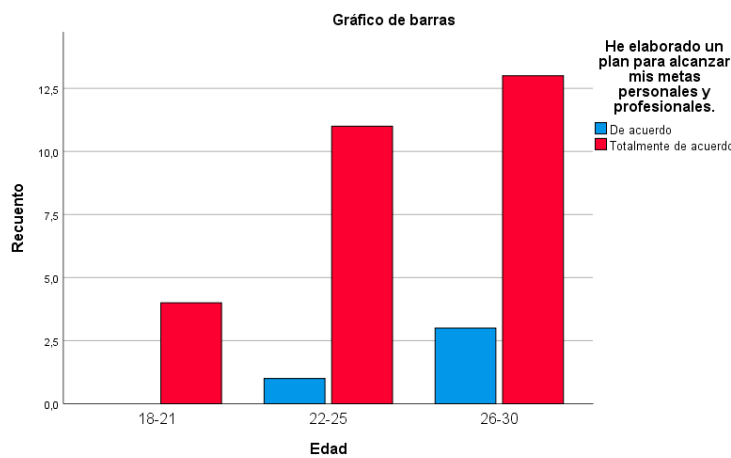
Los resultados muestran una asociación favorable entre el desarrollo de habilidades para afrontar las dificultades y la definición de objetivos personales en los jóvenes en proceso de rehabilitación. La mayor concentración de respuestas se ubicó en los niveles más altos de la escala, destacándose 26 participantes que manifestaron una valoración máxima en ambas variables. Las respuestas restantes se distribuyeron en niveles igualmente positivos, lo que evidencia una baja variabilidad en las percepciones y un predominio de valoraciones orientadas hacia el fortalecimiento de las capacidades personales y la planificación del futuro.

Desde una perspectiva analítica, estos hallazgos permiten inferir que el proceso de rehabilitación favorece la adquisición de competencias personales que trascienden la superación del consumo de sustancias psicoactivas. El fortalecimiento de habilidades para afrontar situaciones adversas parece estar estrechamente vinculado con la capacidad de establecer metas realistas y proyectarse hacia un futuro con mayores expectativas de desarrollo personal, educativo y social. En este sentido, el desarrollo de habilidades de afrontamiento constituye un recurso protector que incrementa la autonomía, la toma de decisiones y el compromiso con el proyecto de vida, aspectos fundamentales para consolidar una recuperación sostenible y reducir el riesgo de recaídas.

Los resultados evidencian que la planificación de metas personales y profesionales constituye una percepción ampliamente compartida entre los jóvenes participantes, independientemente de su grupo etario. Aunque el grupo de 26 a 30 años concentró el mayor número de respuestas favorables (13 participantes), seguido por el grupo de 22 a 25 años (11 participantes) y el de 18 a 21 años (4 participantes), en todos los rangos de edad predominó una valoración positiva

respecto a la elaboración de un plan para alcanzar sus objetivos. Esta distribución sugiere que la planificación del proyecto de vida es una característica presente a lo largo del proceso de rehabilitación y no un aspecto condicionado exclusivamente por la edad de los participantes.

Figura 47.
Edad y elaboración de un plan para alcanzar metas personales y profesionales

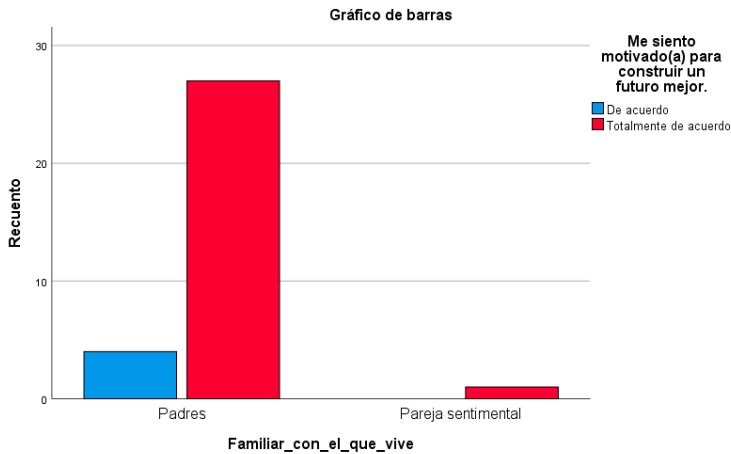


Fuente: Elaboración propia.

