



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGIA
MODALIDAD PRESENCIAL



**TRABAJO DE INTEGRACION CURRICULAR
PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE:**

LICENCIADO EN PSICOLOGIA

TEMA:

APOYO SOCIAL Y ESTRÉS ACADÉMICO, EN ESTUDIANTES DE CUARTO Y
QUINTO SEMESTRE DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA DE LA UNIVERSIDAD
TÉCNICA DE BABAHOYO.

AUTORES:

MOROCHO ROSADO ALEXANDRA PAOLA
RODRIGUEZ CARCAMO SANTIAGO ROBERTO

TUTOR:

MSC. MORAN MURILLO GLORIA ADELINA

BABAHOYO – LOS RÍOS – ECUADOR

ABRIL 2024 – AGOSTO 2024



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGIA
MODALIDAD PRESENCIAL



DEDICATORIA

A nuestros padres, por su constante apoyo y confianza en nuestras capacidades. Su ejemplo de perseverancia y dedicación ha sido una guía invaluable en nuestras vidas, y su amor incondicional nos han dado la fuerza necesaria para superar cada desafío.

A nuestros hermanos, por ser una fuente constante de inspiración y motivación. Su apoyo y compañía han sido fundamentales para mantenernos enfocados y comprometidos con nuestros objetivos académicos.

A la Msc. Nathaly Mendoza Sierra, por su guía y por sus valiosos consejos a lo largo de este proceso. Su sabiduría y experiencia han sido cruciales para el desarrollo y la finalización de este trabajo, y su confianza en nosotros nos han impulsado a alcanzar nuestras metas.

Finalmente, pero con igual importancia, nos dedicamos este proyecto a nosotros mismos. Nuestra colaboración, espíritu de equipo y dedicación fueron esenciales para alcanzar los resultados que hoy mostramos. Juntos superamos obstáculos, intercambiamos ideas y nos brindamos apoyo en cada fase del proyecto.

Morocho Rosado Alexandra Paola
Rodríguez Cárcamo Santiago Roberto



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGIA
MODALIDAD PRESENCIAL



AGRADECIMIENTO

En primer lugar, queremos expresar nuestro más profundo agradecimiento a Msc. Gloria Morán Murillo, quien nos brindó su orientación, conocimiento y apoyo durante todo el desarrollo de esta tesis. Su dedicación y paciencia fueron cruciales para alcanzar nuestros objetivos.

Agradecemos también a la escuela de Psicología de la Universidad Técnica de Babahoyo y a todos los profesores que nos impartieron sus enseñanzas a lo largo de nuestra carrera. Sus aportes han sido fundamentales en nuestra formación académica y profesional.

Nuestro agradecimiento se extiende a nuestras familias, por su amor y comprensión durante estos años de estudio. Su apoyo emocional y financiero ha sido esencial para la realización de este trabajo.

Queremos reconocer la colaboración y amistad de nuestros compañeros de clase, quienes estuvieron siempre dispuestos a ofrecer su ayuda y compartir sus conocimientos. Juntos hemos superado desafíos y celebrados logros que siempre recordaremos.

Finalmente, agradecemos a los estudiantes de cuarto y quinto semestre de la carrera de Psicología, cuya contribución específica fue vital para la culminación de esta tesis.

A todos, muchas gracias.

Morocho Rosado Alexandra Paola
Rodríguez Cárcamo Santiago Roberto



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGIA
MODALIDAD PRESENCIAL



ÍNDICE

DEDICATORIA	ii
AGRADECIMIENTO	iii
RESUMEN	ix
ABSTRACT.....	x
CAPITULO I	1
1. Introducción	1
1.1. Contextualización de la situación problemática	2
1.1.1. Contexto Internacional	2
1.1.2. Contexto Nacional	3
1.1.3. Contexto Local.....	4
1.2. Planteamiento del problema.....	5
1.3. Justificación	6
1.4. Objetivo de la investigación.....	7
1.4.1. Objetivo general	7
1.4.2. Objetivos específicos	7
1.5. Hipótesis	7
CAPITULO II.....	8
2. Marco Teórico.....	8
2.1. Antecedentes	8
2.2. Bases teóricas.....	12
2.2.1. Apoyo Social	12
2.2.1.1. Tipos de apoyo social.....	16
2.2.1.2. Importancia del apoyo social en la salud mental y bienestar	17
2.2.1.3. Dimensiones del apoyo social.....	18
2.2.1.4. Teorías.....	19



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGIA
MODALIDAD PRESENCIAL



2.2.1.5. Estudios previos sobre apoyo social.....	20
2.2.3. <i>Estrés académico</i>	21
2.2.3.1. Efectos del estrés académico	22
2.2.3.2. Dimensiones del estrés académico.....	24
2.2.3.3. Estrategias de afrontamiento del estrés académico.....	25
2.2.3.4. Teorías sobre el estrés académico y su impacto en el bienestar estudiantil	26
2.2.3.5. Estudios previos sobre estrés académico	27
3. Metodología	28
3.1. Tipo y diseño de la investigación.....	28
3.1.1. <i>Investigación correlacional</i>	28
3.1.2. <i>Enfoque Cuantitativo</i>	28
3.1.3. <i>No experimental</i>	28
3.1.4. <i>Transversal</i>	29
3.2. Operacionalización de las variables.....	29
3.3. Población y Muestra	31
3.3.1. <i>Población</i>	31
3.3.2. <i>Muestra</i>	31
3.4. Técnicas e instrumentos de medición	32
3.4.1. <i>Técnicas</i>	32
3.4.2. <i>Test psicométricos</i>	32
3.4.3. <i>Instrumentos</i>	32
3.5. Procesamiento de datos.....	33
3.6. Aspectos éticos.....	41
CAPITULO VI RESULTADOS Y DISCUSIÓN	43
4.1. Resultados	43
4.2. Discusión.....	47



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGIA
MODALIDAD PRESENCIAL



CAPÍTULO V – CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	51
5.1. Conclusiones	51
5.2. Recomendaciones	52
Referencias.....	53
ANEXOS	60



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGIA
MODALIDAD PRESENCIAL



ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 <i>Operacionalización de las variables</i>	29
Tabla 2 <i>Población y muestra</i>	35
Tabla 3 <i>Datos personales de los evaluados</i>	35
Tabla 4 <i>Inventario SISCO de Éstres Académico</i>	36
Tabla 5 <i>Estímulos estresores</i>	36
Tabla 6 <i>Síntomas</i>	37
Tabla 7 <i>Estrategias de afrontamiento</i>	38
Tabla 8 <i>Escala Multidimensional de Apoyo Social Percibido (MSPSS)</i>	39
Tabla 9 <i>Matriz de correlación</i>	39
Tabla 10 <i>Resultados descriptivos de la muestra</i>	39



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGIA
MODALIDAD PRESENCIAL



ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1 <i>Escala Multidimensional de Apoyo Social Percibido (MSPSS)</i>	65
Figura 2 <i>Inventario SISCO de Estrés Académico</i>	65
Figura 3 <i>Estímulos estresores</i>	66
Figura 4 <i>Síntomas</i>	66
Figura 5 <i>Estrategias de afrontamiento</i>	67
Figura 6 <i>Matriz de correlación</i>	67



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGIA
MODALIDAD PRESENCIAL



RESUMEN

La presente investigación se centra en analizar la relación entre las variables de apoyo social y el estrés académico en los estudiantes de cuarto y quinto semestres de la carrera de Psicología en la Universidad Técnica de Babahoyo. El apoyo social se define como la red de recursos emocionales y materiales que ofrecen respaldo ante situaciones estresantes, mejorando el bienestar general del individuo, mientras que el estrés académico abarca las tensiones derivadas de las demandas del entorno educativo, con posibles impactos negativos en el rendimiento y salud mental estudiantil. La población total del estudio comprende 159 estudiantes, seleccionándose una muestra de 88 mediante muestreo aleatorio probabilístico simple. Utilizando un enfoque cuantitativo correlacional y un diseño no experimental y transversal, se aplicaron técnicas psicométricas con el Inventario SISCO de estrés académico, desarrollado por Barraza en 2007, y la Escala Multidimensional del Apoyo Percibido (MSPSS), creada por Zimet, Dahlem, Zimet y Farley en 1988. Los resultados del análisis de correlación revelaron un coeficiente de Spearman de 0.210, indicando una leve correlación positiva entre apoyo social percibido y estrés académico. Sin embargo, el valor p de 0.975 con 86 grados de libertad no alcanzó significancia estadística, esto sugiere que la asociación observada podría deberse al azar o a variables no consideradas en este estudio. Por lo tanto, aunque se observa una tendencia hacia mayores niveles de estrés académico con mayor percepción de apoyo social, no se obtuvo evidencia suficiente para afirmar una correlación clara y significativa en este grupo específico de estudiantes.

Palabras claves: Apoyo social, estrés académico, bienestar estudiantil.



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGIA
MODALIDAD PRESENCIAL



ABSTRACT

The present research focuses on analyzing the relationship between the variables of social support and academic stress in fourth and fifth semester students of Psychology at Universidad Técnica de Babahoyo. Social support is defined as the network of emotional and material resources that provide backing in stressful situations, enhancing the overall well-being of the individual, while academic stress encompasses the tensions arising from the demands of the educational environment, potentially impacting student performance and mental health negatively. The total population of the study comprises 159 students, with a sample of 88 selected through simple random probabilistic sampling. Employing a quantitative correlational approach and a non-experimental, cross-sectional design, psychometric techniques were applied using the SISCO Academic Stress Inventory, developed by Barraza in 2007, and the Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS), created by Zimet, Dahlem, Zimet, and Farley in 1988. The results of the correlation analysis revealed a Spearman coefficient of 0.210, indicating a slight positive correlation between perceived social support and academic stress. However, the p-value of 0.975 with 86 degrees of freedom did not reach statistical significance, suggesting that the observed association could be due to chance or unconsidered variables in this study. Therefore, although there is a tendency towards higher levels of academic stress with greater perception of social support, there was insufficient evidence to assert a clear and significant correlation in this specific group of students.

Keywords: Social support, academic stress, student well-being.

CAPITULO I

1. Introducción

La investigación se enfoca en explorar la relación entre el apoyo social y el estrés académico en estudiantes de psicología, un tema de interés creciente en el ámbito educativo y psicológico. El estrés académico es una preocupación común entre los estudiantes universitarios, y se ha reconocido la importancia del apoyo social como factor protector contra este fenómeno. Sin embargo, la comprensión de esta relación específica en el contexto de la psicología estudiantil aún necesita ser examinada con detalle.

El propósito fundamental de este proyecto es analizar cómo el apoyo social puede influir en el nivel de estrés académico experimentado por los estudiantes de psicología. Esta investigación busca examinar los factores sociales que pueden mitigar o exacerbar el estrés relacionado con el rendimiento académico en este grupo específico de estudiantes.

El proyecto está estructurado de las siguientes partes: En la primera parte, se establecen los fundamentos del estudio, incluyendo la introducción, la justificación del mismo, la contextualización de las variables relevantes, el planteamiento del problema, los objetivos de la investigación y las hipótesis a evaluar. La segunda parte del proyecto aborda los antecedentes y el marco teórico que sustentan la investigación, proporcionando una revisión exhaustiva de la literatura disponible sobre el tema. La tercera parte detalla la metodología utilizada en el estudio, incluyendo el tipo y diseño de investigación, la operacionalización de las variables, la descripción de la población y muestra, las técnicas e instrumentos de recolección de datos, así como los procedimientos para el análisis. En la cuarta parte presenta los resultados obtenidos y se realiza una discusión, analizando e interpretando los datos recopilados, sobre el tema. Finalmente, en la quinta parte se exponen las conclusiones y recomendaciones.

1.1. Contextualización de la situación problemática

1.1.1. Contexto Internacional

En una investigación realizada en América Latina, Caldera-Montes et al. (2017) con 988 participantes encontraron que los estudiantes universitarios mexicanos que experimentaron un menor apoyo emocional, económico y académico por parte de sus familias tenían niveles más altos de estrés académico. Estos resultados sugieren el papel fundamental del apoyo familiar en el control del estrés durante la educación superior. El estudio actual enfatiza la necesidad de estrategias de apoyo personalizado, tanto en su casa como en la institución, para satisfacer las necesidades emocionales y prácticas de los estudiantes de educación superior.

Zamora et al. (2021, citado en Mera, 2023) llevaron a cabo un estudio minucioso en una institución de educación superior pública del estado de Jalisco, México. La investigación abarcó a una muestra representativa de 1042 estudiantes, de los cuales 621 eran mujeres y 421 hombres, con una edad promedio de 20.6 años. Se aplicó a estos sujetos el Inventario de Estrés Académico, en combinación con una escala diseñada para medir el apoyo social de los familiares y amigos. La encuesta reveló que el estrés académico se manifestaba en los participantes a un nivel promedio que variaba entre moderado y bajo en las herramientas de evaluación utilizadas para el propósito. En términos de situaciones desencadenantes regulares, los indicadores también se equilibraron en el rango moderado. Sin embargo, las respuestas fisiológicas al estrés parecían ser bajas. Un hallazgo adicional y significativo fue que los estudiantes contaban con un alto nivel de apoyo social. Se ha demostrado una relación positiva entre el estrés académico y el apoyo social. Esto significó que los estudiantes que claramente recibieron una cantidad considerable de apoyo tendían a manejar mejor el estrés académico. Este resultado se considera especialmente importante debido que demuestra que el entorno de la salud del estudiante puede ser un factor significativo en la disminución del estrés académico.

Asenjo-Alarcón et al. (2021) realizaron una investigación completa sobre una población de 122 estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional Autónoma de Chota en Perú, que comprendía desde el primer hasta el quinto ciclo académico. Los participantes, con edades que oscilaban entre los 17 y 29 años, presentaron análisis de su nivel de estrés con la herramienta SISCO-SV. Los autores también encontraron patrones significativos en varias dimensiones del estrés académico. Para la dimensión de síntomas, el nivel severo de estrés académico justificó el 42.5% de las mujeres, y el nivel de los hombres era leve en el

48.6%. En cuanto a la dimensión de estresores, las proporciones de mujeres y varones con severos niveles de estrés se calculaban de 64.4% y 72.2% respectivamente. La información había revelado una alta prevalencia de factores estresantes entre los dos sexos. Por último, según la dimensión de estrategias de afrontamiento, un severo nivel de estrés afectaba a un 62.1% de las mujeres y un 60.0% de los hombres, implicando que los dos sexos afrontaban enormes dificultades al gestionar el estrés académico.

1.1.2. Contexto Nacional

De acuerdo al estudio de Santos (2017), llevado a cabo entre estudiantes de Ciencias de la Salud de la Universidad Católica de Cuenca, el 87,2% de los 312 encuestados reportaron sentir estrés académico. Por lo tanto, se concluye que el malestar en cuestión es muy común entre los estudiantes universitarios y no se debe subestimar la amenaza que presenta. Conlleva problemas no solo en los ámbitos académicos sino también en los ámbitos psicológicos, físicos y conductuales. Por lo tanto, algunas medidas para implementar un sistema efectivo de gestión del estrés y promoción de un ambiente de apoyo emocional deberían ser urgentes. Los hallazgos del estudio mencionado sugieren las necesidades abordar el estrés académico. Las consecuencias del estrés no parecen detenerse en la educación académica y tener un efecto secular en la vida del individuo.

Este fue el caso en un estudio realizado en una muestra de 72 estudiantes de medicina en segundo ciclo en la extensión sede Azogues de la Universidad Católica de Cuenca, Ecuador, constaba de 28 hombres y 44 mujeres. La mayoría de los encuentros experimentaron niveles de estrés generales que rara vez eran bajos, en lugar de particularmente moderados altos. Siendo más que los que viven en niveles muy altos. El nivel más bajo de estrés fue el 5.6% de los hombres que tenía mínimo estrés; mientras que el más alto fue el 28.4% en las mujeres, los niveles bajos de los hombres de 14.3% y los más bajos de las mujeres 1.6%. Al complementar estos datos con el rendimiento académico, se encontró que el rendimiento académico normal marco el 59.7% de los estudiantes, y el bajo fue del 40,3% (Conchado et al., 2019).

Un estudio realizado en el 2020 analizó los niveles de estrés académico entre una muestra de 187 estudiantes de enfermería de la Universidad Estatal de Bolívar, Ecuador. Los autores emplearon el inventario SISCO al encontrar que, entre las estudiantes del género femenino, los niveles de estrés académico fueron significativamente más altos que los de los estudiantes varones. Los factores de estrés clave fueron la falta de preparación y entrenamiento

previo a pruebas y exámenes, la poca gestión del tiempo, y la percepción de falta de empatía y apoyo por parte de los docentes. En adición, también se subrayó que el estrés académico no solo iba asociado al rendimiento académico, sino también al bienestar emocional y psicológico de los estudiantes mencionados que deberían existir mecanismos de apoyo y recursos para el estrés en el campo educativo. (Paredes y Chasi, 2020 citado en Mera, 2023).

En Ecuador, el estrés se ha convertido en un problema de salud significativo, afectando a un considerable porcentaje de la población. Los estudios recientes han demostrado que casi el 45% de la población ecuatoriana enfrentara el estrés en un momento u otro de sus vidas. Dado que el costo de no poder tratar adecuadamente la violencia es indeciblemente alto, el Ministerio de Salud Pública del Ecuador (MSP) califica la necesidad de identificar y abordar el estrés en una etapa temprana de prioridad. Como resultado, MSO está listo para mejorar y expandir la gama de servicios de salud mental y recuperación que proporciona al aumentar la asequibilidad y calidad de la oferta. Este incluirá una amplia gama de servicios que se extienden desde la detección temprana hasta el manejo a largo plazo con el fin de minimizar los daños provocados por el estrés en el público en general y los ecuatorianos en particular y fomentar la salud mental (MSP, 2021).

1.1.3. Contexto Local

Álvarez et al. (2018), pusieron en marcha un estudio en Guayaquil con 210 estudiantes de finanzas de alta tecnología. 97 de los encuestados admitieron experimentar estrés académico en algún momento de sus carreras universitarias. Hubo una diferencia en la experiencia de estrés entre los géneros, siendo las mujeres las más afectadas. El estrés académico se clasifica en tres tipos principales, respuestas psicológicas, síntomas físicos y adaptaciones conductuales. 39,90 estudiantes reportaron sentirse ansiosos preocupados. 32,19 síntomas físicos resultantes del estrés, como dolores de cabeza o problemas digestivos, fueron reportados en 32,19. 31,44 tuvieron cambios en su comportamiento típico, tales como irritabilidad o cambios en sus hábitos de comer y dormir.