Desde una perspectiva analítica, los hallazgos permiten inferir que el proceso terapéutico favorece el desarrollo de competencias orientadas a la proyección del futuro, independientemente de la etapa de juventud en la que se encuentren los participantes. No obstante, la mayor concentración de respuestas positivas en el grupo de mayor edad podría estar relacionada con un mayor nivel de madurez personal, una experiencia acumulada frente a las consecuencias del consumo y una percepción más clara de la importancia de establecer metas alcanzables para consolidar su recuperación. En conjunto, los resultados reflejan que la rehabilitación contribuye a fortalecer la capacidad de planificación, la toma de decisiones y el compromiso con un

proyecto de vida, competencias fundamentales para favorecer una reinserción social sostenible y disminuir el riesgo de recaídas.

Figura 48.
Familiar con el que vive y motivación para construir un futuro mejor.



Fuente: Elaboración propia.

Los resultados evidencian que los jóvenes presentan una elevada motivación para construir un proyecto de vida orientado al cambio, independientemente del entorno familiar en el que conviven. La mayor parte de los participantes reside con sus padres, lo que refleja que este constituye el principal contexto de apoyo durante el proceso de rehabilitación. En términos generales, las respuestas muestran una percepción favorable respecto a las expectativas de futuro y al compromiso con la recuperación, sin observarse diferencias relevantes entre los grupos analizados.

Desde una perspectiva analítica, la convivencia con la familia, particularmente con los padres, puede interpretarse como un factor que favorece el fortalecimiento de la motivación y la permanencia en el proceso terapéutico. La presencia de una

red de apoyo cercana facilita el acompañamiento emocional, la supervisión y el fortalecimiento de vínculos afectivos, elementos que contribuyen a consolidar la confianza para proyectarse hacia metas personales y sociales. No obstante, el reducido número de participantes que conviven con otras figuras familiares impide establecer comparaciones concluyentes entre los distintos tipos de convivencia. En conjunto, los hallazgos sugieren que el apoyo familiar constituye un recurso importante para la reconstrucción del proyecto de vida y la reinserción social de los jóvenes atendidos en el CETAD Sembradores de Vida.

Discusión

Los resultados obtenidos evidencian que el proceso de rehabilitación desarrollado en el CETAD "Sembradores de Vida" favorece la construcción del proyecto de vida de los jóvenes al fortalecer dimensiones personales como la motivación, la autoestima, el afrontamiento de dificultades y la planificación de metas futuras. La elevada percepción positiva manifestada por los participantes sugiere que las estrategias implementadas dentro de la comunidad terapéutica contribuyen al desarrollo de recursos psicológicos que facilitan el compromiso con el cambio y la proyección hacia una vida libre del consumo de sustancias. Estos hallazgos permiten comprender que la rehabilitación constituye un proceso integral que no se limita al abordaje de la dependencia, sino que promueve el desarrollo de capacidades personales y sociales indispensables para la recuperación sostenible.

Los resultados coinciden con lo planteado por Moreta-Herrera et al. (2018), quienes sostienen que los programas de tratamiento orientados a personas con trastornos por consumo

de sustancias favorecen el fortalecimiento de habilidades personales, la autorregulación emocional y la reconstrucción del proyecto de vida como parte del proceso de reinserción social. Asimismo, Fuentes et al. (2015) destacan que el acompañamiento familiar y el apoyo psicológico representan factores protectores que fortalecen la autoestima, incrementan la motivación y favorecen la permanencia en los procesos terapéuticos. En el presente estudio, la percepción favorable sobre el apoyo psicológico y la convivencia predominante con los padres refuerza la importancia de integrar intervenciones familiares y terapéuticas que potencien los recursos personales de los jóvenes y consoliden cambios positivos durante la rehabilitación.

Finalmente, los hallazgos ponen de manifiesto que la construcción del proyecto de vida constituye un indicador relevante del éxito de los procesos de rehabilitación, ya que refleja la capacidad de los jóvenes para proyectarse hacia metas personales, educativas y laborales. En este sentido, fortalecer la motivación, la autoestima y las habilidades para afrontar las dificultades incrementa las posibilidades de una reinserción social efectiva y disminuye el riesgo de recaídas. No obstante, los resultados deben interpretarse considerando las limitaciones del estudio, especialmente el tamaño reducido de la muestra y el muestreo no probabilístico, lo que restringe la generalización de los hallazgos. Se recomienda que futuras investigaciones incorporen muestras más amplias y diseños longitudinales que permitan evaluar la evolución del proyecto de vida a lo largo del proceso terapéutico y después del egreso de las comunidades de rehabilitación.

Conclusiones

Los resultados del estudio permiten concluir que el proceso de rehabilitación desarrollado en el CETAD "Sembradores de Vida" contribuye de manera favorable a la construcción del proyecto de vida de los jóvenes participantes. La percepción positiva respecto a la motivación para construir un futuro mejor, el fortalecimiento de la autoestima, el desarrollo de habilidades para afrontar dificultades y la planificación de metas personales y profesionales evidencia que las estrategias implementadas por la comunidad terapéutica favorecen el desarrollo de recursos personales y psicosociales necesarios para una recuperación integral. Asimismo, el apoyo psicológico y el acompañamiento familiar emergen como elementos que fortalecen el compromiso con el tratamiento y la proyección hacia una reinserción social efectiva.

En función de estos hallazgos, se concluye que la rehabilitación de jóvenes con problemas de consumo de sustancias debe abordarse desde una perspectiva integral, incorporando intervenciones psicológicas, familiares, educativas y de desarrollo personal que fortalezcan la autonomía y la capacidad para construir un proyecto de vida sostenible. No obstante, debido al tamaño de la muestra y al tipo de muestreo empleado, los resultados deben interpretarse con cautela y no pueden generalizarse a otras poblaciones. Se recomienda desarrollar investigaciones con muestras más amplias y diseños longitudinales que permitan evaluar la permanencia de estos cambios a lo largo del tiempo y su impacto en la prevención de recaídas y en la reinserción social de los jóvenes.

Referencias bibliográficas

- Alejandro, M. H. (2011). Consumo de alcohol y drogas en adolescentes. *Revista Médica Clínica Las Condes*, 22(1), 98–109. [https://doi.org/10.1016/S0716-8640\(11\)70397-2](https://doi.org/10.1016/S0716-8640(11)70397-2)
- Anchundia Salazar, A. R., Pozo Chele, J. L., & Delgado Beltrán, R. E. (2023). Factores que inciden en el rendimiento académico de los estudiantes de la carrera de Gestión Social y Desarrollo de la UPSE, 2023. *Universidad y Sociedad*, 15(5), 420–429. <https://rus.ucf.edu.cu/index.php/rus/article/view/4088>
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2023). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (7th ed.). SAGE Publications. <https://uk.sagepub.com/en-gb/asi/research-design/book270550>
- Ernesto, L., Enrique, P., Estrada Jiménez, L. E., Alejandro, E., Alfonso, H., & Jiménez, E. (s. f.). Scientific Editing Seminar: Interinstitutional Initiative for Professionalizing Editorial Activity. Recuperado de <https://orcid.org/0000-0002-6446-1653>
- Fuentes, M. C., Alarcón, A., García, F., & Gracia, E. (2015). Consumo de alcohol, tabaco, cannabis y otras drogas en la adolescencia: Efectos de la familia y el barrio. *Anales de Psicología*, 31(3), 1000–1007. <https://doi.org/10.6018/analesps.31.3.183491>
- Garzón Ruiz, J. P., Cortés-Muñoz, F., Ferrer Buenaño, M. A., García Hernández, A. L., Lombana Cortés, J. J., Quimbay Mondragón, J. L., Gil Cabezas, M. A., Parada Fresneda, A. P., Buitrago Arcila, J. S., Agudelo Cruz, L. F., Fonseca Granados, L. D., & Ruiz Barrera, J. T. (2024). Relationship between psychoactive substance, alcohol and cigarette use in nursing students: A cross-sectional study. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 53(1), 73–84. <https://doi.org/10.1016/j.rcp.2021.11.003>