1.2. Planteamiento del problema

La interacción entre el apoyo social y el estrés académico entre estudiantes universitarios emerge como un tema de creciente interés en el ámbito académico y de la salud mental. El apoyo social, entendido como la red de recursos emocionales y materiales que brindan asistencia y respaldo a un individuo, y el estrés académico, caracterizado por las tensiones y presiones asociadas con las demandas del entorno educativo, son dos aspectos fundamentales que pueden incidir de manera significativa en el bienestar y el rendimiento académico de los estudiantes.

En el contexto particular de los estudiantes de cuarto y quinto semestre de la carrera de Psicología de la Universidad Técnica de Babahoyo, cuyas edades oscilan entre los 18 y 40 años, la relación entre el apoyo social percibido y el estrés académico aún no ha sido suficientemente explorada. Esta falta de comprensión sobre cómo el apoyo social puede influir en la vivencia del estrés académico en este grupo demográfico específico plantea un problema de índole social y académica. La relevancia de esta temática radica en la importancia de comprender cómo el apoyo social percibido puede impactar en los niveles de estrés académico entre los estudiantes de Psicología, con posibles implicaciones significativas para su bienestar general, su desempeño académico y su futura práctica profesional en el campo de la Psicología.

Además, la identificación de los factores de apoyo social que pueden atenuar el estrés académico en este grupo de estudiantes podría brindar valiosa información para el diseño de intervenciones y políticas educativas dirigidas a fomentar un entorno universitario más saludable y propicio para el aprendizaje y el desarrollo personal. Este análisis surge a partir de un diagnóstico previo realizado por el investigador, detectando una situación que se busca comprender debido a la falta de información específica y teórica en este ámbito. Por consiguiente, es esencial abordar este problema de investigación para ampliar nuestra comprensión sobre la dinámica entre el apoyo social y el estrés académico en este contexto específico y, así, poder desarrollar estrategias efectivas para respaldar el bienestar y el éxito académico de los estudiantes de Psicología.

Formulación del problema

¿Cómo se relaciona el nivel de apoyo social percibido con el nivel de estrés académico experimentado en estudiantes?

1.3. Justificación

La Investigación sobre la relación entre el apoyo social y el estrés académico en estudiantes de psicología en la Universidad Técnica de Babahoyo es de suma importancia debido a varios factores. La salud mental y el bienestar psicológico de los estudiantes son aspectos fundamentales para su éxito académico y su desarrollo personal. Entender como el apoyo social percibido puede influir en el nivel de estrés académico puede proporcionar información valiosa para desarrollar estrategias de apoyo y prevención en el ámbito educativo.

Esta investigación se encuentra inmersa en la línea de Psicología Educativa y sublínea de “Familia, escuela y comunidad” explorando como las relaciones sociales en diferentes ámbitos pueden afectar el rendimiento académico y el bienestar emocional. Los beneficiarios de esta investigación son diversos, estudiantes de Psicología de la Universidad Técnica de Babahoyo se beneficiarán al comprender mejor cómo el apoyo social puede influir en su nivel de estrés académico, como pueden buscar y aprovechar el apoyo disponible para mejorar su bienestar. Además, los profesionales de la educación, los orientadores escolares y otros profesionales de la salud mental pueden utilizar los hallazgos de esta investigación para diseñar intervenciones y programas de apoyo adaptados a las necesidades específicas de los estudiantes.

En cuanto a la factibilidad, este proyecto es viable ya que se puede llevar a cabo utilizando métodos y técnicas de investigación disponible y accesible. La investigación se basa en un tipo de investigación correlacional, con un diseño no experimental y transversal. El enfoque de esta investigación es cuantitativo, las técnicas seleccionadas incluyen test psicométricos, los instrumentos a utilizar son el Inventario (SISCO) de estrés académico y la Escala Multidimensional de apoyo social percibido (MSPSS).

1.4. Objetivo de la investigación

1.4.1. *Objetivo general*

- Analizar la relación entre el apoyo social y el estrés académico en estudiantes de cuarto y quinto semestre de Psicología en la Universidad Técnica de Babahoyo.

1.4.2. *Objetivos específicos*

- Definir las variables de apoyo social y estrés académico a través de la revisión bibliográfica.
- Evaluar el nivel de apoyo social percibido y el nivel de estrés académico experimentado por los estudiantes de Psicología
- Establecer la correlación entre el apoyo social y el estrés académico en este grupo de estudiantes de Psicología.

1.5. Hipótesis

A mayor apoyo social percibido, menor será el nivel de estrés académico experimentado por los estudiantes.

CAPITULO II

2. Marco Teórico

2.1. Antecedentes

Este estudio se basó en una revisión exhaustiva de investigaciones anteriores sobre este tema. Arrieta et al. (2013, citado en Barrera-Herrera et al, 2019) realizaron un estudio con universitarios colombianos en el que encontraron una asociación entre la disfunción familiar y diversos factores académicos y sociales en la presencia de síntomas de estrés. En el estudio se encontró que los estudiantes que percibían un limitado apoyo por parte de sus amigos presentaban mayores niveles de sintomatología de estrés. Asimismo, se detectó que los que experimentaban problemas familiares tenían mayores dificultades para gestionar las exigencias académicas, lo que contribuía a aumentar el estrés. Los resultados reflejan que tanto el entorno familiar como las relaciones sociales desempeñan un papel clave en el bienestar emocional de los estudiantes universitarios. Estos resultados destacan la importancia de promover redes de apoyo social y proporcionar recursos para mejorar la dinámica familiar, con el fin de reducir el estrés académico y mejorar la calidad de vida de los estudiantes.

Barrera-Herrera (2019, citado en Caciano, 2023) en su estudio titulado 'Apoyo social percibido y factores sociodemográficos en relación con los síntomas de ansiedad, depresión y estrés en universitarios chilenos', publicado en la Revista de Psicopatología y Psicología Clínica, se propuso una investigación exhaustiva sobre cómo el apoyo social percibido y diversos factores sociodemográficos afecta en la sintomatología de ansiedad, depresión y estrés en estudiantes universitarios chilenos. Utilizando un diseño de investigación no experimental y transversal, se analizó una muestra significativa de 449 estudiantes. Los resultados indicaron que el apoyo social percibido, especialmente el de origen familiar, mostró una correlación inversa con los síntomas psicopatológicos. Además, aunque no se encontraron diferencias de género en el síntoma depresivo, sí se evidenciaron en cuanto al estrés y la ansiedad, siendo las mujeres las que presentaron niveles más elevados. Respecto a los aspectos socioeconómicos, se identificaron diferencias significativas en la salud mental y en el apoyo social percibido, observándose mayores puntuaciones en el grupo socioeconómico medio. Estos hallazgos destacan la importancia del apoyo social como un factor protector contra los síntomas psicopatológicos en el contexto universitario, así como la necesidad de considerar aspectos sociodemográficos en las intervenciones dirigidas a promover la salud mental en esta población

estudiantil. El estudio enfatiza la importancia de comprender las dinámicas del apoyo social percibido y su relación con la salud mental en estudiantes universitarios, proporcionando insights valiosos para futuras investigaciones y programas de intervención. Además, sugiere la necesidad de abordar de manera integral los determinantes sociodemográficos que pueden influir en la manifestación de síntomas psicopatológicos en este grupo poblacional.

Beraun y Ugarte (2022) investigaron la relación entre el estrés académico, el apoyo social, la salud mental y el rendimiento académico en estudiantes universitarios de Venezuela. Este estudio que realizaron es, no experimental, descriptivo correlacional y de corte transversal, utilizó cuestionarios sobre estrés académico, apoyo social y el Cuestionario de Salud General de Goldberg. Los resultados mostraron que los estudiantes con bajos niveles de estrés académico tenían sólidas redes de apoyo social de amigos y familiares. Se concluyó que el apoyo social es crucial para una mejor adaptación a situaciones exigentes, ya que ayudando a reducir el estrés y mejora el bienestar mental y el rendimiento académico. Asimismo, se destacó que el soporte emocional de los amigos y la familia no solo puede reducir el impacto del estrés, sino que también fomenta una actitud más positiva y resiliente en los estudiantes. Por lo tanto, las universidades deberían promover actividades y espacios que fortalezcan estas redes de apoyo.

Estos hallazgos destacan la importancia del apoyo social en la vida de los estudiantes universitarios. Al contar con una red de amigos y familiares confiable podría ayudar a reducir significativamente el estrés académico y a su vez mejorar la salud mental. Esto sugiere que las universidades deberían fomentar programas que fortalezcan las redes de apoyo entre los estudiantes, promoviendo una cultura de ayuda mutua y resiliencia. Es esencial que los estudiantes reconozcan y puedan cultivar relaciones positivas, ya que al tener relaciones positivas ayuda a tener un mejor impacto de bienestar y éxito académico.

En el estudio realizado por Pisfil (2024) se investigó la relación entre el estrés académico (EA) y el apoyo social (AS) en 270 estudiantes de diversas provincias que asisten a una universidad en Lima (69.5% mujeres y 30.5% hombres), con el 83.8% de ellos en el rango de 18 a 24 años. Se utilizó el Inventario SISCO del EA (Barraza, 2007), que se organiza en tres dimensiones: estímulo estresor, síntomas y estrategias de afrontamiento. Para medir el AS se empleó la Multidimensional Scale of Perceived Social Support (Zimet et al., 1988), la cual se divide en tres dimensiones: familia, amigos y otros significativos. Los resultados muestran una relación inversa y significativa con la dimensión de familia del AS ($r = -.250$; $p < .01$), mientras

que no se encontró una relación significativa en la dimensión de amigos con el EA ($r = -.098$; $p > .05$). Finalmente, la dimensión de otros significativos presenta una correlación inversa y significativa ($r = -.190$; $p < .01$). Se concluyó que los estudiantes de diversas provincias reciben mayor apoyo familiar y experimentan menor estrés; además, cuando hay exceso de estrés, disminuye la motivación para realizar actividades diarias. Por último, se observó que el apoyo de otras personas significativas contribuye a reducir el EA y a motivar a los estudiantes.

García (2017), en su trabajo final de integración titulado "Estrés académico y apoyo social percibido en universitarios", presentado en la Universidad Argentina de la Empresa, se propuso investigar la relación entre el estrés académico y el apoyo social percibido entre los estudiantes universitarios. Para ello, se estudió una muestra de 259 estudiantes de universidades privadas en la Capital Federal, utilizando un diseño de investigación correlacional y de corte transversal. La evaluación de los participantes se realizó mediante un cuestionario sociodemográfico, el Inventario SISCO del Estrés Académico y el Cuestionario MOS de Apoyo Social. Los resultados de la investigación revelaron varios puntos clave: en primer lugar, no se encontró una correlación directa entre el estrés académico y el apoyo social percibido en general. Sin embargo, se descubrió una correlación significativa entre el total de apoyo social, el apoyo emocional, la interacción positiva y las estrategias de afrontamiento del estrés académico. Además, se observaron diferencias significativas según el sexo de los participantes, con las mujeres reportando una mayor percepción de apoyo social de su entorno. También se encontraron diferencias importantes relacionadas con la etapa de la carrera universitaria en la que se encontraban los estudiantes, siendo que aquellos en las etapas finales mostraron mayores estrategias de afrontamiento del estrés.

Flores (2018), en su tesis titulada Estrés académico y apoyo social percibido en estudiantes de la carrera de Psicología de la Universidad Mayor de San Andrés, se propuso investigar la relación entre el estrés académico y el apoyo social percibido entre los estudiantes de Psicología de dicha universidad. El estudio involucro a 108 estudiantes de tercer año, y utilizo un diseño correlacional para explorar esta conexión entre las variables. Se emplearon instrumentos que se utilizaron para la recolección de datos como el Inventario SISCO de Estrés Académico y el Cuestionario MOS de Apoyo Social percibido, herramientas reconocidas en el ámbito académico por su fiabilidad y validez. Los resultados del estudio revelaron que no existe una relación significativa entre el nivel de apoyo social percibido y el estrés académico en los estudiantes evaluados. Este hallazgo es crucial ya que proporciona una perspectiva detallada

sobre cómo estos dos factores interactúan, o en este caso, no interactúan, dentro del contexto educativo de los estudiantes de Psicología. Además, el uso de instrumentos estandarizados facilita una comprensión más precisa y confiable de los niveles de estrés y la percepción del apoyo social, aportando datos valiosos para futuras investigaciones en este campo.

Resulta interesante considerar las implicaciones que estos descubrimientos tienen para el desarrollo de estrategias de apoyo en las instituciones educativas. La ausencia de una correlación significativa sugiere que existen otras variables que podrían estar influyendo en el estrés académico, más allá del apoyo social percibido. Esto invita a una reflexión más profunda sobre la complejidad del estrés en entornos académicos y la necesidad de abordar múltiples factores que podrían estar afectando a los estudiantes. Asimismo, destaca la importancia de seguir investigando y desarrollando intervenciones personalizadas que puedan realmente impactar de manera positiva en la experiencia educativa y el bienestar de los estudiantes.

Restrepo et al. (2020, citado en Linares y Mescua, 2022) realizaron una investigación exhaustiva sobre el estrés académico entre estudiantes universitarios en Medellín, empleando una muestra significativa de 450 estudiantes. Utilizando una encuesta basada en el instrumento SISCO para evaluar los niveles de estrés, el estudio encontró que la carga excesiva de tareas y trabajos escolares fue identificada como la principal fuente de estrés, identificada por el 35% de los participantes en la dimensión de situaciones y condiciones estresantes. Además, un 24,9% de los estudiantes señalaron la inquietud como la respuesta física más común ante el estrés. En cuanto a las respuestas de respuestas psicológicas, el 22,2% reportó sufrir dolores de cabeza o migrañas. El estudio también encontró que un 21,1% de los estudiantes experimentaron cambios en sus patrones alimenticios, ya sea aumentando o reduciendo su consumo de alimentos como una forma de respuesta al estrés. Respecto a las estrategias de afrontamiento, la habilidad asertiva se destacó significativamente, con un 51,4% de los estudiantes considerándola efectiva para manejar el estrés. Estos resultados sugieren que la capacidad de expresar opiniones y necesidades de manera clara y respetuosa, conocida como asertividad podría desempeñar un papel clave en la reducción del estrés académico. El estudio concluye que fomentar estas habilidades entre los estudiantes podría ser fundamental para mejorar su bienestar y reducir los niveles de estrés, enfatizando la importancia de integrar programas de desarrollo personal y emocional en el ámbito universitario.

2.2. Bases teóricas

2.2.1. Apoyo Social

El apoyo social se comprende como un componente esencial dentro de los mecanismos que facilitan el acceso al bienestar integral, que abarca aspectos materiales, físicos, emocionales y sociales, especialmente en situaciones de crisis o deterioro en ámbitos económicos, de salud y de redes sociales. En estos contextos adversos, la presencia de una red de apoyo sólida y afectuosa puede ejercer un papel crucial al proporcionar recursos y sostén emocional que contribuyen a mitigar los efectos negativos de las dificultades experimentadas. Este tipo de apoyo no solo promueve la resiliencia individual, sino que también fomenta la recuperación y el fortalecimiento de los lazos comunitarios, generando un entorno propicio para el bienestar y la superación de los desafíos presentes (Quiroga-Sanzana et al., 2022).

Este texto resalta cómo el apoyo social juega un rol vital en la resiliencia individual y comunitaria frente a crisis económicas, de salud y sociales. Este apoyo no solo provee recursos y consuelo emocional en momentos difíciles, sino que también fortalece los lazos comunitarios y promueve el bienestar general. Es evidente que contar con una red de apoyo afectuosa es crucial para superar desafíos y fomentar un entorno de recuperación y fortalecimiento en las comunidades afectadas.

El apoyo social percibido se refiere al sentimiento de una persona de ser valorada y apoyada por un grupo de individuos dentro o fuera del entorno familiar. Esta percepción significa que la persona siente que cuenta con la ayuda necesaria para hacer frente a situaciones difíciles y le garantiza que dispone de los recursos básicos para afrontar los cambios y los retos. Este tipo de apoyo no solo proporciona una red de seguridad emocional y práctica, sino que también contribuye a una mayor realización personal, ya que la persona se siente comprendida y apoyada por los demás. Fomenta la resiliencia y la adaptabilidad. En esencia, el apoyo social percibido es fundamental para el bienestar psicológico, ya que refuerza el sentimiento de pertenencia y la confianza en la capacidad de superar dificultades con el respaldo adecuado (Viteri et al., 2019).

Este concepto subraya la importancia de sentirse valorado y respaldado por otros, tanto dentro como fuera del círculo familiar. Esta percepción no solo proporciona seguridad emocional y recursos prácticos en momentos de crisis, sino que también fortalece la resiliencia y la capacidad de adaptación ante las dificultades. Personalmente, este análisis destaca cómo

las relaciones sociales profundas y significativas son esenciales para el bienestar emocional y la capacidad de superación personal, al proporcionar un sentimiento de pertenencia y confianza en la capacidad de enfrentar desafíos con el apoyo adecuado.

El concepto de apoyo social, según la definición de Clemente (2003, citado en Rondón y Reyes, 2019), se refiere al grado en que las personas satisfacen sus necesidades básicas de relaciones social a través de la interacción con los demás. Este tipo de apoyo incluye la satisfacción de necesidades esenciales como la pertenencia, afiliación, afecto, identidad, seguridad y la aprobación. Estas necesidades pueden ser atendidas mediante dos formas principales de apoyo: mediante el apoyo socioemocional, que implica amor y empatía, y a su vez la ayuda instrumental, que se refiere a recursos materiales o tangibles proporcionados por otros. El apoyo social es fundamental para el bienestar mental ya que estas enriquecen las relaciones interpersonales y mejora la capacidad para hacer frente a la diversidad.

De acuerdo con Abu-Kaf et al. (2018), el apoyo social se entiende en una serie de dimensiones que van más allá del del número de personas en la red de apoyo. Consideran no solo el número de personas capaces de proporcionar apoyo, sino también la satisfacción general con ese apoyo, las diferentes formas en que se manifiesta el apoyo (por ejemplo, apoyo informativo, emocional, material, afectivo y positivo), y los tipos específicos de apoyo que recibe cada persona. Estos distintos enfoques subrayan la complejidad del fenómeno del apoyo social y su importancia en distintos contextos y para diferentes personas. De hecho, estas dimensiones pueden tener impactos significativos en el bienestar emocional de las personas, su resiliencia y su capacidad para hacer frente a los retos personales y sociales. Por lo tanto, comprender y gestionar adecuadamente el apoyo social no solo puede fortalecer las relaciones interpersonales, sino también crear un entorno más sano y favorable para el desarrollo personal y comunitario.

Comprender las distintas dimensiones del apoyo social, como las diferentes formas y tipos de apoyo, destaca su importancia tanto para el bienestar individual como para la cohesión comunitaria. En el plano personal, esta perspectiva subraya la importancia de establecer relaciones sólidas y variadas que puedan proporcionar el apoyo necesario en distintos aspectos de la vida. Esto refuerza la capacidad de afrontar los retos y fomenta un entorno emocional seguro y enriquecedor dentro de la comunidad.