- González-Cortés, J.-H., Mejía-Lobo, M., & Rincón-Barreto, D.-M. (2023). Riesgo de consumo de sustancias psicoactivas y su relación con el uso problemático de videojuegos y redes sociales en estudiantes universitarios. *Psicogente*, 26(49). <https://doi.org/10.17081/psico.26.49.5728>
- Martínez Pastor, A., Balanza Galindo, S., Leal Hernández, M., Martínez Navarro, A., Conesa Bernal, C., & Abellán Alemán, J. (2009). Relación entre el consumo de tabaco y alcohol y el ejercicio físico con el paso por la universidad. *Atención Primaria*, 41(10), 558–563. <https://doi.org/10.1016/j.aprim.2009.01.006>
- Moreta-Herrera, R., Mayorga-Lascano, M., León-Tamayo, L., & Ilaja-Verdesoto, B. (2018). Consumo de sustancias legales, ilegales y fármacos en adolescentes y factores de riesgo asociados a la exposición reciente. *Health and Addictions/Salud y Drogas*, 18(1), 39–50. <https://doi.org/10.21134/haaj.v18i1.333>
- Palmera, O. M., Páez, Y. M. V., Vicencio, B. P., & Pozo Chele, J. L. (2023). Evaluación de la efectividad de las plataformas de aprendizaje en línea para la mejora del rendimiento académico en instituciones de educación superior. *Migration Letters*, 20(S4), 1272–1285. <https://doi.org/10.59670/ml.v20iS4.4602>
- Pozo Chele, J. L. (2023). Percepción de organización y liderazgo del barrio 25 de Septiembre del cantón La Libertad. *Santiago*, (Número especial), 287–300. <https://santiago.uo.edu.cu/index.php/stgo/article/view/13764/5165>
- Pozo Chele, J. L. (2026). Revisión sistemática de las intervenciones cognitivo-conductuales basadas en mindfulness en la mejora del rendimiento deportivo en jóvenes atletas. *Retos*, 76, 515–527. <https://doi.org/10.47197/retos.v76.118421>

- Setia, M. S. (2016). Methodology series module 3: Cross-sectional studies. *Indian Journal of Dermatology*, 61(3), 261–264. <https://doi.org/10.4103/0019-5154.182410>
- Taber, K. S. (2017). The use of Cronbach's alpha when developing and reporting research instruments in science education. *Research in Science Education*, 48(6), 1273–1296. <https://doi.org/10.1007/S11165-016-9602-2>



CAPÍTULO XV

CONSTRUCCIÓN DEL PROYECTO DE VIDA EN JÓVENES EN
PROCESO DE REHABILITACIÓN DEL CETAD SEMBRADORES DE
VIDA, SANTA ELENA, 2026

Diana de las Mercedes Solis Grijalva
<https://orcid.org/0009-0007-6831-7839>
dsolis5881@upse.edu.ec

Universidad Estatal Península de Santa Elena, (Ecuador).

Resumen

El uso de redes sociales por parte de adolescentes ha crecido de forma sostenida en la última década, lo que ha generado un intenso debate científico sobre sus efectos en la salud mental. El objetivo de este capítulo es analizar, mediante una revisión narrativa de la literatura, la evidencia disponible sobre la asociación entre el uso de redes sociales y el bienestar psicológico en la adolescencia. La metodología consistió en la revisión de estudios empíricos y revisiones sistemáticas publicados entre 2019 y 2022 en bases de datos científicas, priorizando investigaciones con muestras representativas y diseños longitudinales. Los resultados muestran que la asociación entre el tiempo de uso y los indicadores de malestar psicológico es, en general, de magnitud pequeña y depende de variables moderadoras como el tipo de uso (activo o pasivo), la edad, el género y la presencia de comparación social o cibervictimización. Se identifican mecanismos explicativos como la alteración del sueño, el miedo a perderse algo (FOMO) y la exposición a contenidos de comparación social ascendente. Se concluye que no existe evidencia suficiente para establecer una relación causal generalizada entre el uso de redes sociales y la psicopatología adolescente, por lo que las intervenciones deben orientarse hacia la alfabetización digital y el acompañamiento familiar y escolar, más que hacia la restricción indiscriminada del uso.

Palabras clave: redes sociales, salud mental, adolescencia, bienestar psicológico, uso problemático.

Abstract

The use of social media among adolescents has grown steadily over the past decade, generating intense scientific

debate about its effects on mental health. This chapter aims to analyze, through a narrative literature review, the available evidence on the association between social media use and psychological well-being in adolescence. The methodology consisted of reviewing empirical studies and systematic reviews published between 2019 and 2022, prioritizing research with representative samples and longitudinal designs. Results show that the association between usage time and indicators of psychological distress is generally small and depends on moderating variables such as type of use (active or passive), age, gender, and exposure to social comparison or cybervictimization. Explanatory mechanisms identified include sleep disruption, fear of missing out (FOMO), and exposure to upward social comparison content. It is concluded that there is insufficient evidence to establish a generalized causal relationship between social media use and adolescent psychopathology, so interventions should focus on digital literacy and family and school support rather than indiscriminate restriction of use.

Keywords: social media, mental health, adolescence, psychological well-being, problematic use.

Introducción

En la última década, el uso de redes sociales se ha convertido en una práctica cotidiana entre los adolescentes de buena parte del mundo, hasta el punto de resultar difícil de disociar de su experiencia social contemporánea. Paralelamente, distintos organismos de salud pública han alertado sobre el incremento de los problemas de salud mental en la adolescencia: se estima que uno de cada siete adolescentes de entre 10 y 19 años vive con un trastorno mental, y la

depresión y la ansiedad figuran entre las principales causas de discapacidad en este grupo etario (Organización Mundial de la Salud [OMS], 2024). Esta coincidencia temporal ha alimentado un intenso debate público y académico sobre si las plataformas digitales son, en efecto, responsables del deterioro del bienestar psicológico juvenil, o si dicha atribución simplifica en exceso un fenómeno multicausal.

La literatura científica sobre este tema es abundante pero heterogénea en sus conclusiones. Mientras algunos estudios de corte transversal han encontrado correlaciones estadísticamente significativas entre el tiempo de pantalla y síntomas de ansiedad o depresión, las revisiones metodológicamente más rigurosas señalan que dichas asociaciones son, en la mayoría de los casos, de magnitud pequeña y no permiten establecer relaciones de causalidad. Esta disparidad de hallazgos justifica una revisión que ordene la evidencia disponible y distinga entre el efecto del tiempo de uso y el de otras variables que actúan como mediadoras o moderadoras.

En este contexto, el objetivo del presente capítulo es analizar, a través de una revisión narrativa de la literatura científica reciente, la evidencia disponible sobre la relación entre el uso de redes sociales y la salud mental de los adolescentes, e identificar los mecanismos y variables moderadoras que explican dicha relación.