Cassel (1974), Cobb (1976) y Caplan (1974) son figuras influyentes en el campo del Apoyo Social, conocidos por sus investigaciones sobre los efectos protectores de los vínculos sociales en los grupos primarios, estas investigaciones establecieron los modelos básicos para futuras investigaciones e intervenciones en este ámbito. Su trabajo sugiere que el apoyo social protege a las personas de los efectos físicos y psicológicos negativos de los acontecimientos estresantes. Esta afirmación se basa en estudios experimentales en los que tanto animales como seres humanos en compañía de otras personas significativas o iguales no experimentan los efectos negativos observados en individuos aislados cuando se enfrentan a estímulos estresantes, pero en compañía de otros significativos o pares, no experimentaron los efectos adversos observados en sujetos aislados. El apoyo social se considera una función importante de la red social, esencial para mantener la integridad física y psicológica de los individuos. Este concepto ha despertado un gran interés debido a su impacto en diversas cuestiones de salud, bienestar y calidad de vida en la sociedad. Por lo tanto, es importante destacar el papel central que desempeña los sistemas sociales informales, como la familia, los amigos y los vecinos, en la salud de los individuos (Orcasita et al., 2010, citado en Marino, 2021).

Lakey y Cohen (2000, citado en Muñoz-Alonzo et al., 2022) explican que el apoyo social puede ser analizado desde dos perspectivas complementarias. La primera es una perspectiva cuantitativa que se centra en el número y variedad de lazos interpersonales establecidos por los individuos que proporcionan una red de apoyo tangible. La segunda es una perspectiva cualitativa que se centra en la percepción subjetiva de la calidad y significado emocional de estas relaciones, que tienen un fuerte impacto en el bienestar psicológico y el ajuste del individuo. En un entorno universitario, estos aspectos del apoyo social percibido se reflejan en la participación activa y la implicación tanto de los estudiantes como de los docentes en las actividades académicas. Este compromiso mutuo no solo refuerza los lazos comunitarios en el campus, sino que también tiene un impacto positivo en el comportamiento de los jóvenes y contribuye a una percepción positiva de los centros académicos como lugares que no sólo imparten conocimientos, sino que también apoya el desarrollo integral de los individuos hacia una ciudadanía activa y comprometida con su entorno.

Según Arroyo-Sibaja (2023), el apoyo social es la capacidad básica de establecer y mantener relaciones significativas que proporcionan apoyo material y emocional. Este tipo de apoyo es esencial para que las personas puedan afrontar el estrés y superar los problemas de salud de manera eficaz. El apoyo social se evalúa en términos de parámetros funcionales, como

la provisión de recursos materiales y apoyo práctico, así como de percepciones subjetivas del apoyo emocional. Además, el apoyo social es un componente importante en la evaluación de la calidad de vida relacionada con la salud y contribuye significativamente al bienestar psicológico general. El apoyo social proporciona un sentimiento de pertenencia, seguridad y relaciones interpersonales, que son componentes esenciales de una vida feliz y saludable.

En la experiencia universitaria, las relaciones sociales representan un papel esencial en el desarrollo integral de los estudiantes, ya que esta influye de manera significativa en su capacidad de adaptación y rendimiento académico. La percepción de recibir apoyo social sólido y consistente facilita la transición hacia la vida universitaria y reduce los desafíos inherentes a este período de cambio. El apoyo social se puede definir como la sensación subjetiva de ser respaldado y de contar con una red confiable a la que se recurre en momentos de necesidad. Esta red no solo brinda apoyo emocional, sino también recursos prácticos y orientación que son fundamentales para la resolución de problemas y el éxito en los estudios. Las fuentes de apoyo social pueden estar incluidas por familiares, amigos cercanos, mentores académicos y otros individuos significativos que no solo brindan un sentido de pertenencia, sino también un sistema de seguridad emocional y social. Estas relaciones no solo ayudan a fortalecer el bienestar psicológico del estudiante, sino que también mejoran su motivación intrínseca y su capacidad para poder enfrentar los desafíos académicos con mayor confianza y resiliencia (López-Angulo et al., 2021).

El apoyo social percibido juega un papel esencial en el bienestar integral de los estudiantes universitarios, este abarca dimensiones emocionales, académicas y sociales. Contar con una red de apoyo formada por familiares, amigos y otras personas significativas no sólo proporciona consuelo emocional en los momentos difíciles, sino que también crea un entorno favorable para el crecimiento tanto personal como académico. Estudios recientes han demostrado que dicho apoyo mitiga la relación entre los factores estresantes cotidianos y el rendimiento académico, permitiendo a los estudiantes realizar sus tareas y responsabilidades académicas con mayor eficacia y constancia. Además, se ha observado una relación positiva entre el apoyo social y la autoeficacia, lo que sugiere que sentirse apoyado aumenta la confianza en sus capacidades y en su habilidad para alcanzar objetivos académicos. Por otro lado, la falta de apoyo social se asocia a dificultades psicosociales y educativas, aumentando la vulnerabilidad a los problemas de salud mental y reduciendo la capacidad de mantener un estado de bienestar equilibrado y productivo en la vida universitaria (Archila, 2023).

2.2.1.1. Tipos de apoyo social

Cortez y Velásquez (2017) mencionan cuatro tipos o ejemplos de apoyo social, los cuales son:

Apoyo Emocional: Esta incluye la empatía, el cuidado, el amor y la confianza, y es considerado uno de los tipos de apoyo más importantes debido al gran impacto en el bienestar emocional que tiene en las personas. Este tipo de apoyo permite a los individuos sentirse comprendidos y valorados, proporcionando un refugio seguro en momentos de estrés o dificultad. La empatía ayuda a las personas a sentirse escuchadas y validadas, mientras que el cuidado y el amor crean un entorno de seguridad emocional. La confianza permite fortalecer las relaciones y ofrece una base sólida sobre la cual las personas pueden apoyarse. En conjunto, estos elementos del apoyo emocional no solo alivian el estrés inmediato, sino que también contribuyen a una mayor resiliencia emocional a largo plazo, fomentando una mentalidad más positiva y una mayor capacidad para enfrentar futuros desafíos

Apoyo Instrumental: Se refiere a la ayuda tangible o material que una persona puede recibir. Esto puede incluir asistencia financiera, provisión de recursos, ayuda con tareas cotidianas, o cualquier forma de soporte físico que alivia las cargas prácticas de la vida diaria, facilitando así el manejo de situaciones difíciles.

Interacción Social: Este abarca la disponibilidad y presencia del círculo social más cercano y significativo con el cual se pueden compartir momentos y experiencias. Esta interacción proporciona un sentido de pertenencia y comunidad, contribuyendo al bienestar psicológico al ofrecer un espacio para la comunicación y el compartir.

Apoyo Afectivo: Se centra exclusivamente en la expresión de amor y afecto. Este tipo de apoyo es esencial para construir y mantener relaciones fuertes y saludables, ya que demuestra a las personas que son queridas y valoradas, lo que puede aumentar su autoestima y seguridad emocional. La expresión de afecto puede tomar muchas formas, desde palabras amables y gestos cariñosos hasta acciones que demuestran cuidado y consideración. Este tipo de apoyo fomenta un ambiente de calidez y confianza, permitiendo a las personas sentirse seguras y apreciadas. La seguridad emocional que proviene del apoyo afectivo fortalece los vínculos interpersonales y proporciona una base sólida sobre la cual se pueden construir relaciones duraderas. Además, saber que se es amado y valorado puede tener un impacto

positivo significativo en la salud mental, reduciendo el estrés y promoviendo un sentido general de bienestar y felicidad.

Se destaca la importancia del apoyo emocional como base del bienestar psicológico. La empatía, el cariño, el amor y la confianza no solo proporcionan consuelo en momentos de adversidad, sino que también crean sólidas redes de apoyo emocional que contribuyen a la superación y la resiliencia a largo plazo. Además, el apoyo instrumental, que incluye la ayuda práctica y tangible, facilita el afrontamiento de los retos cotidianos y reduce la carga emocional asociada a ello. La interacción social, por su parte, fomenta la conexión humana y el sentido de comunidad, proporcionando un espacio importante para compartir experiencias y sentirse parte de algo más grande. Por último, el apoyo afectivo, expresados a través de gestos cariñosos y muestras de afecto, aumenta significativamente a la autoestima y al bienestar emocional al fomentar sentimientos de amor y aprecio en las relaciones interpersonales.

2.2.1.2. Importancia del apoyo social en la salud mental y bienestar

Barrera y Flores (2020) argumenta que el apoyo social, por sí solo, desempeña un papel crucial el bienestar personal. Considerado uno de los recursos sociales más fundamentales en el proceso de salud y enfermedad. Existen múltiples enfoques y conceptualizaciones en el estudio del apoyo social, que se centran en tres dominios principales: el estructural, que examina la red social y las conexiones entre individuos; el funcional, que analiza los tipos de apoyo proporcionados y su efectividad; y el contextual, que considera las circunstancias y el entorno en el que se da el apoyo. Estos enfoques resaltan la complejidad y la relevancia del apoyo social en la promoción de la salud y en la mitigación de los efectos de la enfermedad. Además, enfatizan que su impacto puede variar dependiendo la naturaleza y calidad de las interacciones sociales, así como las condiciones específicas de cada persona.

El estudio del apoyo social destaca su influencia crucial en la salud y el bienestar. Según la investigación, el apoyo social se divide en ámbitos estructurales, funcional y contextual, que examinan desde la configuración de la red social hasta los tipos específicos de apoyo recibido y el entorno en el que se ofrece. Este enfoque integral subraya la importancia de reforzar las relaciones sociales positivas, que no solo pueden aliviar el estrés y la adversidad, sino también

fomentar la resiliencia y la adaptabilidad. Invertir en la calidad del apoyo social podría beneficiar tanto a las personas como a las comunidades, contribuyendo a crear entornos más sanos y equitativos.

2.2.1.3. Dimensiones del apoyo social

Familia: La familia es uno de los principales grupos cuyas relaciones proporcionan este recurso invaluable. El respaldo proporcionado por los lazos familiares o por organizaciones de la sociedad civil a personas en situaciones de enfermedad ha sido un tema de interés en una gran cantidad de obras literarias. Estos vínculos sociales no solo proporcionan apoyo emocional y práctico, sino que también desempeñan un papel vital en el bienestar de las personas y su resiliencia de los individuos que enfrentan desafíos de salud. La atención a este fenómeno en la literatura refleja su relevancia tanto en el ámbito académico como en la práctica clínica, subrayando la importancia de comprender y reforzar los recursos sociales disponibles para aquellos que enfrentan enfermedades y dificultades (Contreras y Hernández, 2019).

Amigos: Las relaciones entre amigos son de gran relevancia, ya que proporcionan un refuerzo constante a la identidad de los individuos y un soporte afectivo esencial para alcanzar los objetivos académicos. Estas relaciones, junto con la resiliencia y el apoyo familiar, actúan como factores cruciales de afrontamiento que pueden reducir significativamente el estrés académico en los estudiantes universitarios. El apoyo emocional y la comprensión de los amigos no solo fortalecen la autoestima y la confianza de los estudiantes, sino que también les ofrecen un entorno seguro donde pueden compartir sus preocupaciones y desafíos, lo cual es fundamental para su bienestar emocional y éxito académico. Además, la combinación de estos elementos de apoyo contribuye a crear una red de seguridad que ayuda a los estudiantes a enfrentar y superar las dificultades académicas de manera más efectiva, promoviendo así su desarrollo personal y académico (Tamayo Cabeza et al., 2021).

Personas significativas: Las relaciones de pareja tienen un importante impacto positivo en la salud física y emocional, sobre todo si existe una profunda conexión afectiva entre ambos. Este bienestar proviene de una relación afectuosa y de la satisfacción de tener una pareja que aporte apoyo significativo. Las personas importantes en nuestras vidas, como las parejas, enriquecen nuestras vidas al crear un entorno de apoyo y cariño sincero, lo que también ayuda a aumentar la motivación para así poder adoptar hábitos saludables. Esta dinámica no solo refuerza la relación, sino que también contribuye a la salud en general, ya que el apoyo emocional y físico de una pareja cercana puede ser un incentivo importante para mantener un estilo de vida sano y equilibrado (Zepeda-Goncen y Sánchez-Aragón, 2021).

Se observa que la familia, los amigos y las personas significativas no solo actúan como fuentes de apoyo emocional y práctico, sino que también son pilares fundamentales para la construcción de identidad y la resiliencia emocional. La literatura muestra cómo estas relaciones refuerzan la autoestima y la confianza en uno mismo, elementos cruciales para el éxito académico y el bienestar general. La presencia de un apoyo sólido crea un entorno en el que los individuos pueden compartir sus preocupaciones y dificultades, lo que reduce los niveles de estrés y aumenta la resiliencia ante las exigencias tanto académicas como personales.

2.2.1.4. Teorías

Fachado et al. (2013), destaca en su estudio dos teorías para explicar la relación entre el apoyo social y la salud:

Teoría del efecto directo: Sugiere que el apoyo social puede tener un efecto positivo en la salud al mejorar los procesos psicofisiológicos y fomentar hábitos de vida saludables. Por ejemplo, el apoyo emocional de amigos y familiares puede reducir la actividad del sistema nervioso simpático, que está relacionado con el estrés, y favorecer la liberación de hormonas como la oxitocina, relacionada con la calma y el bienestar. Además, el apoyo social puede motivar a las personas a adoptar comportamientos beneficiosos para la salud, como el ejercicio con regularidad o seguir una dieta equilibrada. Sin embargo, la principal crítica a esta teoría es la suposición de que el apoyo social actúa de manera independiente del estrés experimentado por el individuo, lo que puede pasar por alto el papel crucial que el estrés social juega en la salud mental y física.

Teoría del efecto tampón: Destaca la capacidad del apoyo social para mitigar los efectos negativo del estrés en la salud. Este enfoque reconoce que el apoyo social puede influir en la percepción que una persona tiene de una situación estresante como en su capacidad para afrontarla eficazmente. Por ejemplo, contar con el apoyo emocional de amigos o familiares que puede ayudar a una persona a ver el estrés desde una perspectiva menos amenazadora y a desarrollar estrategias de afrontamiento más eficaces. Además, una red de apoyo sólida puede proporcionar seguridad y recursos de afrontamientos adicionales reduciendo el estrés percibido y mejorar la salud en general. A pesar de la importancia de estas explicaciones, es necesario seguir investigando para comprender plenamente el impacto del apoyo social afecta la salud en diversas situaciones y contextos.

2.2.1.5. Estudios previos sobre apoyo social.

El estudio "Social Support and Physical Health: Understanding the Health Consequences of Relationships" realizado por House, J. S., Landis, K. R., y Umberson, D. en 1988 exploró cómo las relaciones sociales llegan a afectar la salud física. Estos autores hallaron que el apoyo social está asociado con mejores resultados de salud, incluyendo menores tasas de mortalidad y reducción del riesgo de enfermedades. Identificaron diferentes tipos de apoyo social (emocional, instrumental, informacional y de evaluación) y explicaron como estos influyen en la salud a través de vías conductuales, psicológicas y fisiológicas, como la promoción de comportamientos saludables y la mitigación del estrés. Concluyeron que la calidad de las relaciones es más importante que la cantidad y destacaron la necesidad de integrar el apoyo social en estrategias de promoción de la salud (Uchino, 2024).

Este estudio destaca la significativa influencia del apoyo social en la salud física, señalando que tipos diversos de apoyo (emocional, instrumental, informacional y de evaluación) permiten contribuir a obtener mejores resultados de salud mediante vías conductuales, psicológicas y fisiológicas. Estos hallazgos resaltan la importancia del poder cultivar relaciones de calidad, más que simplemente aumentar la cantidad de interacciones sociales, y proponen integrar estrategias de apoyo social en iniciativas de promoción de la salud para mejorar el bienestar general de las personas

Li et al. (2021 citado en Baquero, 2022) resalta en su investigación reciente los efectos de diversas fuentes de apoyo social y la resiliencia sobre la salud mental de personas de distintas edades durante la pandemia. Esta investigación reveló que existe una relación positiva entre el apoyo social y la salud mental, actuando el apoyo social como un amortiguador frente al descenso de la resiliencia en el contexto de la pandemia. Los resultados indicaron que el apoyo social desempeñó un papel crucial en la mitigación de los impactos negativos sobre la salud mental, ayudando a las personas a sobrellevar mejor las dificultades impuestas por la crisis sanitaria. Además, la investigación señaló que no se observaron diferencias significativas en los niveles de apoyo social necesarios según la edad para contrarrestar los efectos adversos de la pandemia. Este hallazgo sugiere que, independientemente de la edad, el apoyo social es igualmente vital para mantener el bienestar mental en tiempos de crisis.

2.2.3. Estrés académico

El estrés académico se define como la constante angustia experimentada por el estudiante ante las exigencias que se presentan en el entorno educativo, los estudiantes las perciben como abrumadoras debido a la percepción de insuficiencia en las estrategias de afrontamiento disponibles. Esta situación puede causar efectos, como el agotamiento físico, la ansiedad, el insomnio y un bajo rendimiento académico. Además, se observa un marcado desinterés por la carrera, un aumento del ausentismo e incluso, en casos extremos, la deserción escolar. En esencia, el estrés académico refleja un desequilibrio entre las demandas educativas y los recursos disponibles para afrontarlas, lo que puede tener consecuencias para el bienestar y el éxito del estudiante en su trayectoria académica. La falta de herramientas adecuadas para gestionar estas presiones puede generar un ciclo perjudicial que afecta negativamente tanto al rendimiento académico como al bienestar emocional del estudiante (Restrepo et al., 2020).

De acuerdo con el texto anterior, el estrés académico representa un desafío significativo para los estudiantes universitarios, manifestándose a través de síntomas como el agotamiento físico, la ansiedad y el insomnio, que afectan negativamente su rendimiento y bienestar. Esta situación no solo compromete la capacidad del estudiante para gestionar eficazmente las exigencias del entorno educativo, sino que también puede llevar a un desinterés creciente por la carrera y, en casos extremos, a la deserción escolar. Es crucial implementar estrategias efectivas de afrontamiento y apoyo emocional para mitigar los efectos adversos del estrés académico y promover un ambiente educativo más saludable y productivo para todos los estudiantes

El estrés académico se manifiesta como un malestar cuando los estudiantes enfrentan dificultades para poder cumplir con las exigencias educativas, lo que genera diversas consecuencias negativas en su salud física, emocional e interpersonal. Físicamente, puede provocar síntomas como dolores de cabeza, problemas gastrointestinales y fatiga; emocionalmente, puede llevar a la ansiedad, la depresión y una disminución en la autoestima; y en el ámbito interpersonal, puede afectar las relaciones con familiares, amigos y compañeros de clase. Este estrés impacta significativamente el rendimiento académico, disminuyendo la capacidad de concentración, la motivación y la eficiencia en el estudio. Factores como sobrecarga de tareas, el tiempo limitado para completarlas, los exámenes, la preocupación por aprobar el curso, la presión ejercida por los docentes y los métodos de evaluación. Estos

elementos combinados crean un entorno desafiante que afecta tanto a la salud como el desarrollo integral del estudiante. (Álvarez et al., 2018 citado en Flores, 2023).