Según Twenge et al. (2022), un mayor uso de redes sociales se asocia con más síntomas depresivos y ansiosos en adolescentes, siendo el efecto comparativamente mayor entre las mujeres adolescentes.

La magnitud de esta asociación, sin embargo, es considerablemente menor de lo que suele presentarse en el debate público: en un análisis de tres grandes bases de datos,

el uso de tecnología digital explicó, como máximo, un 0,4% de la varianza en el bienestar de los adolescentes (Orben & Przybylski, 2019).

Una revisión sistemática de veinte estudios sobre adolescentes concluyó que el uso de redes sociales se relaciona con la depresión, la ansiedad y el malestar psicológico en este grupo etario, particularmente a través de la alteración del sueño, la comparación social y los patrones de uso problemático, más que a través del tiempo de pantalla considerado de forma aislada. (Keles et al., 2020)

De acuerdo con Keles et al. (2020), los mecanismos que vinculan el uso de redes sociales con el malestar psicológico en la adolescencia pueden sintetizarse del siguiente modo:

El uso pasivo de las plataformas —entendido como el consumo de contenido ajeno sin interacción directa— se relaciona de forma más consistente con síntomas depresivos que el uso activo, orientado a la comunicación y a la creación de contenido; la comparación social ascendente, es decir, la tendencia a compararse con perfiles idealizados, erosiona la autoestima; y la alteración de los patrones de sueño por el uso nocturno del dispositivo actúa como una vía adicional de malestar emocional (Keles et al., 2020).

Otros hallazgos relevantes de la literatura pueden presentarse de forma similar, destacando el papel de las variables moderadoras:

La mayor parte de la evidencia disponible proviene de estudios transversales realizados en poblaciones de Estados Unidos y Europa, con escasa representación de adolescentes de América Latina; los efectos reportados tienden a ser mayores en mujeres adolescentes que en varones, y las asociaciones observadas no permiten distinguir con claridad si el malestar

psicológico antecede al uso intensivo de redes sociales, lo sigue, o ambos se refuerzan mutuamente en un ciclo bidireccional (Odgers & Jensen, 2020).

Materiales y Métodos

La revisión se realizó mediante búsquedas en las bases de datos PubMed, Scopus y PsycINFO, combinando los términos «social media», «adolescents», «mental health», «depression» y «anxiety». Se priorizaron artículos publicados entre 2019 y 2022 en revistas indexadas, con especial atención a revisiones sistemáticas, metaanálisis y estudios con diseños longitudinales o de gran tamaño muestral, dado que este tipo de evidencia permite controlar mejor los sesgos habituales de los estudios transversales de autorreporte.

La revisión de la literatura permite organizar los hallazgos en tres grandes ejes: la magnitud de la asociación entre uso de redes sociales y bienestar psicológico, los mecanismos que explican dicha asociación y las variables que la moderan. En conjunto, los estudios de mayor calidad metodológica coinciden en que el efecto directo del tiempo de pantalla sobre indicadores de salud mental es pequeño, mientras que factores como el tipo de uso, el contenido consumido y las características individuales del adolescente explican una proporción mayor de la varianza observada.

Estos resultados responden parcialmente al objetivo planteado: confirman que existe una asociación entre el uso de redes sociales y la salud mental adolescente, pero contradicen la hipótesis de un efecto causal directo y uniforme. La comparación con la literatura previa muestra que los estudios que reportan efectos de mayor magnitud suelen basarse en medidas de autorreporte poco precisas y en diseños

transversales incapaces de establecer la dirección de la relación, mientras que los estudios longitudinales y de especificación múltiple tienden a matizar considerablemente estas conclusiones.

Tabla 26
Variables y definiciones operacionales

Variable	Definición operacional
Uso activo	Interacciones directas (mensajes, publicaciones, comentarios) que implican comunicación con otras personas.
Uso pasivo	Consumo de contenido ajeno (scroll, visualización de publicaciones e historias) sin interacción directa.
Uso problemático	Patrón de uso caracterizado por pérdida de control, interferencia con actividades cotidianas y malestar al no poder conectarse.

Fuente: Elaboración propia.

Keles et al. (2020) y Odgers y Jensen (2020) permiten agrupar los principales mecanismos explicativos de la relación entre redes sociales y salud mental adolescente en tres categorías, tal como se observa en la Tabla 2.

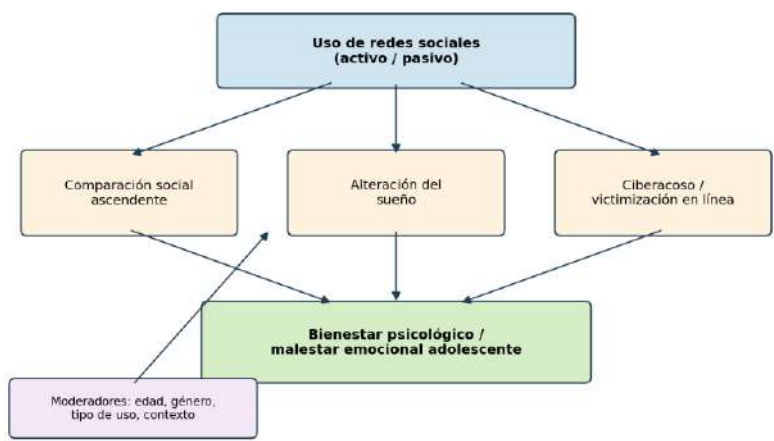
Tabla 27
Mecanismos explicativos de la relación entre redes sociales y salud mental adolescente

Mecanismo	Descripción
Comparación social	La exposición constante a versiones idealizadas de la vida de otras personas favorece comparaciones ascendentes que erosionan la autoestima y se asocian con síntomas depresivos, especialmente cuando el uso es pasivo.
Alteración del sueño	El uso del dispositivo antes de dormir retrasa la conciliación del sueño y reduce su calidad, lo que a su vez incrementa la vulnerabilidad a la ansiedad y la irritabilidad durante el día.
Ciberacoso y victimización en línea	La exposición a comentarios hostiles, exclusión social o difusión no consentida de contenido personal a través de redes sociales constituye uno de los predictores más consistentes de ansiedad, depresión e ideación suicida en la literatura revisada.

Fuente: Elaboración propia.

La integración de estos tres mecanismos, junto con las variables moderadoras identificadas en la literatura (edad, género, tipo de uso), permite proponer un modelo conceptual simplificado de la relación entre el uso de redes sociales y la salud mental adolescente, el cual se ilustra en la Figura 1.

Figura 49.
Modelo conceptual de la relación entre el uso de redes sociales y la salud mental en la adolescencia



Fuente: Elaboración propia.

Conclusiones

La evidencia científica revisada indica que la relación entre el uso de redes sociales y la salud mental de los adolescentes es real, pero de magnitud modesta, y está mediada por la forma de uso (activo o pasivo), la calidad de las interacciones y las características individuales de cada adolescente.

Los estudios de mayor rigor metodológico coinciden en que el tiempo de pantalla, por sí solo, explica una proporción muy reducida de la varianza en el bienestar psicológico adolescente, lo que contradice los planteamientos deterministas que

atribuyen a las plataformas digitales la responsabilidad exclusiva del aumento de los trastornos de ansiedad y depresión en este grupo etario.

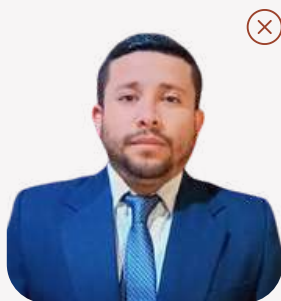
En respuesta al objetivo planteado, se concluye que las estrategias de prevención e intervención más prometedoras no son las de restricción generalizada del acceso, sino aquellas orientadas al desarrollo de competencias de alfabetización digital, al acompañamiento parental activo y a la identificación temprana de patrones de uso problemático. Futuras investigaciones deberían priorizar diseños longitudinales y experimentales que permitan establecer relaciones de causalidad y diferenciar los efectos según el tipo de plataforma, el contenido consumido y las características evolutivas de la adolescencia, con especial atención a poblaciones latinoamericanas, actualmente subrepresentadas en la literatura disponible.