Barraza et al. (2019) proponen que el estrés académico es un proceso complejo y adaptativo de naturaleza psicológica, compuesto por varios factores interrelacionados. Inicialmente, mencionan los estresores, que son percibidos como demandas significativas que pueden causar estrés. Estos estresores marcan el inicio del proceso de estrés académico al ser evaluados y valorados por el individuo como desafíos que exceden sus recursos actuales. Los síntomas del estrés académico son expresiones subjetivas del desequilibrio sistémico que experimenta el individuo. Estos síntomas son muy variables y pueden incluir ansiedad, fatiga, falta de concentración y otros indicadores de malestar psicológico y físico. Estos signos evidencian del impacto del estrés en el bienestar del estudiante, reflejando la dificultad para manejar las exigencias académicas y personales. Finalmente, Barraza et al. analizan las estrategias de afrontamiento que utilizan los estudiantes para restablecer un equilibrio sistémico perturbado. Estas estrategias pueden incluir técnicas de gestión del tiempo, apoyo social, prácticas de relajación y otras tácticas dirigidas a reducir la carga percibida y mejorar la capacidad de adaptación frente a los estresores académicos.

Este enfoque multidimensional del estrés académico destaca la importancia de no solo reconocer sus manifestaciones visibles, como la ansiedad y el agotamiento, sino también de entender los factores subyacentes que perpetúan este fenómeno. Además, recalca la necesidad de implementar estrategias efectivas de apoyo y manejo del estrés en las instituciones educativas, para que puedan promover un ambiente más saludable y propicio para el aprendizaje y el desarrollo personal de los estudiantes.

2.2.3.1. Efectos del estrés académico

Los hallazgos del estudio realizado por Teque-Julcarima et al. (2020) revelan que el estrés académico tiene varios efectos negativos en los estudiantes de enfermería de la Universidad Señor de Sipán. En términos de síntomas física, psicológica y comportamental, los estudiantes sufren una serie de consecuencias negativas. Estas consecuencias incluyen un deterioro general en su bienestar y salud psicológica, así como efectos negativos en su salud psicosocial. Este deterioro afecta significativamente su desempeño académico, lo que a su vez reduce su satisfacción con sus estudios. En algunos casos, la presión y el malestar generados por el estrés académico son tan intensos que obligan a los estudiantes a abandonar sus estudios.

En resumen, esta investigación demuestra que el estrés académico no solo perjudica la salud y el bienestar de los estudiantes, sino que también tiene un impacto directo en su rendimiento académico y su continuidad en el ámbito educativo.

El estudio de Teque-Julcarima et al. destaca las graves repercusiones del estrés académico en los estudiantes de enfermería de la Universidad Señor de Sipán. Los efectos físicos, psicológicos y conductuales revelan la complejidad y la intensidad de las presiones que enfrentan. Este deterioro no solo impacta en su rendimiento académico, sino también en su satisfacción personal con los estudios. La posible decisión de abandonar refleja cómo el estrés académico puede influir significativamente en la trayectoria educativa, subrayando la necesidad urgente de intervenciones que fortalezcan la resiliencia y apoyen la salud mental de los estudiantes.

Silva et al. (2019), destaca que el estrés en estudiantes universitarios provoca numerosas consecuencias físicas, que son tanto comunes como incómodas. Entre estos efectos se observa un aumento significativo en la frecuencia cardíaca y en la tensión arterial, lo que puede elevar el riesgo de enfermedades cardiovasculares a largo plazo. Los estudiantes también presentan dificultades para concentrarse, afectando su capacidad de aprendizaje y rendimiento académico. Además, el estrés se manifiesta en dolores de espalda, una queja frecuente debido a la tensión muscular y la mala postura mantenida durante largos periodos de estudio. Los problemas gastrointestinales, como la indigestión, el dolor abdominal y otros trastornos digestivos, también son prevalentes entre los estudiantes estresados, aumentando aún más su malestar físico y afectando su calidad de vida general. Estos diversos síntomas físicos subrayan la necesidad de abordar el estrés académico de manera integral, proporcionando a los estudiantes estrategias efectivas de manejo del estrés para mejorar tanto su salud física como su bienestar emocional.

Los efectos del estrés académico son numerosos y variados, impactando tanto el bienestar físico como emocional de los estudiantes. Entre las principales consecuencias se encuentra la falta de concentración, que dificulta el aprendizaje y la retención de información. La fatiga mental es otro síntoma común, que se manifiesta como un agotamiento mental que limita la capacidad para realizar tareas cognitivas complejas. Los estudiantes también pueden mostrar falta de voluntad para realizar tareas rutinarias y una falta de interés general por sus compromisos académicos. El descuido en diversas áreas de la vida cotidiana y la fatiga sexual son otros efectos negativos que pueden surgir. La tristeza, a menudo ligada a la sensación de

fracaso o desesperanza, también es frecuente, al igual que el nerviosismo, que puede manifestarse en una constante sensación de inquietud. Físicamente, el estrés académico puede provocar cambios en el ritmo cardíaco, aumentos en la tensión arterial y alteraciones en el metabolismo y la actividad física, afectando así la salud general del estudiante. Estos diversos síntomas no solo reducen el rendimiento intelectual y físico, sino que también contribuyen a un deterioro general de la calidad de vida del estudiante (Maceo et al., 2013).

2.2.3.2. Dimensiones del estrés académico

Escobar y Vasconez (2023) explican en su trabajo de investigación que el estrés académico se manifiesta en tres dimensiones distintas:

Síntomas físicos: Son muy variados y tienen un impacto significativo en el rendimiento de una persona. Entre ellos incluyen trastornos del sueño, fatiga crónica, dolores de cabeza, problemas digestivos, somnolencia, mareos, rascarse o morderse las uñas, falta de concentración, bloqueos mentales, sudoración excesiva, cambios de hábitos, dolores musculares y aumento de la presión arterial. Es importante abordar estos síntomas a tiempo y correctamente, ya que su falta de tratamiento, pueden desencadenar efectos negativos a nivel social, físico y psicológico.

Síntomas psicológicos: Se manifiestan en forma de pensamientos y emociones negativas. Los estudiantes pueden experimentar inquietud, irritabilidad, sentimientos de depresión o tristeza, desesperación, abatimiento, pensamientos catastróficos y ansiedad. Estas manifestaciones afectan profundamente la salud mental del individuo y pueden interferir significativamente con su bienestar general, así como con su capacidad para concentrarse y aprender de manera efectiva.

Síntomas conductuales: Estos síntomas afectan el comportamiento del estudiante. Incluyen el absentismo, la agresividad, el aislamiento, la tendencia a polemizar o discutir, y el surgimiento de conflictos en diversas áreas de la vida. Estos comportamientos pueden repercutir negativamente en las relaciones interpersonales y en el desempeño académico del estudiante, creando un círculo vicioso de estrés y dificultades que puede ser difícil de superar sin intervención adecuada.

El estudio de Escobar y Vasconez destacan las complejas dimensiones del estrés académico, revelando cómo estas afectan no solo el rendimiento académico, sino también la

salud mental y el bienestar general de los estudiantes universitarios. Los síntomas físicos, como trastornos del sueño y fatiga crónica, junto con los síntomas psicológicos, como ansiedad y sentimientos de depresión, reflejan la carga emocional y física que enfrentan los estudiantes. Estos síntomas no solo afectan la concentración y aprendizaje, sino que también pueden manifestarse en comportamientos conductuales negativos, como el absentismo y la agresividad. Esta interacción entre síntomas físicos, psicológicos y conductuales pone en manifiesto la complejidad del estrés académico y la necesidad urgente de intervenciones adecuadas para mitigar sus efectos negativos a largo plazo.

2.2.3.3. Estrategias de afrontamiento del estrés académico

Las estrategias de afrontamiento del estrés utilizadas por la población general pueden centrarse tanto en la gestión de las emociones como en la resolución de problemas específicos. La elección de una estrategia adecuada dependerá de cómo la persona pueda enfrentar emocionalmente y cognitivamente la situación estresante. En otras palabras, las percepciones personales y las habilidades cognitivas y emocionales influyen en la forma de cómo manejar el estrés. Las estrategias más comunes empleadas son la resolución de problemas, que implica identificar y abordar las causas del estrés; la reestructuración cognitiva, que consiste en cambiar la forma en que se perciben las situaciones estresantes para reducir su impacto negativo; y la búsqueda de apoyo social, que incluye recurrir a amigos, familiares o profesionales para obtener ayuda y consejo. Estas estrategias constituyen un enfoque holístico de la gestión del estrés, que combina técnicas que abordan tanto las emociones como los problemas concretos que causan el estrés (Valdivieso-León et al., 2020).

Trujillo y Gonzales (2019 citado en Alva, 2020) en su tesis de grado “Nivel de estrés académico en estudiantes de postgrado de la facultad de educación en la universidad Cooperativa de Colombia, sede Bogotá”, indagaron sobre las estrategias de afrontamiento del estrés académico entre los estudiantes de postgrado. Donde descubrieron que, entre los 216 participantes, una de las técnicas más comunes que les ayudaban a los estudiantes a afrontar el estrés eran escuchar música o ver televisión, estas actividades servían como distracción y relajación. Además, muchos estudiantes optaban por concentrarse en el problema para encontrar una solución, demostrando un enfoque activo y racional. Otra estrategia que utilizaban a menudo era analizar los aspectos positivos y negativos de la situación, lo que ayuda a tener una visión más equilibrada y menos catastrófica de los problemas. Por último, se destacó el control de las emociones identificado como una técnica crucial, permitiendo a los estudiantes

manejar su respuesta emocional al estrés y prevenir una escalada de ansiedad. Estas estrategias reflejan una combinación de técnicas de distracción y enfoque directo, indicando que los estudiantes utilizan tanto la relajación como el análisis racional para hacer frente a las exigencias académicas.

2.2.3.4. Teorías sobre el estrés académico y su impacto en el bienestar estudiantil

Rojas (2019) describe en su trabajo de investigación dos teorías que explican el estrés académico:

Teoría basada en el estímulo de Tomas Holmes y Richard Rahe: Esta teoría interpreta el fenómeno del estrés académico a partir de cómo los estímulos ambientales en el entorno educativo pueden desorganizar o perturba las funciones del organismo. Según esta perspectiva, eventos significativos en la vida académica, como exámenes importantes y la presión para obtener buenas calificaciones, generan estrés debido a los grandes cambios y adaptaciones que requieren de los estudiantes. Estas teorías enfatizan que el origen del estrés se encuentra en factores externos del entorno educativo y destacan la importancia del ambiente y las situaciones sociales en la experiencia del estrés académico.

Teoría basada en la interacción de Richard Lazarus y Susan Folkman: resalta la importancia de los factores psicológicos en cómo se manejan los estímulos estresantes y las respuestas al estrés. Esta teoría sugiere que el estrés académico surge de la interacción dinámica entre el estudiante y su entorno educativo, evaluada como amenazante y difícil de manejar. En el centro de esta teoría se encuentra la evaluación cognitiva, un proceso que determina la razón y la intensidad con la cual la relación entre el estudiante y su entorno académico es percibida como estresante. De esta manera, el estudiante desempeña un rol activo en la generación del estrés, considerando tanto los factores ambientales como las percepciones personales.

Por otro lado, Jaime (2020) en su trabajo de investigación describe la siguiente teoría:

Teoría basada en la respuesta de Hans Selye: la teoría del estrés académico, según Selye, lo concibe como una respuesta no específica del organismo frente a las exigencias del entorno educativo. Para Selye, el estrés académico se manifiesta como un síndrome específico que implica una serie de cambios biológicos no dirigidos específicamente dentro del estudiante. Este estrés puede ser desencadenado por diversas presiones como el rendimiento académico, los exámenes, las expectativas de los profesores o la competencia entre compañeros. Aunque

Selye advierte sobre los riesgos que causa el estrés excesivo en el ámbito académico, también destaca su función adaptativa y su influencia en la motivación y el logro académico. Es fundamental comprender que una cantidad moderada de estrés puede ser beneficiosa para el rendimiento estudiantil, ya que promueve la concentración y la acción eficaz. Sin embargo, cuando el estrés académico se prolonga y supera ciertos límites, puede llevar a un estado de agotamiento físico y mental, afectando negativamente el desempeño académico como la salud emocional del estudiante.

2.3.5. Estudios previos sobre estrés académico

Rivas et al (2013, citado en Jabel, 2017) realizaron un estudio para evaluar la frecuencia e intensidad del estrés en estudiantes de la Licenciatura en Enfermería en la Universidad Juárez Autónoma de Tabasco, México. La muestra incluyó a 137 estudiantes, con una mayoría del 78% mujeres y el 22% hombres. Utilizaron el Inventario SISCO del Estrés Académico de Barraza (2007) para recopilar los datos. Los resultados mostraron que el 46.8% de los estudiantes experimentaban estrés con baja frecuencia, mientras que el 55.5% lo experimentaban con intensidad moderada. Los principales factores estresantes identificados fueron la carga de tareas (44.5%), la evaluación de los docentes (43.8%) y la presión temporal para completar las tareas (37.2%). Entre los síntomas reportados se incluyeron la somnolencia e inquietud en el 21.4% de los casos, y cambios en los hábitos alimentarios en el 18.3%. Finalmente, el 24.8% de los estudiantes señaló que buscar información era una estrategia efectiva para manejar el estrés.

Quito (2017, citado en Carrera, 2023) menciona que en Ecuador se llevó a cabo un estudio descriptivo, observacional y transversal para analizar el estrés académico en estudiantes de bachillerato, la muestra consistió en 60 estudiantes de entre 16 y 18 años. Utilizando el inventario SISCO como instrumento de evaluación. Los resultados revelaron que el 90% de los estudiantes experimentaban niveles moderados a profundos de estrés, relacionado con altos niveles de estresores. Para abordar esta situación, se implementaron estrategias de afrontamiento destinadas a fortalecer y gestionar habilidades asertivas.

CAPITULO III

3. Metodología

3.1. Tipo y diseño de la investigación

3.1.1. *Investigación correlacional*

Para el desarrollo del presente proyecto, se empleó una investigación correlacional, la investigación correlacional busca establecer la intensidad y el sentido de la relación entre dos variables, observando qué sucede si una aumenta o disminuye. (Mousalli-Kayat, 2015).

La elección de realizar esta investigación correlacional se fundamentó en la intención de examinar la relación entre el apoyo social y el estrés académico en estudiantes universitarios sin intervenir en la manipulación de ninguna variable. Esto permitió explorar la asociación entre estas dos variables sin establecer causalidad directa, lo cual resultó apropiado dado el objetivo de estudio. Además, se utilizó la correlación de Spearman, que permitió determinar si existe una relación entre el apoyo social percibido y el estrés académico sin suponer una relación lineal o distribución normal en los datos.

3.1.2. *Enfoque Cuantitativo*

En este enfoque se usa la recolección de datos para probar hipótesis con base en la medición numérica y el análisis estadístico para establecer patrones de comportamiento (Hernández Sampieri., 2014).

Se decidió adoptar un enfoque cuantitativo para este estudio debido a la naturaleza de las variables en análisis. Tanto el apoyo social como el estrés académico pueden medirse y cuantificarse mediante escalas y puntajes. Al emplear técnicas estadísticas como correlaciones, fue posible explorar de manera rigurosa y objetiva las relaciones entre estas variables.

3.1.3. *No experimental*

Stracuzzi y Pestana (2004), indican que el diseño de investigación no experimental es aquel realizado sin manipular en forma deliberada ninguna variable, debido los hechos tal y como se presentan en su contexto real y en un tiempo determinado para luego analizarlos.

Se usó este diseño, dado que no se realizan manipulaciones controladas de variables. En lugar de ello, se observó y midió de manera natural el apoyo social y el estrés académico

en una muestra de estudiantes universitarios sin intervenir en su entorno o en las variables de interés.

3.1.4. *Transversal*

En este diseño se recolectan los datos en un solo momento Su intención es describir o caracterizar el fenómeno, a través de las variables, en un momento dado (Mousalli-Kaya, 2015).

El estudio fue de tipo transversal, ya que se recopilaban datos en un único punto en el tiempo. Esto permitió obtener una instantánea de la relación entre el apoyo social y el estrés académico en un momento específico, sin considerar cambios longitudinales en estas variables.

3.2. Operacionalización de las variables

Tabla 1

VARIABLES	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DIMENSIÓN	INDICADOR	INSTRUMENTO
VARIABLE INDEPENDIENTE APOYO SOCIAL	El apoyo social es una interacción interpersonal que implica uno o más de los siguientes elementos: expresar afecto positivo por otra persona, aprobar o apoyar el comportamiento de otra persona, transmitir percepciones o perspectivas y proporcionar ayuda material o simbólica (Kanh,	<ul style="list-style-type: none"> • Familia • Amigos • Personas significativas 	<ul style="list-style-type: none"> • Apoyo familiar • Apoyo emocional de amigos • Apoyo emocional de personas importantes. 	<ul style="list-style-type: none"> • Escala Multidimensional de apoyo social percibido (MSPSS)

1979, citado por Muñoz, 2000).

VARIABLE DEPENDIENTE	El estrés académico es aquel afecta sobre todo a los estudiantes de secundaria y universitarios, está causado principalmente por factores estresantes relacionados con las actividades de aprendizaje que tienen que realizar. (Águila et al., 2015).	<ul style="list-style-type: none"> • Manifestaciones físicas • Psicológicas • Conductuales 	<ul style="list-style-type: none"> • Malestares físicos • Tensión emocional • Desmotivación para tareas escolares 	<ul style="list-style-type: none"> • Inventario SISCO de estrés académico.
---------------------------------	---	---	--	---

Métodos

En el presente estudio se utilizaron diversos métodos para abordar la relación entre el apoyo social y el estrés académico en estudiantes. El método bibliográfico se empleó para revisar y recopilar información teórica y empírica sobre los temas de interés, proporcionando una base conceptual sólida. El método psicométrico se utilizó para recolectar datos mediante la aplicación de instrumentos estandarizados, específicamente la Escala Multidimensional de Apoyo Social Percibido (MSPSS) y el Inventario SISCO de Estrés Académico, seleccionados por su validez y confiabilidad. El método analítico permitió descomponer y examinar los datos obtenidos a través de análisis descriptivos y correlacionales, utilizando el coeficiente de correlación de Spearman para explorar la relación entre las variables. Finalmente, el método estadístico se aplicó para analizar los datos cuantitativos y verificar las hipótesis mediante

técnicas como análisis de frecuencia y porcentaje, así como pruebas de significancia estadística para evaluar la relevancia de los resultados.