Referencias bibliográficas

- Keles, B., McCrae, N., & Grealish, A. (2020). A systematic review: the influence of social media on depression, anxiety and psychological distress in adolescents. *International Journal of Adolescence and Youth*, 25(1), 79-93. <https://doi.org/10.1080/02673843.2019.1590851>
- Odgers, C. L., & Jensen, M. R. (2020). Annual research review: Adolescent mental health in the digital age: Facts, fears, and future directions. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 61(3), 336-348. <https://doi.org/10.1111/jcpp.13190>
- Orben, A., & Przybylski, A. K. (2019). The association between adolescent well-being and digital technology use. *Nature*

- Human Behaviour, 3, 173-182.
<https://doi.org/10.1038/s41562-018-0506-1>
- Paz Enrique, L. E., Estrada Jiménez, L. E. y Hernández Alfonso, E. A. (2024). Seminario de Edición Científica: iniciativa interinstitucional para la profesionalización de la actividad editorial. ULEAM Bahía Magazine (UBM), 5(8), 140-147.
<https://doi.org/10.17613/2dq3-ms92>
- Twenge, J. M., Haidt, J., Lozano, J., & Cummins, K. M. (2022). Specification curve analysis shows that social media use is linked to poor mental health, especially among girls. Acta Psychologica, 224, 103512.
<https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2022.103512>
- World Health Organization. (2024). Mental health of adolescents [Fact sheet]. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>

PERFIL PROFESIONAL



Jorge Luis Pozo Chele

Docente de la Universidad Estatal Península de Santa Elena, (Ecuador).

pozo@upse.edu.ec

<https://orcid.org/0000-0003-3231-8948>

Psicólogo Social y Doctor en Ciencias de la Educación. Posee Maestrías en Gestión Social y Desarrollo, Neuropsicología del Aprendizaje e Investigación Aplicada a la Psicología. Es Docente investigador en la Universidad Estatal Península de Santa Elena, (Ecuador). Su trayectoria integra la Psicología, Educación, Investigación y el Desarrollo comunitario.

Participa en proyectos sobre salud mental, aprendizaje, políticas públicas y bienestar social. Su labor académica promueve una educación inclusiva, crítica y comprometida con el desarrollo social y comunitario.

La obra reúne investigaciones que exploran los desafíos emocionales, académicos y sociales presentes en escenarios escolares, universitarios y comunitarios. Desde experiencias situadas en Santa Elena, la obra aborda las dificultades de aprendizaje, el rendimiento académico y las relaciones entre el estrés, la calidad del sueño y la resiliencia. Asimismo, examina las redes de apoyo y la construcción del proyecto de vida en jóvenes en proceso de rehabilitación, incorporando una perspectiva orientada a comprender sus recursos personales y sociales. En el ámbito de la convivencia, analiza el ciberacoso y la autoestima, las estrategias de intervención docente y las competencias para prevenir y atender el acoso escolar, junto con las percepciones sobre la prevención de la violencia de género y el consumo de alcohol. También explora la relación entre depresión y uso problemático de redes sociales, la sobrecarga cognitiva digital y las dificultades de atención sostenida vinculadas al uso del celular. Dirigido a estudiantes, docentes, investigadores y profesionales, este libro ofrece elementos para reflexionar sobre el bienestar psicológico y orientar propuestas educativas y psicosociales sensibles al contexto, reconociendo la importancia del acompañamiento, la prevención y el fortalecimiento de entornos protectores.