3.3. Población y Muestra

3.3.1. Población

La población consistió en 159 estudiantes pertenecientes a cuarto y quinto semestre de la carrera de Psicología de la Universidad Técnica de Babahoyo del periodo abril - agosto 2024.

3.3.2. Muestra

La muestra se seleccionó mediante un muestreo aleatorio probabilístico, específicamente a través del muestreo aleatorio simple, en el cual se asignan probabilidades de selección a cada individuo. Este método es una forma de muestreo finito probabilístico que utiliza probabilidades para determinar la inclusión de cada participante. El objetivo principal es obtener datos representativos de la población conocida. Combinando datos estadísticos y aplicando fórmulas, se calcula el tamaño de muestra necesario para obtener resultados fiables, optimizando los recursos y respetando las limitaciones de tiempo. La muestra constó de 88 estudiantes, la cual está conformada por 60 mujeres y 28 hombres entre las edades de 18 a 40 años de edad; el procedimiento del cálculo de la muestra se realiza basado en la siguiente fórmula:

- N = Total de la población (159)
- p = probabilidad esperada (50% = 0.5)
- q = no probabilidad esperada (50% = 0.5)
- Z = parámetros estadísticos que dependen del Nivel de Confianza 1.699² (97%)
- e = error (6%= 0.06).

$$n = \frac{N * p * q * z^2}{z^2 * p * q + (N-1) * e^2} \qquad n = \frac{159 * 0,5 * 0,5 * 1,699^2}{1,699^2 * 0,5 * 0,5 + (159-1) * 0,06^2} = 88$$

3.4. Técnicas e instrumentos de medición

3.4.1. Técnicas

Según Hurtado (2007) la técnica tiene que ver con los procedimientos utilizados para la recolección de los datos, pueden clasificarse como revisión documental, observación, encuesta y técnicas sociométricas, entre otras.

3.4.2. Test psicométricos

En este estudio, se utilizaron test psicométricos como técnica debido a su capacidad para ofrecer mediciones estandarizadas y objetivas. Estos test permitieron una cuantificación precisa de las variables de interés, facilitando la comparación de resultados y el análisis estadístico de las relaciones entre variables. En la investigación correlacional, los test psicométricos fueron herramientas valiosas para explorar y comprender la relación entre el apoyo social y el estrés académico en estudiantes universitarios.

3.4.3. Instrumentos

Para Chávez (2007), “los instrumentos de investigación son los medios que utiliza el investigador para medir el comportamiento o atributo de la variable.”

3.4.3.1. Inventario SISCO de Estrés Académico

El inventario SISCO de estrés académico, creado por Barraza (2007), está estructurado en tres dimensiones principales: las situaciones que generan estrés (estresores), las respuestas a estas situaciones (síntomas) y las estrategias de afrontamiento utilizadas por los estudiantes. La capacidad del SISCO para identificar las fuentes de estrés específicas y sus manifestaciones permite una comprensión detallada de cómo el estrés afectaba a los participantes. Además, su uso facilita la comparación de los niveles de estrés entre diferentes grupos de estudiantes, proporcionando datos valiosos para el análisis estadístico y la interpretación de los resultados en el contexto del estudio.

La elección de este instrumento se basó en su reconocida validez, fiabilidad y pertinencia para el tema en estudio. Se seleccionó este instrumento porque ofrece una medida precisa y estandarizada del nivel de estrés académico experimentado por los estudiantes universitarios.

3.4.3.2. Escala Multidimensional de Apoyo Social Percibido (MSPSS)

La Escala Multidimensional de Apoyo Social Percibido (MSPSS), desarrollada por Zimet, Dahlem, Zimet y Farley en 1988, es una herramienta ampliamente utilizada en el ámbito de la psicología para medir el apoyo social percibido. La MSPSS está estructurada en tres subescalas que evalúan el apoyo percibido de la familia, amigos y personas significativas, ofreciendo una evaluación comprensiva de diferentes fuentes de apoyo. Cada subescala consta de cuatro ítems, lo que suma un total de 12 ítems en la escala completa. Los participantes responden a cada ítem utilizando una escala Likert de siete puntos, que va desde "muy en desacuerdo" hasta "muy de acuerdo", lo que permite una evaluación detallada del nivel de apoyo percibido (Nicho-Almonacid et al., 2023).

Esta Escala se eligió debido a su reconocida validez, fiabilidad y pertinencia para el tema en estudio. Su uso en el proyecto de investigación proporcionó datos cruciales para explorar la relación entre el apoyo social percibido y el estrés académico, facilitando la comparación de resultados y el análisis de las relaciones entre estas variables.

3.5. Procesamiento de datos

Una vez seleccionada la población y muestra de estudio, se procedió de la siguiente manera para llevar a cabo esta investigación, primero se solicitó y obtuvo permiso de la Escuela de Psicología de la Universidad Técnica de Babahoyo. Se elaboró una solicitud formal dirigida al coordinador de la carrera explicándole el propósito del estudio, la importancia de los hallazgos potenciales y garantizando la confidencialidad de los datos recopilados. Después de la aprobación, se coordinó con los docentes de las asignaturas de cuarto y quinto semestre para programar las sesiones de aplicación de los cuestionarios durante el horario de clases. La recolección de datos se realizó utilizando dos instrumentos: el Inventario SISCO de Estrés académico (SISCO) y la Escala Multidimensional de Apoyo Social Percibido (MSPSS). Los cuestionarios se aplicaron en formato papel y se distribuyeron entre los estudiantes anteriormente seleccionados. Se imprimieron las copias necesarias de ambos cuestionarios y se proporcionaron hojas de respuestas separadas para cada test para facilitar la posterior tabulación de datos. Las visitas a las aulas se realizaron en las fechas acordadas con los docentes, y antes de la aplicación se explicó a los estudiantes el objetivo del estudio, asegurando la confidencialidad de sus respuestas. Se les pidió que completaran los cuestionarios de manera individual, sin discutir sus respuestas con sus compañeros, otorgándoles un tiempo máximo de 30 minutos para completar ambos cuestionarios. Una vez

recogidos los cuestionarios, se procedió a la tabulación y calificación de las respuestas de manera manual. Los cuestionarios completados se organizaron por separado para SISCO y MSPSS. Las respuestas de cada ítem del SISCO se ingresaron en una hoja de cálculo y se calificaron de acuerdo con la escala de 1 a 5 puntos, sumando los puntos para obtener la puntuación total del estrés académico de cada estudiante. De igual manera, las respuestas del MSPSS se ingresaron en una hoja de cálculo separada, calificándose en la escala de 1 a 5 puntos y calculando la puntuación total de apoyo social percibido. Finalmente, se verificó la integridad de los datos y se corrigieron posibles errores de ingreso, procediendo al análisis descriptivo inicial para comprender la distribución de las variables de estrés académico y apoyo social. Este procedimiento asegura la recolección y manejo adecuado de los datos, manteniendo la confidencialidad de los participantes y garantizando la precisión en la tabulación y calificación de los cuestionarios.

Para el análisis estadístico de los datos obtenidos mediante la Escala Multidimensional de Apoyo Social Percibido y el Inventario SISCO de Estrés Académico, se utilizó Microsoft Excel para validar y tabular las puntuaciones obtenidas. Luego, estos datos fueron exportados al software estadístico JAMOVI versión 2.3.28, el cual está diseñado específicamente para el análisis estadístico avanzado, ofreciendo una variedad de herramientas y técnicas para el procesamiento y análisis de datos de manera eficiente y precisa. Este proceso aseguró la precisión y consistencia de los datos recopilados, permitiendo su organización en tablas y gráficos para un análisis posterior.

El proceso de análisis se efectuó en dos fases principales: En la primera fase, se realizaron análisis descriptivos de las muestras con el objetivo de obtener una comprensión detallada de las características de las variables. Se calcularon medidas de tendencia central, como la media, mediana y moda, que proporcionaron información, que proporcionaron información sobre el valor central de los datos. Además, se incluyeron medidas de desviación estándar y la varianza, para evaluar la variabilidad de los datos. En la segunda fase, se llevó a cabo el análisis correlacional de las muestras utilizando la prueba de correlación de Spearman. Esta prueba permitió examinar la relación monotónica entre dos variables cuantitativas. Se generaron tablas y gráficos que detallaron los niveles de correlación entre las variables, así como los coeficientes de correlación correspondientes.

Tabla 2*Población y muestra*

Población	Muestra	Porcentaje
159	88	55%

*Nota: Datos de población y muestra (2024).***Tabla 3***Datos personales de los evaluados*

Edad	Género	Evaluados	Porcentaje
18 - 40	Femenino	60	68%
18 - 40	Masculino	28	32%
Total		88	100%

Nota: Datos personales (2024).

A partir de los datos proporcionados, el análisis muestra que el género femenino representa el 68% de la población, mientras que el género masculino representa un 32% totalizando un 88 de evaluados. Esta proporción debe ser tenida en cuenta para analizar la relación del apoyo social y estrés académico en los estudiantes de Psicología.

Instrumentos**Inventario SISCO de Estrés Académico****Tabla 4**

Nivel	Estudiantes	Porcentaje
Bajo	0	0
Moderado	55	63%
Alto	33	38%
Total	88	100%

Nota: Datos de los estudiantes del Inventario SISCO de Estrés Académico (2024).

Según los datos tabulados del inventario SISCO de estrés académico, se evidencia que ninguno de los estudiantes se encuentra clasificado en el nivel bajo de estrés, lo que podría indicar una ausencia de casos extremadamente bajos de estrés entre la muestra estudiada. En

contraste, un significativo 63% de los estudiantes reportan niveles moderados de estrés académico, señalando una proporción considerable que experimenta un grado medio de tensión relacionada con sus estudios. Además, un 38% de los estudiantes están categorizados en el nivel alto de estrés, lo que revela que una parte significativa de la muestra enfrenta niveles sustanciales de presión académica.

Tabla 5

Estímulos estresores

Categoría	Estudiantes	Porcentaje
Nunca	0	0%
Rara vez	13	15%
Algunas Veces	42	48%
Casi siempre	31	35%
Siempre	2	2%
Total	88	100%

Nota: Datos de los estudiantes del Inventario SISCO de Estrés Académico de los Estímulos estresores (2024).

De acuerdo a los datos de la aplicación de este instrumento los resultados muestran un 0% en la categoría nunca, en cuanto a la categoría rara vez hay 13 estudiantes que esto viene a reflejar un 15% del total, en la categoría algunas veces 42 estudiantes representando el 48% del total, en la categoría de casi siempre tiene 31 estudiantes esto constituye el 35%. en la categoría siempre 2 estudiantes que esto corresponde al 2% del total. Este análisis revela que la mayoría de los estudiantes experimentan estímulos estresores en su entorno académico, con una parte significativa reportando experimentarlos algunas veces y casi siempre. En cuanto a los estudiantes que experimentan estos estímulos rara vez o nunca es relativamente baja. Estos resultados sugieren que el entorno académico puede ser una fuente importante de estrés para los estudiantes.

Tabla 6

Síntomas

Categoría	Estudiantes	Porcentaje
Bajo	2	2%
Medianamente bajo	22	25%

Medio	38	43%
Medianamente alto	20	23%
Alto	6	7%
Total	88	100%

Nota: Datos de los estudiantes del Inventario SISCO de Estrés Académico de los Síntomas (2024).

En esta tabla se representa los resultados de la aplicación de este instrumento, revelando que 2 estudiantes reportan síntomas en la categoría bajo dando un 2% en el total, en la categoría medianamente bajo existen 22 estudiantes donde equivale al 25%, mientras que, en la categoría medio, 38 estudiantes representan el 43% del total, en la categoría medianamente alto hay 20 estudiantes donde da un 23% y solamente 6 estudiantes, corresponden al 7% del total reportando síntomas en la categoría alto. Se refleja que la mayoría de estudiantes experimentan síntomas en un rango medio de intensidad, también se observa una presencia considerable de estudiantes en las categorías medianamente bajo y medianamente alto, lo que evidencia una diversidad en la intensidad de los síntomas entre la población estudiantil evaluada.

Tabla 7

Estrategias de afrontamiento

Categoría	Estudiantes	Porcentaje
Nunca	0	0
Rara vez	17	19%
Algunas veces	52	59%
Casi siempre	17	19%
Siempre	2	2%
Total	88	100%

Nota: Datos de los estudiantes del Inventario SISCO de Estrés Académico de las Estrategias de afrontamiento (2024).

De acuerdo a los datos presentados en esta tabla muestran que ningún estudiante reporta nunca utilizar estas estrategias, en rara vez 17 estudiantes recurren a estrategias de afrontamiento, esto equivale al 19% del total, mientras que 52 estudiantes, representando el 59%, informan que las utilizan algunas veces, por otro lado, 17 estudiantes recurren a estas estrategias casi siempre, esto constituye el 19% del total, y 2 estudiantes que corresponde al

2% del total utilizan estas estrategias siempre. De acuerdo a estos resultados la mayoría de los estudiantes emplean estrategias de afrontamiento algunas veces, con una parte significativa indicando que las utilizan casi siempre. La ausencia de estudiantes que nunca recurren a estas estrategias indica que son recursos comunes para enfrentar situaciones estresantes en el entorno académico.

Escala Multidimensional de Apoyo Social Percibido (MSPSS)

Tabla 8

Escala Multidimensional de Apoyo Social Percibido (MSPSS)

Nivel	Estudiantes	Porcentajes
Bajo	0	0%
Moderado	6	7%
Alto	82	93%
Total	88	100%

Nota: Datos de los estudiantes de la Escala Multidimensional de Apoyo Social Percibido (2024).

En base a los datos proporcionados, los resultados muestran que ningún estudiante se encuentra en el nivel de apoyo social bajo lo que equivale a un 0% del total. En el nivel moderado hay 6 estudiantes que representan un 7% del total, en el nivel alto hay 82 estudiantes esto representa un 93% del total. Como se puede visualizar que la mayoría de los estudiantes perciben un alto nivel de apoyo social, siendo esto un resultado positivo. Este alto nivel de apoyo social demuestra que los estudiantes se sienten respaldados y apoyados en su entorno social, lo que puede contribuir positivamente a su bienestar emocional y a su capacidad de afrontar los desafíos académicos y personales. Aunque existe la presencia de un pequeño porcentaje de estudiantes con un nivel moderado de apoyo social podría indicar la existencia de áreas donde se podría mejorar la disponibilidad o percepción de apoyo social en el entorno estudiantil, por otro lado, la ausencia de estudiantes en el nivel bajo es alentador, esto indica que en general el entorno estudiantil ofrece niveles aceptables de apoyo social.

Tabla 9*Matriz de correlación*

		Apoyo social	Estrés académico
Apoyo social	Rho de Spearman	—	—
	gl	—	—
	valor p	—	—
	N	—	—
Estrés académico	Rho de Spearman	0.210	—
	gl	86	—
	valor p	0.975	—
	N	88	—

Nota. H_a es correlación positiva

Nota. * p < .05, ** p < .01, *** p < .001, una cola

Los resultados de la matriz de correlaciones obtenida mediante el programa JAMOVİ mostraron un coeficiente de correlación de Spearman de 0.210 entre el apoyo social y el estrés académico, con un valor p de 0.975 y 86 grados de libertad. Estos resultados indican una correlación positiva y débil, sugiriendo que a medida que el apoyo social percibido aumenta, también tiende a aumentar el estrés académico, aunque esta relación es muy débil. La falta de significancia estadística (valor p = 0.975) refuerza la conclusión de que no hay una relación significativa entre el apoyo social y el estrés académico en la muestra analizada.

Tabla 10*Resultados descriptivos de la muestra*

Inventario de SISCO						
	Género	Edad	Síntomas	Estresores	Estrategia de afrontamiento	Escala Apoyo Social
N	88	88	88	88	88	88
Perdidos	0	0	0	0	0	0
Media		21,6	41,3	25,20	18,1	65,8
Mediana		21,5	41,5	25	18	69
Moda		18	44	23	18	71
Desviación estándar		3,5	12,8	6,3	4,3	12,2
Varianza		12,4	162,6	42,2	18,1	148,8

Mínimo	18	15	10	9	36
Máximo	40	69	37	30	84

Nota: Datos de la tabla de tendencia central (2024).

Con respecto a la variable Edad, no se registraron casos perdidos, lo que permitió el análisis completo de la muestra. Se obtuvieron las medidas de tendencia central, encontrando que la media es de 21,6, la mediana es de 21,5 y la moda es de 18. En cuanto a la dispersión de los datos, la desviación estándar es de 3,5 y la varianza es de 12,4. Los valores mínimo y máximo registrados fueron 18 y 40, respectivamente, indicando que la edad se encuentra en un rango de 18 a 40 años.

La siguiente variable trata de Síntomas, en la muestra de 88 individuos, no se registraron casos perdidos en la variable, lo que indica que se cuenta con información completa para todos los individuos, sobre las medidas de tendencia central, la media de la variable es de 41,3, lo cual representa el valor promedio de los síntomas, la mediana indica que la mitad de los individuos tiene una puntuación en síntomas igual inferior 41,5, mientras que la moda, siendo el valor más frecuente de la muestra, es 44. Para evaluar la dispersión de los datos, la desviación estándar es de 12,8, lo que sugiere que las puntuaciones en síntomas tienen una dispersión considerable alrededor de la media, y la varianza es de 162,6. Por otro lado, el valor mínimo registrado en la variable de síntomas es 15, mientras que el valor máximo es 69, indicando que las puntuaciones en síntomas se encuentran en un rango de 15 a 69.

Con la variable estresores, en la muestra de 88 individuos, tampoco se registraron casos perdidos. Las medidas de tendencia central muestran que la media es de 25,20, la mediana es de 25, y la moda es 23. La desviación estándar es de 6,3 y la varianza es de 42,2, sugiriendo una dispersión moderada alrededor de la media. Los valores mínimo y máximo registrados fueron 10 y 37, respectivamente, indicando que los estresores se encuentran en un rango de 10 a 37.

En cuanto a la variable Estrategia de afrontamiento, nuevamente en la muestra de 88 individuos, no se registraron casos perdidos. La media es de 18,1, la mediana es de 18, y la moda es 18. La desviación estándar es de 4,3 y la varianza es de 18,1, lo que sugiere una dispersión moderada alrededor de la media. Los valores mínimo y máximo registrados fueron 9 y 30, respectivamente, indicando que las estrategias se encuentran en un rango de 9 a 30.

Por último, la variable Escala de Apoyo Social también se analizó sin casos perdidos en la muestra de 88 individuos. La media es de 65,8, la mediana es de 69, y la moda es 71. La desviación estándar es de 12,2 y la varianza es de 148,8, lo que sugiere una dispersión considerable alrededor de la media. Los valores mínimo y máximo registrados fueron 36 y 84,

respectivamente, indicando que las puntuaciones en la escala de apoyo social se encuentran en un rango de 36 a 84.

3.6. Aspectos éticos

La presente investigación “Apoyo social percibido y estrés académico en estudiantes universitarios” se diseñó y se llevó a cabo siguiendo rigurosos principios éticos para preservar la dignidad y el bienestar de cada estudiante involucrado. Se estableció parámetros y métodos adecuados en la ejecución de la investigación para salvaguardar la integridad y el respeto hacia cada participante. Se adoptó precauciones para garantizar el respeto y los derechos y la privacidad de los participantes, asegurándose de obtener su consentimiento informado previo a su participación. Asimismo, se aplicó medidas de confiabilidad para proteger la identidad de los participantes y asegurar un uso ético y responsable de los datos recolectados.

Martín (2013) plantea que todo el proceso de investigación está inevitablemente impregnado de los principios de la ética, los cuales aseguran una investigación de calidad y el cumplimiento de buenas prácticas. Es responsabilidad del investigador considerar no solo los aspectos técnicos y metodológicos, sino también los éticos y morales al diseñar y ejecutar un trabajo de investigación.

Consentimiento Informado: El consentimiento informado es un aspecto fundamental en cualquier investigación con participantes humanos. En este estudio, se informó detalladamente a todos los participantes sobre los objetivos del estudio, la metodología empleada, los posibles beneficios y riesgos asociados. El consentimiento informado se obtuvo de manera voluntaria, asegurando que los participantes estuvieran completamente informados y de acuerdo con su participación. Se destacó que los participantes tenían el derecho de retirar su consentimiento en cualquier momento sin sufrir consecuencias negativas. Esta obtención rigurosa del consentimiento informado garantiza que los participantes estuvieran plenamente conscientes y dispuestos a participar en la investigación.

Confidencialidad: Se garantizó la confidencialidad de la información proporcionada. Los datos fueron anonimizados y almacenados de manera segura, accesibles solo para los investigadores principales. Se utilizaron códigos numéricos en lugar de nombres reales o datos identificativos directos. Esta medida asegura que la información personal compartida por los participantes se mantenga confidencial y no pueda ser vinculada a ninguna persona en

particular, garantizando así la integridad y el respeto hacia los participantes y fomentando la confianza en el estudio.

Transparencia y Honestidad: Los investigadores se comprometieron a presentar los resultados de manera precisa y sin manipulación de los datos. Se aseguró que la interpretación y la comunicación de los resultados fueran honestas y fieles a los hallazgos obtenidos. Cualquier conflicto de interés se declaró de manera transparente, y se evitó cualquier forma de sesgo en el reporte de los resultados.

Beneficencia: Se buscó maximizar los beneficios del estudio, contribuyendo al conocimiento sobre el estrés académico y el apoyo social percibido, y ofreciendo recomendaciones para mejorar el bienestar de los estudiantes universitarios. Se implementaron estrategias para minimizar cualquier posible riesgo o incomodidad para los participantes. Además, los resultados se difundirán de manera agregada y en formatos que no permitan la identificación directa o indirecta de los participantes.

CAPITULO VI RESULTADOS Y DISCUSIÓN

4.1. Resultados

El estudio llevado a cabo con 88 estudiantes de cuarto y quinto semestre en la Universidad Técnica de Babahoyo proporcionó hallazgos reveladores acerca de la dinámica entre el estrés académico y el apoyo social percibido. Utilizando el Inventario SISCO de Estrés Académico y la Escala Multidimensional de Apoyo Social Percibido (MSPSS), se exploraron en profundidad las percepciones y experiencias de los estudiantes en relación con estos dos aspectos cruciales de su vida universitaria. Los resultados obtenidos no solo permitieron identificar la presencia de estrés académico en diferentes grados entre los participantes, sino también evidenciaron cómo la percepción de apoyo social variaba entre los estudiantes y su posible influencia en los niveles de estrés académico. Esta investigación se enfocó en capturar tanto la intensidad del estrés académico experimentado por los estudiantes como la calidad y disponibilidad percibida del apoyo social recibido, ofreciendo así una visión integral de cómo estos factores interactúan dentro del entorno educativo específico de la universidad

Los resultados obtenidos a partir del inventario SISCO de estrés académico revelan un panorama claro sobre los niveles de estrés entre los estudiantes evaluados. De acuerdo con la información tabulada, se ha determinado que ninguno de los estudiantes se encuentra en el nivel bajo de estrés académico. Esta ausencia de casos en la categoría de estrés bajo sugiere que entre la muestra estudiada no hay individuos que experimenten niveles extremadamente bajos de tensión académica. Por otro lado, un significativo 63% de los estudiantes se encuentran en el nivel moderado de estrés académico. Este resultado indica que más de la mitad de la muestra evaluada experimenta un grado medio de tensión relacionada con sus estudios, lo cual es considerable y puede reflejar la presencia de factores estresantes comunes a la mayoría de los estudiantes. Además, un 37% de los estudiantes están clasificados en el nivel alto de estrés académico. Este hallazgo es particularmente relevante, ya que demuestra que una parte importante de la muestra enfrenta niveles sustanciales de presión académica. Estos estudiantes pueden estar experimentando una mayor carga de estrés, lo que podría tener implicaciones significativas para su bienestar académico y personal.

Por otra parte, el mismo Inventario reveló que una gran mayoría de los estudiantes experimentan estímulos estresores en su entorno académico. Concretamente, el 48% de los estudiantes reportaron experimentar estos estímulos algunas veces, mientras que el 35% indicó

que los experimenta casi siempre. Estos hallazgos subrayan la naturaleza prevalente del estrés académico entre la población estudiantil estudiada, sugiriendo que el entorno académico no solo es un lugar de aprendizaje, sino también una fuente significativa de estrés que puede impactar negativamente tanto en el bienestar emocional como en el rendimiento académico de los estudiantes. Esta alta incidencia de estímulos estresores destaca la urgente necesidad de implementar estrategias efectivas de manejo del estrés dentro de la universidad. Es esencial desarrollar programas que no solo ayuden a los estudiantes a identificar y gestionar estos factores estresantes, sino que también fomenten un ambiente académico que promueva la resiliencia y el bienestar integral de los estudiantes.

El análisis de síntomas de estrés académico reveló una distribución variada pero predominantemente centrada en rangos medios de intensidad. Un significativo 43% de los estudiantes mostraron síntomas en nivel medio, indicativo de una carga moderada de estrés que afecta su bienestar emocional y su rendimiento académico de manera significativa, aunque manejable. Además, un 25% se ubicó en la categoría de síntomas medianamente bajo, sugiriendo desafíos emocionales menos intensos, pero aún relevantes en su experiencia universitaria. Por otro lado, un notable 23% reportó síntomas en el nivel medianamente alto, reflejando una intensidad más pronunciada de estrés académico que podría requerir intervenciones más específicas y personalizadas para gestionar efectivamente. Esta diversidad en la intensidad de los síntomas subraya la complejidad de las experiencias individuales de estrés académico dentro del contexto universitario, destacando la necesidad de estrategias diferenciadas de apoyo y manejo del estrés que consideren las distintas necesidades de los estudiantes para promover un ambiente académico más saludable y propicio para su desarrollo integral.

Las estrategias de afrontamiento son esenciales para manejar el estrés académico, y los resultados indicaron que un alto porcentaje de estudiantes (59%) utiliza estas estrategias algunas veces, mientras que un significativo 19% las emplea casi siempre. Esto sugiere que, aunque las estrategias de afrontamiento son comunes y consideradas efectivas, existe una necesidad continua de apoyar a los estudiantes en el desarrollo y aplicación de estas técnicas para mejorar su resiliencia académica y emocional. La variabilidad en el uso de estas estrategias también refleja la complejidad individual en la forma en que los estudiantes enfrentan el estrés académico, destacando la importancia de programas educativos y de apoyo que promuevan habilidades efectivas de afrontamiento desde el inicio de la vida universitaria. Este enfoque no

solo podría beneficiar el rendimiento académico de los estudiantes, sino también su bienestar general y su capacidad para gestionar de manera saludable las demandas del entorno universitario.

La Escala MSPSS reveló que la percepción de apoyo social entre los estudiantes es mayoritariamente alta, con un impresionante 93% de los estudiantes reportando un nivel alto de apoyo social. Este hallazgo es particularmente alentador, ya que indica que la mayoría de los estudiantes se sienten respaldados y acompañados en su entorno social, lo cual puede ser fundamental para su bienestar emocional y para afrontar con mayor eficacia los desafíos académicos y personales. El apoyo social no solo proporciona un sentido de pertenencia y conexión, sino también recursos emocionales y prácticos que ayudan a mitigar el impacto del estrés académico. Estos recursos pueden incluir desde el apoyo emocional directo hasta consejos prácticos sobre cómo manejar las exigencias académicas. La presencia de este alto nivel de apoyo social sugiere un entorno universitario solidario y colaborativo, donde los estudiantes pueden sentirse más seguros para enfrentar los retos académicos y personales que se presenten. Sin embargo, la identificación de un pequeño porcentaje (7%) con un nivel moderado de apoyo social indica áreas potenciales donde podrían implementarse estrategias adicionales para fortalecer aún más las redes de apoyo dentro del campus. Mejorar la percepción y la disponibilidad de apoyo social para todos los estudiantes podría jugar un papel crucial en la reducción del estrés académico y en la promoción de un ambiente universitario más inclusivo y de apoyo mutuo.

Los resultados de la matriz de correlaciones, obtenidos a través del programa JAMOVI, revelaron un coeficiente de correlación de Spearman de 0.210 entre las variables de apoyo social y estrés académico. El coeficiente de correlación de Spearman mide la fuerza y dirección de una relación monotónica entre dos variables. En este caso, un coeficiente de 0.210 sugiere una correlación positiva leve, lo que significa que hay una ligera tendencia a que los niveles de estrés académico aumentan conforme los estudiantes perciben más apoyo social. Sin embargo, esta correlación es débil y no indica una relación fuerte entre las variables.

Para respaldar aún más estos resultados, el valor p obtenido fue de 0.975 con 86 grados de libertad. El valor p es una medida de probabilidad de obtener los resultados observados, o más extremos, si no hubiera una verdadera relación entre estas variables. Un valor p alto, como el 0.975 en este caso, indica que la correlación observada podría ser simplemente el resultado

del azar, ya que no alcanza el umbral convencional de significancia estadística (generalmente 0.05).

En resumen, aunque hay una correlación leve entre apoyo social y estrés académico, esta no es suficientemente fuerte ni estadísticamente significativa para establecer una relación clara y confiable. Los resultados destacan la complejidad del fenómeno del estrés académico y la influencia potencial de múltiples factores no medidos, como características individuales, entorno académico y otras fuentes de apoyo. Futuras investigaciones podrían beneficiarse de explorar más a fondo estos factores para comprender mejor su impacto en el bienestar académico de los estudiantes.

Además, se analizaron datos descriptivos de la muestra. La edad promedio de los participantes fue de 21.6 años, con una mediana de 21.5 y una moda de 18 años, mostrando una dispersión moderada entre los 18 y 40 años. Este rango amplio de edades refleja la diversidad demográfica de la población estudiantil de la Universidad Técnica de Babahoyo, donde los estudiantes ingresan a diferentes edades y etapas de su desarrollo académico y personal. En cuanto a los síntomas de estrés académico, la media fue de 41.3, con una mediana de 41.5 y una moda de 44, indicando una considerable variabilidad en las experiencias de estrés dentro del grupo estudiado. Esta variabilidad puede estar influenciada por factores individuales, académicos y sociales que afectan la percepción y la gestión del estrés entre los estudiantes universitarios. En relación a los estresores académicos, se encontró una media de 25.2, con una mediana y moda de 25 y 23 respectivamente, señalando una distribución moderada en la percepción de factores estresantes. Los estresores académicos incluyen diversas presiones y demandas del entorno universitario que afectan la experiencia estudiantil, desde la carga académica hasta las expectativas personales y sociales. Las estrategias de afrontamiento mostraron una media de 18.1, con una mediana y moda de 18, reflejando una consistencia en cómo los estudiantes manejan situaciones estresantes relacionadas con sus estudios. Estas estrategias incluyen desde métodos cognitivos hasta recursos sociales y emocionales que los estudiantes utilizan para enfrentar y adaptarse a los desafíos académicos. Por último, la Escala de Apoyo Social reveló una media de 65.8, con una mediana de 69 y moda de 71, indicando que la mayoría de los estudiantes perciben un alto nivel de apoyo social en su entorno, aunque con variabilidad en la intensidad percibida. Este apoyo social puede provenir de compañeros, familiares, profesores y otros recursos dentro y fuera del ámbito universitario, jugando un papel

crucial en el bienestar emocional y académico de los estudiantes durante su trayectoria educativa.

4.2. Discusión

La presente investigación se ha centrado en explorar cómo el apoyo social percibido influye en los niveles de estrés académico entre estudiantes de cuarto y quinto semestre de la Universidad Técnica de Babahoyo. El estrés académico es una preocupación significativa en el ámbito universitario, afectando el bienestar y el rendimiento de los estudiantes. Comprender cómo el apoyo social puede mitigar o intensificar este fenómeno es esencial para desarrollar estrategias efectivas de apoyo psicológico y promover un entorno educativo más saludable.

El análisis de correlación realizado reveló un coeficiente de Spearman de 0.210 entre el apoyo social percibido y el estrés académico en nuestra muestra de estudiantes de cuarto y quinto semestre de la Universidad Técnica de Babahoyo. Este resultado indica una correlación positiva leve entre estas variables, sugiriendo que existe una tendencia mínima hacia un aumento en los niveles de estrés académico cuando los estudiantes perciben más apoyo social. Es importante destacar que este coeficiente no alcanzó significancia estadística ($p = 0.975$), lo que implica que la asociación observada podría ser atribuible al azar o a variables no consideradas en este estudio.

El resultado de una correlación positiva leve, aunque no significativa, nos lleva a reflexionar profundamente sobre la relación entre el apoyo social y el estrés académico. A pesar de que el análisis reveló una tendencia mínima hacia un aumento en el estrés cuando los estudiantes perciben más apoyo social, la falta de significancia estadística ($p = 0.975$) sugiere que esta relación podría no ser tan sólida como se esperaba. Esto nos lleva a pensar que hay otros factores en juego que podrían estar influyendo en esta dinámica.

Uno de estos factores podría ser la calidad del apoyo social percibido. Tal vez el tipo de apoyo que los estudiantes perciben no es el más adecuado para mitigar el estrés académico, o quizás la forma en que se ofrece el apoyo no es la más efectiva. También es posible que las características individuales de los estudiantes, como sus formas de enfrentar el estrés o sus expectativas sobre el apoyo, jueguen un papel importante. Las condiciones específicas del entorno educativo podrían ser otro factor relevante, ya que el contexto en el que los estudiantes reciben apoyo puede variar considerablemente.

Nos sorprende un poco que, aunque el apoyo social suele ser visto como un recurso valioso para reducir el estrés, en esta investigación, no se tradujo en una disminución significativa del estrés académico. Esto resalta la complejidad de cómo el apoyo social es experimentado y utilizado en diferentes contextos académicos. Creemos que es fundamental explorar más a fondo cómo diversos tipos y fuentes de apoyo social pueden influir en el estrés académico. Tal vez es necesario entender mejor que aspectos del apoyo social realmente hacen diferencia y cómo pueden ser aplicados de manera más efectiva.

Este hallazgo se alinea con investigaciones previas, como las de Flores (2018) y García (2017), que también reportaron una falta de relación significativa entre el apoyo social percibido y el estrés académico en contextos universitarios similares. Estos estudios sugieren que la percepción del apoyo social puede variar considerablemente entre diferentes poblaciones estudiantiles, lo cual influye en cómo estas variables se relacionan con el estrés académico. Por ejemplo, mientras algunos estudiantes pueden percibir un alto nivel de apoyo social, pero experimentar altos niveles de estrés académico debido a otras presiones externas o internas no medidas en el estudio, otros podrían experimentar un bajo estrés académico a pesar de percibir un bajo apoyo social debido a mecanismos de afrontamiento efectivos o estructuras de apoyo alternativas.

Contrariamente, investigaciones como la de Beraun y Ugarte (2022) resaltan la importancia crucial del apoyo social en la reducción del estrés académico y la mejora del bienestar estudiantil. Estos hallazgos subrayan la complejidad de la influencia del apoyo social en el contexto educativo, sugiriendo que factores como la calidad del apoyo recibido, la percepción de su disponibilidad y la naturaleza de las relaciones sociales pueden modular significativamente su impacto en el estrés académico de los estudiantes.

Desde una perspectiva práctica, los resultados de este estudio tienen importantes implicaciones para el diseño de intervenciones destinadas a mejorar el bienestar estudiantil. La falta de una correlación significativa entre el apoyo social percibido y el estrés académico en nuestra muestra sugiere que fortalecer las redes de apoyo no siempre resulta en una reducción directa del estrés académico. Esto podría deberse a varias razones, como la calidad percibida del apoyo recibido o la dinámica individual de cómo los estudiantes manejan el estrés.

Es crucial reconocer que programas como la mentoría entre pares, servicios de asesoramiento psicológico y la creación de espacios para la interacción social siguen siendo

fundamentales para el bienestar estudiantil. Estas iniciativas no solo pueden proporcionar un entorno de apoyo emocional, sino también facilitar el desarrollo de habilidades de afrontamiento y resiliencia entre los estudiantes. Aunque el impacto directo en el estrés académico puede no ser evidente en todos los casos, el fortalecimiento de estas redes de apoyo puede contribuir significativamente a mejorar la adaptación y la experiencia general de los estudiantes universitarios.

Teóricamente, los hallazgos de este estudio también cuestionan la aplicación de la teoría del efecto directo en el contexto específico del estrés académico. Esta teoría sugiere que el apoyo social puede mejorar la salud al influir positivamente en procesos psicofisiológicos y promover hábitos de vida saludables. Sin embargo, la falta de una correlación clara entre el apoyo social percibido y el estrés académico en nuestra muestra indica que otros factores, como el estrés social específico del entorno universitario, pueden estar influyendo de manera significativa en la salud mental y física de los estudiantes.

Este estudio contribuye significativamente al entendimiento de cómo factores psicosociales, como el apoyo social percibido, afectan la experiencia académica de los estudiantes universitarios. Aunque los resultados no respaldan directamente la hipótesis inicial de una relación inversa entre apoyo social y estrés académico, proporcionan hallazgos valiosos para futuras investigaciones y el diseño de intervenciones dirigidas a mejorar el bienestar estudiantil.

La hipótesis inicial de que "A mayor apoyo social percibido, menor será el estrés académico experimentado por los estudiantes" ha sido fundamental en la estructuración y evaluación de este estudio. Sin embargo, los resultados obtenidos no respaldaron esta hipótesis de manera completa. A pesar de que la hipótesis proporcionó una base teórica sólida y guio la recolección y análisis de datos de manera coherente, los resultados sugieren que la relación entre el apoyo social y el estrés académico no es tan directa como se esperaba. Esta falta de apoyo para la hipótesis inicial invita a una reflexión crítica sobre los factores subyacentes que podrían estar influyendo en la percepción del apoyo social y su efecto sobre el estrés académico. Este escenario subraya la importancia de replantear y ajustar las hipótesis en investigaciones futuras. Integrar nuevas evidencias y perspectivas emergente permitirá avanzar en la comprensión de estos fenómenos complejos en el ámbito educativo.

A pesar de las contribuciones significativas, este estudio presenta varias limitaciones que deben considerarse al interpretar los resultados. Primero, la muestra utilizada podría no ser completamente representativa de la diversidad estudiantil en otras instituciones educativas o en diferentes regiones geográficas. Esto podría limitar la generalización de los hallazgos a contextos universitarios más amplios. Además, la medición del apoyo social percibido y el estrés académico se basó en instrumentos estandarizados, lo que, aunque confiables, podría no captar completamente la complejidad y la subjetividad de estas experiencias en el contexto específico de los estudiantes de la Universidad Técnica de Babahoyo.

Otra limitación importante radica en la naturaleza correlacional del estudio, lo que impide establecer conclusiones definitivas sobre la dirección causal entre el apoyo social y el estrés académico. Futuras investigaciones podrían beneficiarse de diseños longitudinales o experimentales que puedan evaluar más directamente cómo cambios en el apoyo social percibido impactan los niveles de estrés académico a lo largo del tiempo.

Este estudio enfatiza la importancia de abordar integralmente las necesidades psicosociales de los estudiantes universitarios, destacando la relevancia del apoyo social como un recurso clave para mejorar el bienestar estudiantil. A pesar de las limitaciones encontradas, los resultados proporcionan una base sólida para continuar investigando y desarrollando estrategias efectivas que promuevan un entorno académico más saludable y propicio para el aprendizaje y el desarrollo personal.

CAPÍTULO V – CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1. Conclusiones

Se logró definir de manera clara y precisa las variables de apoyo social y estrés académico, cumpliendo así el primer objetivo específico de la investigación. La definición de apoyo social se fundamentó en la conceptualización de Quiroga-Sanzana et al. (2022), quienes describen este constructo como la percepción de los estudiantes sobre la disponibilidad y calidad del apoyo proporcionado por familiares, amigos y otras figuras significativas. Por otro lado, el estrés académico se entendió a partir de la definición ofrecida por Restrepo et al. (2022), que lo caracteriza como el conjunto de respuestas físicas y emociones ante las demandas y presiones del entorno académico. Estas definiciones proporcionaron una base teórica sólida y bien establecida, permitiendo una comprensión exhaustiva de las variables en cuestión.

En relación con el segundo objetivo del estudio, se logró la evaluación de los niveles de apoyo social percibido y de estrés académico experimentado por los estudiantes. Los resultados obtenidos mostraron que los estudiantes perciben un nivel moderado a alto de apoyo social, con un notable respaldo de parte de sus familiares y amigos. Este hallazgo subraya la relevancia del apoyo social en la experiencia universitaria. Simultáneamente, el análisis del estrés académico reveló que una proporción significativa de los estudiantes enfrenta niveles moderados a altos de estrés, alineándose con las expectativas sobre las presiones académicas. Estos resultados demuestran claramente que se cumplió el objetivo de evaluar tanto el apoyo social como el estrés académico.

Con respecto al objetivo de establecer la correlación entre el apoyo social percibido y el estrés académico, se logró identificar una leve asociación positiva entre ambas variables en la muestra estudiada. Este hallazgo cumple con el objetivo de explorar cómo se relacionan estos dos aspectos en el contexto académico. Sin embargo, a pesar de observar una tendencia hacia un aumento en los niveles de estrés académico conforme los estudiantes perciben apoyo social, la correlación encontrada no alcanzó un nivel de significancia estadística convencional. Esto sugiere que, aunque existe una relación ligera, los datos no proporcionan una evidencia contundente para afirmar una correlación clara y significativa entre el apoyo social y el estrés académico en este grupo específico. En conclusión, el análisis ha permitido establecer una

asociación, aunque modesta, entre las variables estudiadas, cumpliendo el objetivo de explorar su relación sin lograr una conexión estadísticamente significativa.

5.2. Recomendaciones

Realizar estudios longitudinales para explorar cómo varía la percepción de apoyo social y el nivel de estrés académico a lo largo del tiempo. Estos estudios pueden proporcionar una comprensión más profunda de cómo las dinámicas de apoyo social y estrés académico cambian durante el año académico. Para implementar esta recomendación, se pueden realizar encuestas periódicas a los mismos estudiantes, recolectando datos consistentes sobre su percepción de apoyo social y niveles de estrés. Los resultados permitirán identificar periodos críticos de alto estrés y bajo apoyo social, facilitando la implementación de intervenciones específicas en los momentos más necesarios.

Implementar programas de mentoría entre estudiantes de semestres superiores y nuevos ingresantes para fomentar redes de apoyo entre pares. La mentoría puede reducir el estrés académico al ofrecer una red de apoyo confiable y promover un sentido de pertenencia dentro de la comunidad universitaria. Para esto, se pueden establecer programas formales de mentoría, con capacitaciones para los mentores en habilidades de escucha activa, manejo del estrés y técnicas de resolución de conflictos. Este programa podría mejorar significativamente el bienestar de los nuevos estudiantes, facilitando su adaptación al entorno universitario y promoviendo un ambiente de colaboración y apoyo mutuo.

Diseñar e implementar talleres y actividades extracurriculares centrados en el manejo efectivo del tiempo y técnicas de estudio. La falta de habilidades de manejo del tiempo y técnicas de estudio eficaces puede contribuir significativamente al estrés académico. Ofrecer estas herramientas puede ayudar a los estudiantes a manejar mejor sus cargas de trabajo y reducir su estrés. Para llevar a cabo esta recomendación, se pueden ofrecer talleres sobre planificación y organización, establecimiento de prioridades y estrategias para exámenes. Al adquirir y practicar estas habilidades, los estudiantes estarán mejor equipados para enfrentar las demandas académicas, lo que puede reducir sus niveles de estrés y mejorar su rendimiento académico y bienestar general.

Referencias

- Aguila, B., Calcines, M., Monteaguado, R., & Nieves, Z. (2015). Estrés académico. Obtenido de Edumecentro: <http://scielo.sld.cu/pdf/edu/v7n2/edu13215.pdf?msckid=66a2f81dcdba1>
- Alva, A. (2020). “Nivel de estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes de psicología y nutrición de un centro de Formación Superior Privada de Lima Norte”. Obtenido de Repositorio Universidad Privada del Norte: <https://repositorio.upn.edu.pe/bitstream/handle/11537/24197/Alva%20Juarez%2c%20Alexis.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Asenjo-Alarcón, J., Linares-Vásquez, O., & Díaz-Dávila, Y. (2021). Nivel de estrés académico en estudiantes de enfermería durante la pandemia de COVID-19. Obtenido de Revista Peruana de Investigación en Salud: <https://revistas.unheval.edu.pe/index.php/repis/article/view/867>
- Ayabaca, M., & Jaramillo, M. (2023). Estrés académico y musicoterapia en el Ecuador. Revista Misostenido, 2.
- Baquero, E. (2022). Apoyo social percibido por los adultos mayores que participan en el programa 60 y piquito del sur de Quito confinados durante la pandemia por COVID-19. Obtenido de Repositorio Universidad Central del Ecuador: <https://www.dspace.uce.edu.ec/server/api/core/bitstreams/a0eb2b65-8dc7-473c-91c8-373174429580/content>
- Barraza, A. (2007). El Inventario SISCO del estrés académico. Obtenido de Dialnet: <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/2358921.pdf>
- Barrera, M., & Flores, M. (2020). Apoyo social percibido y salud mental positiva en hombres y mujeres universitarios. Obtenido de Voces y Silencios: Revista Latinoamericana de Educación: <https://revistas.uniandes.edu.co/index.php/vys/article/view/7722/8273>
- Barrera-Herrera, A., Neira-Cofré, M., Raipán-Gómez, P., Raiquelme-Lobos, P., & Escobar, B. (2019). Apoyo social percibido y factores sociodemográficos en relación con los síntomas de ansiedad, depresión y estrés en universitarios chilenos. Obtenido de Revista de Psicopatología y Psicología Clínica:

https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/101141091/pdf-libre.pdf?1681663391=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3DApoyo_social_percibido_y_factores_sociod.pdf&Expires=1717138600&Signature=TE9edbN1OAlu~-IWkJ0QJe4X3UzEGXPpINE401ACPcNdzZT8irRe9fjg5

Beraun, V., & Ugarte, G. (2022). Hábitos de estudio y estrés académico en adolescentes de una Institución Educativa en el Rimac, Lima. Obtenido de Repositorio Universidad Católica Sedes Sapientiae:

https://repositorio.ucss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14095/1727/Beraun_Ugarte_tesis_2022.pdf?sequence=1

Caciano, J. (2023). Relación entre estrés académico y apoyo social percibido en estudiantes de Psicología de una universidad particular - 2021. Obtenido de Repositorio Universidad Continental:

https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/12488/6/IV_FHU_501_TE_Caciano_Donayre_2023.pdf

Carrera, A. (2023). Estrategias de entrenamiento en auto instrucciones para disminuir el estrés académico en adolescentes. Obtenido de Repositorio Universidad Técnica de Ambato: <https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/40261/1/Carrera%20%20%C3%81ngela.pdf>

Chacín, U. D. (s.f.). Obtenido de <https://virtual.urbe.edu/tesispub/0094733/cap03.pdf>

Conchado, J., Alvarez, R., Cordero, G., Gutiérrez, F., & Terán, F. (2019). Estrés académico y resultados docentes en estudiantes de medicina. Obtenido de Revista de Ciencias Médicas de Pinar del Río: <https://revcmpinar.sld.cu/index.php/publicaciones/article/view/3822>

Contreras, K., & Hernández, E. (2019). Redes de apoyo familiares y feminización del cuidado de jóvenes estudiantes universitarios. Obtenido de Revista Hispana para el Análisis de Redes Sociales: <https://www.raco.cat/index.php/Redes/article/download/v30-n1-contreras-hernandez/450954>

- Cortez, N., & Velásquez, L. (2017). Apoyo social y estrés en estudiantes Universitarios - PIMENTEL 2016. Obtenido de Repositorio Universidad Señor de Sipán: <https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/3191/TESIS%20PDF.pdf>
- Escobar, A., & Vasconez, A. (2023). Nivel de estrés asociado a la carga académica en los estudiantes de la carrera de enfermería. Universidad Estatal de Bolívar. Período noviembre 2022 – marzo 2023. Obtenido de Repositorio Universidad Estatal de Bolívar: <https://dspace.ueb.edu.ec/bitstream/123456789/5118/1/TESIS%20COMPLETA%20ACTUALIZADA%202.pdf>
- Fachado, A., Menéndez, M., & González, L. (2013). Apoyo social: Mecanismos y modelos de influencia sobre la enfermedad crónica. Obtenido de https://www.researchgate.net/profile/Alfonso-Alonso-Fachado/publication/322909571_Apoyo_social_mecanismos_y_modelos_de_influencia_sobre_la_enfermedad_cronica/links/5a755c8a45851541ce566eaf/Apoyo-social-mecanismos-y-modelos-de-influencia-sobre-la-enfermedad
- Flores, J. (2023). Procrastinación y su relación con el estrés académico en los estudiantes de secundaria de una Institución Educativa en la ciudad de Latacunga. Obtenido de Repositorio Universidad Central del Ecuador: <https://www.dspace.uce.edu.ec/server/api/core/bitstreams/99fad77d-0379-4993-b789-4c8f6a5ef414/content>
- García, F. (2017). Estrés Académico y Apoyo Social Percibido en universitarios. Obtenido de Repositorio Universidad Argentina de la Empresa: <https://repositorio.uade.edu.ar/xmlui/bitstream/handle/123456789/6576/GARCIA.F.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, P. (2014). Metodología de la Investigación. México: McGraw Hill Education. Obtenido de Definiciones de los enfoques cuantitativo y cualitativo, sus similitudes y diferencias.: https://d1wqtxtslxzle7.cloudfront.net/58257558/Definiciones_de_los_enfoques_cuantitativo_y_cualitativo_sus_similitudes_y_diferencias.pdf?1548409632=&response-content-

[disposition=inline%3B+filename%3DDefiniciones_de_los_enfoques_cuantitativ.pdf&Expires=171](#)

Herrera Sánchez Herrera, N. P. (2010). Cuidado y Práctica de Enfermería. En N. P. Herrera Sánchez Herrera, Cuidado y Práctica de Enfermería (pág. 285). Bogotá: UN - ASEUC.

Jabel, M. (2017). Estandarización del inventario de estrés académico SISCO en estudiantes de dos Universidades de Villa El Salvador. Obtenido de Repositorio Universidad Autónoma de Perú: <https://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13067/417/TESIS%20-%20MARIA%20JABEL.pdf?sequence=3&isAllowed=y>

Linares, J., & Mescua, C. (2022). Estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes de secundaria de una institución educativa privada de Lima norte. Obtenido de Repositorio Universidad San Ignacio de Loyola: <https://repositorio.usil.edu.pe/server/api/core/bitstreams/60ebafee-4e4e-4ba7-aaa0-fe8c9867fa5d/content>

Maceo, O., Maceo, A., Varón, Y., Maceo, M., & Peralta, Y. (2013). Estrés académico: causas y consecuencias. Obtenido de Multimed: <https://core.ac.uk/reader/228907950>

Martín, S. (2013). Aplicación de los principios éticos a la Metodología de la Investigación. Obtenido de Dialnet: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6288907>

Mera, D. (2023). Estrés académico y su relación con el bienestar psicológico en estudiantes universitarios. Obtenido de Repositorio Universidad Técnica de Ambato: <https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/38558/1/Mera%20Zapata%20Dayana%20Mishel.pdf>

Ministerio de Salud Pública del Ecuador. (2021). Lineamientos Operativos para la Atención a Personas con Intención y/o Intentos suicidas en Establecimientos del Ministerio de Salud Pública del Ecuador. Obtenido de Subsecretaría Nacional de Provisión de los Servicios de Salud: <https://www.salud.gob.ec/wp-content/uploads/2021/09/Lineamiento-de-intencion-e-intentos-de-suicidio.pdf>

Moran, P., & Marilyn, L. (2019). Estrés académico y apoyo social en estudiantes que migran a Lima por estudios universitarios. Obtenido de

<https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/20.500.12404/9470/browse?type=author&value=Moran+Paucar%2C+Leydi+Marylin>

Mousalli-Kayat, G. (Octubre de 2015). Obtenido de Métodos y Diseños de Investigación Cuantitativa: https://www.researchgate.net/profile/Gloria-Mousalli/publication/303895876_Metodos_y_Disenos_de_Investigacion_Cuantitativa/links/575b200a08ae414b8e4677f3/Metodos-y-Disenos-de-Investigacion-Cuantitativa.pdf

Nicho-Almonacid, T., Melendrez-Ugarte, D., Palacios-Mizare, M., Arias-Gutiérrez, M., & Olivas-Ugarte, L. (2023). Escala Multidimensional de Apoyo Social Percibido (MSPSS): propiedades psicométricas en universitarios peruanos. Obtenido de Propósitos y Representaciones: <http://dx.doi.org/10.20511/pyr2023.v11n3.1874>

Nicho-Almonacid, T., Melendrez-Ugarte, D., Palacios-Mizare, M., Arias-Gutiérrez, M., & Olivas-Ugarte, L. (2023). Escala Multidimensional de Apoyo Social Percibido (MSPSS): propiedades psicométricas en universitarios peruanos. Obtenido de Propósitos y Representaciones: <http://dx.doi.org/10.20511/pyr2023.v11n3.1874>

Pisfil, L. (2024). Influencia del Apoyo social sobre el Estrés académico en ingresantes universitarios de Lima metropolitana. Obtenido de Repositorio Universidad San Ignacio de Loyola: <https://repositorio.usil.edu.pe/server/api/core/bitstreams/92ffd51d-7329-4287-a88a-beff7d642294/content>

Quiroga-Sanzana, C., Parra-Monje, G., Moyano-Sepúlveda, C., & Díaz-Bravo, M. (2022). Percepción de apoyo social y calidad de vida: la visión de personas mayores chilenas en el contexto de pandemia durante el 2020. Obtenido de Revista PROSPECTIVA: <https://revistaprospectiva.univalle.edu.co/index.php/prospectiva/article/view/11544/14611>

Restrepo, J., Amador, O., & Castañeda, T. (2020). Estrés académico en universitarios. Obtenido de Psicoespacios: <https://bibliotecadigital.iue.edu.co/jspui/bitstream/20.500.12717/2042/1/1331-Texto%20del%20art%20c3%20adculo-5268-1-10-20210301.pdf>

Rojas, D., Aldana, C., Mendis, S., & Peralta, T. (2019). Estrés laboral en los docentes y su relación con la sobre carga laboral. Obtenido de Repositorio Institucional Alejandría: <https://alejandria.poligran.edu.co/bitstream/handle/10823/1476/INVESTIGACION%20APLICADA%20ESTRES%20LABORAL%20EN%20LOS%20DOCENTES%20Y%20SU%20RELACION%20CON%20LA%20SOBRE%20CARGA%20LABORAL.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

- Rondón, J., & Reyes, B. (2019). Introducción al modelo transteórico: rol del apoyo social y de variables sociodemográficas. Obtenido de Revista Electrónica de Psicología Iztacala: <https://www.medigraphic.com/pdfs/epsicologia/epi-2019/epi193g.pdf>
- Silva, M., López, J., Sánchez, O., & González, P. (2019). Estrés académico en estudiantes de Licenciatura en Enfermería. Obtenido de RECIEN: https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/100448/1/RECIEN_18_03.pdf
- Tamayo-Cabeza, G., Hernández-Alvarez, A., & Diaz-Cardenas, S. (2021). Funcionalidad familiar, soporte de amigos y rendimiento académico en estudiantes de odontología. Obtenido de Revista Universidad y Salud: <https://revistas.udenar.edu.co/index.php/usalud/article/view/6277/7867>
- Teque-Julcarima, M., Gálvez-Díaz, N., & Salazar-Merchán, D. (2020). Estrés Académico en estudiantes de enfermería de Universidad Peruana. Obtenido de Dialnet: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7512760>
- Torres Ochoa, A. (2023). Actividad física y su papel en el estrés académico en estudiantes universitarios. Obtenido de https://scholar.google.es/scholar?hl=es&as_sdt=0%2C5&q=ACTIVIDAD+F%C3%8DSICA+Y+SU+PAPEL+EN+EL+ESTR%C3%89S+ACAD%C3%89MICO+EN+ESTUDIANTES+UNIVERSITARIOS&btnG=#d=gs_cit&t=1714855343571&u=%2Fscholar%3Fq%3Dinfo%3ALtOrkMxunzQJ%3Ascholar.google.com%2F%26output%3
- Uchino, B. (2024). Apoyo social y salud física: comprender las consecuencias de las relaciones para la salud. New Haven: Yale University Press.
- Valdivieso-León, L., Lucas, S., Tous-Pallarés, J., & Espinoza-Díaz, I. (2020). Estrategias de Afrontamiento del Estrés Académico Universitario: Educación Infantil - Primaria. Obtenido de UNED: <https://www.redalyc.org/journal/706/70664431007/html/>
- Viteri, E., Briones, E., Bajaña, V., & Aroni, E. (2019). Funcionalidad familiar y apoyo social percibido. Abordaje desde la intervención comunitaria en Ecuador. Obtenido de Revista Venezolana de Gerencia: <https://www.redalyc.org/journal/290/29062051016/29062051016.pdf>

Zepeda-Goncen, G., & Sánchez-Aragón, R. (2021). Impacto de la cercanía, toque afectivo y satisfacción con el apoyo de la pareja en los comportamientos saludables. Obtenido de Revista PSICOGENTE: <https://revistas.unisimon.edu.co/index.php/psicogente/article/view/3736/4989>



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGIA
MODALIDAD PRESENCIAL



ANEXOS





UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGIA
MODALIDAD PRESENCIAL



Anexo A

Inventario SISCO del Estrés Académico

1.- Durante el transcurso de este semestre ¿has tenido momentos de preocupación o nerviosismo?

Si

No

2.- Con la idea de obtener mayor precisión y utilizando una escala del 1 al 5 señala tu nivel de preocupación o nerviosismo, donde (1) es poco y (5) mucho.

1	2	3	4	5

3.- En una escala del (1) al (5) donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre, señala con qué frecuencia te inquietaron las siguientes situaciones:

	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
La competencia con los compañeros del grupo					
Sobrecarga de tareas y trabajos escolares					
La personalidad y el carácter del profesor					
Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.)					
El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)					
No entender los temas que se abordan en la clase					
Participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc.)					
Tiempo limitado para hacer el trabajo					
Otra _____ (Especifique)					

4.- En una escala del (1) al (5) donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre, señala con qué frecuencia tuviste las siguientes reacciones físicas, psicológicas y comportamentales cuando estabas preocupado o nervioso:

Reacciones físicas					
	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas)					
Fatiga crónica (cansancio permanente)					
Dolores de cabeza o migrañas					
Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea					
Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.					
Somnolencia o mayor necesidad de dormir					
Reacciones psicológicas					
	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)					
Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)					
Ansiedad, angustia o desesperación.					
Problemas de concentración					
Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad					
Reacciones comportamentales					
	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
Conflictos o tendencia a polemizar o discutir					
Aislamiento de los demás					
Desgano para realizar las labores escolares					
Aumento o reducción del consumo de alimentos					
Otras (especifique)					
	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre

5.- En una escala del (1) al (5) donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre, señala con qué frecuencia utilizaste las siguientes estrategias para enfrentar la situación que te causaba la preocupación o el nerviosismo.

	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias ideas o sentimientos sin dañar a otros)					
Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas					
Elogios a sí mismo					
La religiosidad (oraciones o asistencia a misa)					
Búsqueda de información sobre la situación					
Ventilación y confidencias (verbalización de la situación					
que preocupa)					
Otra _____ (Especifique)					

Anexo B

ESCALA MULTIDIMENSIONAL DE APOYO SOCIAL PERCIBIDO

(Multidimensional Scale of Perceived Social Support, MSPSS; Zimet, Dahlem y Farley, 1988).

(Traducción por J. Sanz)

Por favor, lea cuidadosamente cada una de las frases que aparecen a continuación y responda en qué medida le describen. Para contestar, utilice la siguiente escala:

	Muy en desacuerdo (1)	Bastante en desacuerdo (2)	Algo en desacuerdo (3)	Ni en desacuerdo ni de acuerdo (4)	Algo de acuerdo (5)	Bastante en acuerdo (6)	Muy de acuerdo (7)
1. Existe una persona especial que está cerca de mí cuando la necesito.							
2. Existe una persona especial con la cual puedo compartir alegrías y tristezas.							
3. Mi familia trata realmente de ayudarme.							
4. Tengo la ayuda y el apoyo emocional que necesito de mi familia.							
5. Tengo una persona especial que es una fuente real de consuelo para mí.							
6. Mis amigos tratan realmente de ayudarme.							
7. Puedo contar con mis amigos cuando las cosas van mal.							
8. Puedo hablar de mis problemas con mi familia.							
9. Tengo amigos con los cuales puedo compartir mis alegrías y mis penas.							
10. Hay una persona especial en mi vida que se preocupa de mis sentimientos.							
11. Mi familia está dispuesta a ayudarme a tomar decisiones.							
12. Puedo hablar de mis problemas con mis amigos.							

CORRECCIÓN:

- FAMILIA: ÍTEMS: 3, 4, 8, 11.
- AMIGOS: ÍTEMS: 6, 7, 9, 12.
- OTRAS PERSONAS SIGNIFICATIVAS: ÍTEMS: 1, 2, 5, 10

Referencia

Zimet, G., Dahlem, S. G. y Farley, G. K. (1988): Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS). Journal of Personality Assessment, 52, 30-41.



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGÍA
MODALIDAD PRESENCIAL



Anexo C



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE
LA EDUCACIÓN CARRERA DE PSICOLOGÍA



Babahoyo 29 de Mayo del 2024

PhD. Walter Cedeño

Coordinador de la carrera de Psicología

En su despacho. -

De nuestra consideración. -

Por medio de la presente, los estudiantes **Morocho Rosado Alexandra Paola** con C.I. **1207861277**, y **Rodríguez Cárcamo Santiago Roberto** con C.I. **1208059640**, del octavo semestre de la carrera de Psicología, nos dirigimos a usted con la finalidad de solicitarle se nos brinde la respectiva autorización para realizar la aplicación de los tests Escala Multidimensional de Apoyo social percibido (MSPSS) y el Inventario SISCO de Estrés académico a los estudiantes de cuarto "A" y quinto "B" de la carrera de Psicología en el horario de 09:15 a 10:15 AM, con el fin de recabar información necesaria para la elaboración de nuestro trabajo de tesis que tiene como tema:

APOYO SOCIAL Y ESTRÉS ACADÉMICO, EN ESTUDIANTES DE CUARTO Y QUINTO SEMESTRE DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO.

Por la atención que le dé a la presente, le reiteramos nuestros más sinceros agradecimientos.

Atentamente,

Morocho Rosado Alexandra Paola

C.I. 1207861277

Estudiante

Rodríguez Cárcamo Santiago Roberto

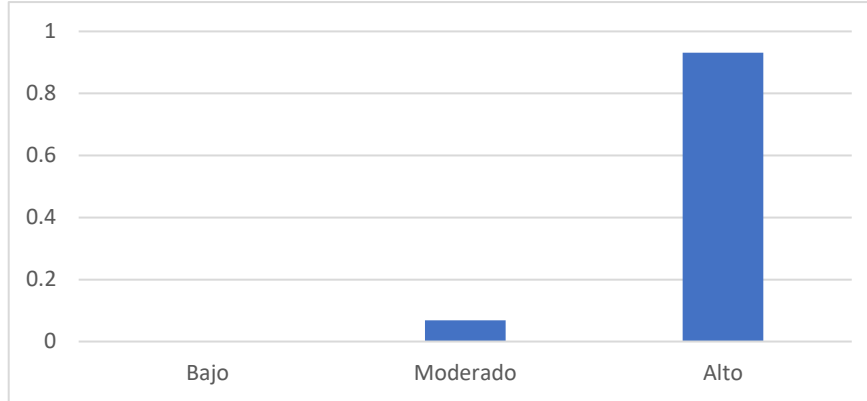
C.I. 1208059640

Estudiante



Figura 1

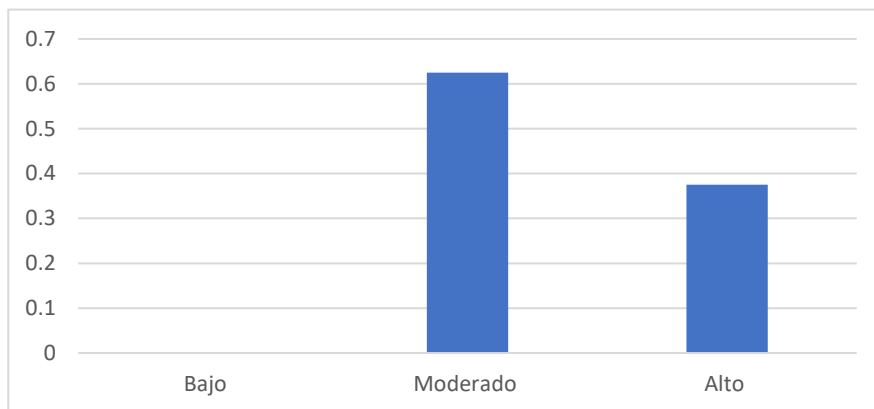
Escala Multidimensional de Apoyo Social Percibido (MSPSS)



Nota: La figura muestra las cifras de los resultados del Apoyo Social Percibido de los estudiantes de cuarto y quinto semestre de la carrera de Psicología de la Universidad Técnica de Babahoyo en el año 2024.

Figura 2

Inventario SISCO de Estrés Académico

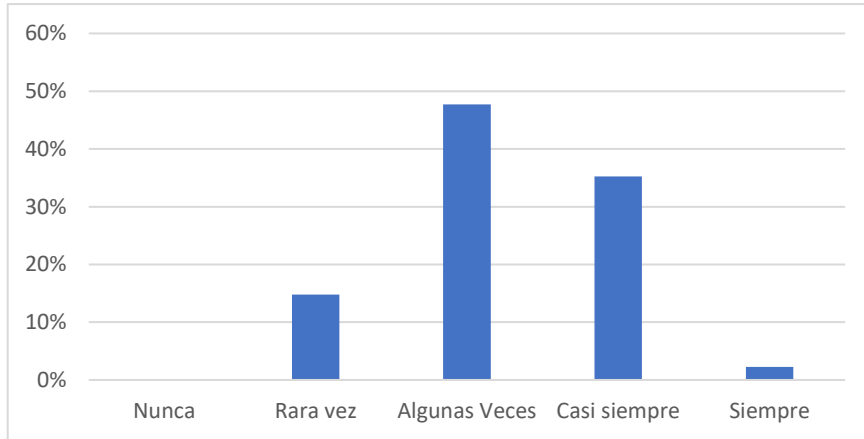


Nota: La figura muestra las cifras de los resultados del Inventario de SISCO de Estrés académico los estudiantes de cuarto y quinto semestre de la carrera de Psicología de la Universidad Técnica de Babahoyo en el año 2024.

Figura 3

Inventario SISCO de Estrés Académico

Estímulos estresores

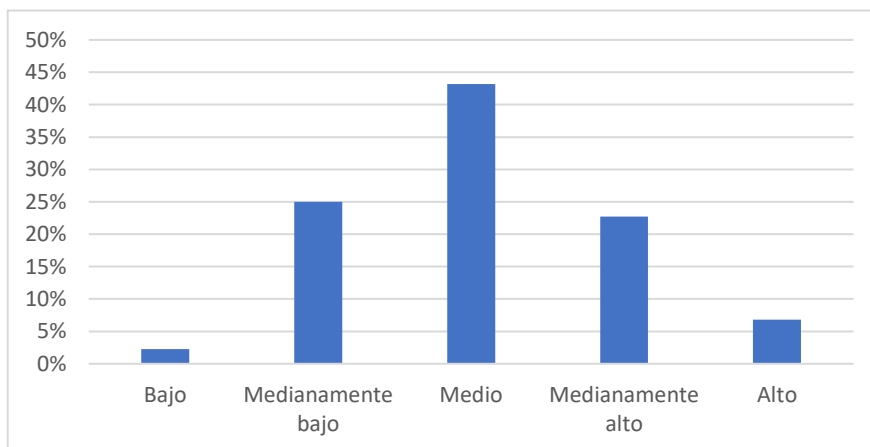


Nota: La figura muestra las cifras de los resultados de los estímulos estresores de los estudiantes de cuarto y quinto semestre de la carrera de Psicología de la Universidad Técnica de Babahoyo en el año 2024.

Figura 4

Inventario SISCO de Estrés Académico

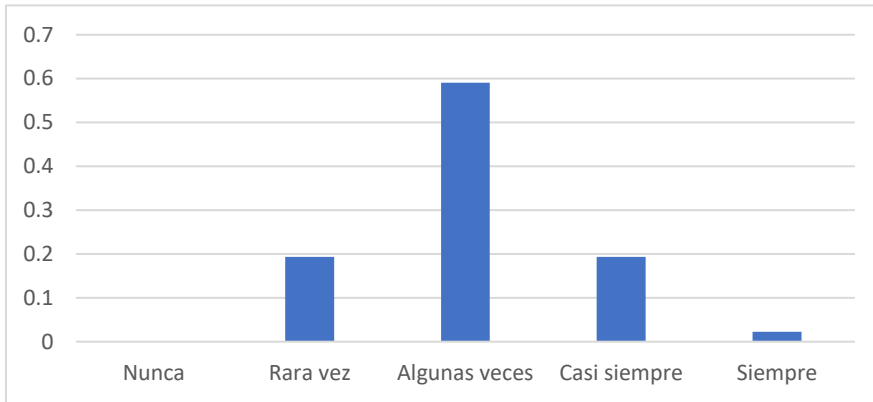
Síntomas



Nota: La figura muestra las cifras de los resultados de los síntomas de los estudiantes de cuarto y quinto semestre de la carrera de Psicología de la Universidad Técnica de Babahoyo en el año 2024.

Figura 5

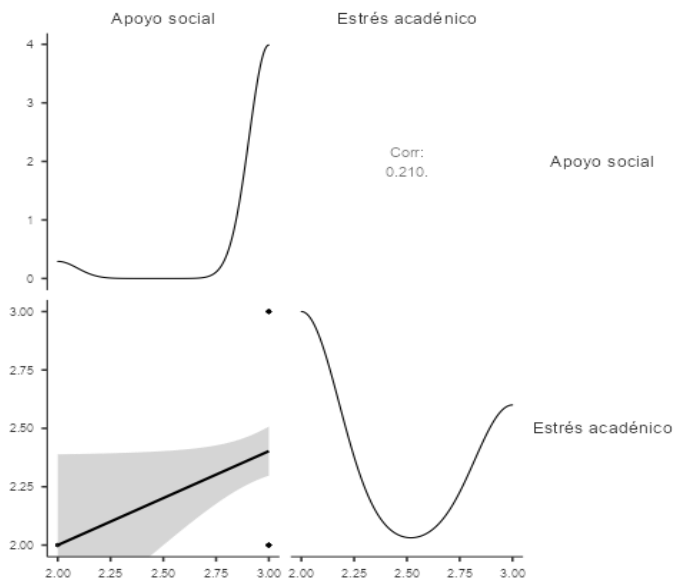
Inventario SISCO de Estrés Académico
Estrategias de afrontamiento



Nota: La figura muestra las cifras de los resultados de las estrategias de afrontamiento de los estudiantes de cuarto y quinto semestre de la carrera de Psicología de la Universidad Técnica de Babahoyo en el año 2024.

Figura 6

Matriz de Correlación



Nota: La figura muestra las cifras de los resultados de la matriz de correlación del Apoyo social y Estrés académico en los estudiantes de cuarto y quinto semestre de la carrera de Psicología de la Universidad Técnica de Babahoyo en el año 2024.

Anexo D



Revisión del proyecto por parte de la Tutora



Aplicación del Inventario SISCO de Estrés Académico



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGIA
MODALIDAD PRESENCIAL



Escala Multidimensional de Apoyo Social Percibido (MSPSS)



Aplicación del Inventario SISCO de Estrés Académico





UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGIA
MODALIDAD PRESENCIAL



Presupuesto y cronograma

Presupuesto

MATERIALES	CANTIDAD	VALOR
Lápiz	1	0,25
Esferos	2	1,00
Borrador	1	0,25
Grapadora	1	2,00
Resma de hojas A4	1	5,00
Tinta de impresora	4	20,00
Movilización de transporte	3	10,00
Total	25	38,50

Elaborado por Santiago Rodríguez y Paola Morocho





UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGIA
MODALIDAD PRESENCIAL



Cronograma

Nº	ACTIVIDADES	RESPONSABLE(S)	PERIODO (SEMANAS)																	
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	
1	INTRODUCCIÓN	Alexandra Morocho Rosado Santiago Rodríguez Cárcamo Msc. Gloria Moran Murillo	X																	
2	CONTEXTUALIZACIÓN DE LA SITUACIÓN PROBLEMÁTICA	Alexandra Morocho Rosado Santiago Rodríguez Cárcamo Msc. Gloria Moran Murillo		X																
3	PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	Alexandra Morocho Rosado Santiago Rodríguez Cárcamo Msc. Gloria Moran Murillo			X															
4	JUSTIFICACION	Alexandra Morocho Rosado Santiago Rodríguez Cárcamo Msc. Gloria Moran Murillo				X														
5	OBJETIVOS DE INVESTIGACION	Alexandra Morocho Rosado Santiago Rodríguez Cárcamo Msc. Gloria Moran Murillo					X													
6	MARCO TEORICO	Alexandra Morocho Rosado Santiago Rodríguez Cárcamo Msc. Gloria Moran Murillo						X												
7	METODOLOGIA	Alexandra Morocho Rosado Santiago Rodríguez Cárcamo Msc. Gloria Moran Murillo							X											
8	PROCESAMIENTO DE DATOS	Alexandra Morocho Rosado Santiago Rodríguez Cárcamo Msc. Gloria Moran Murillo								X										
9	RESULTADOS Y DISCUSION	Alexandra Morocho Rosado Santiago Rodríguez Cárcamo Msc. Gloria Moran Murillo									X									
10	CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	Alexandra Morocho Rosado Santiago Rodríguez Cárcamo Msc. Gloria Moran Murillo										X								
11	PRESENTACION DEL TRABAJO ESCRITO	Alexandra Morocho Rosado Santiago Rodríguez Cárcamo											X							





UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGIA
MODALIDAD PRESENCIAL



		Msc. Gloria Moran Murillo																	
12	DEFENSA ORAL	Alexandra Morocho Rosado Santiago Rodríguez Cárcamo Msc. Gloria Moran Murillo																	X