Rendimiento académico y estrés en estudiantes universitarios latinoamericanos, una revisión sistemática de literatura del periodo 2014-2024

Katerin Dayana Angulo Preciado y Brayan Gabriel Benavides Torres

Programa de Psicología, Facultad de Ciencias Sociales y Humanas, Universidad CESMAG

San Juan de Pasto, 28 de agosto de 2025

Rendimiento académico y estrés en estudiantes universitarios latinoamericanos, una revisión sistemática de literatura del periodo 2014-2024

Katerin Dayana Angulo Preciado y Brayan Gabriel Benavides Torres

Programa de Psicología, Facultad de Ciencias Sociales y Humanas, Universidad CESMAG

Asesora: Mg. Magda Fernanda Benavides Ponce

28 de agosto de 2025

Tabla de contenido

Resumen 8

Abstract 9

Introducción 10

Selección y Delimitación del Tema 11

Campo de Aplicación 11

Línea de Investigación 12

Planteamiento del Problema 12

- Descripción del Problema 12
- Formulación del problema 14

Justificación 14

Objetivo General 15

Metodología 15

- Base de Datos 15
- Palabras Claves o Términos de Búsqueda 17
- Criterios de inclusión y exclusión 18
- Tipo de Estudio 19
- Unidad de Análisis y Unidad de Trabajo 20
  - Unidad de Análisis 20
  - Unidad de Trabajo 20
- Procedimiento de búsqueda de datos 22
- Técnicas e Instrumentos de Recolección de Información 23
- Identificación Preliminar de los Sub – Ejes Temáticos que Orientaron la Revisión Sistemática de Literatura 23

Elementos éticos y bioéticos 24
Procedimiento 25
Resultados 27
Discusión 51
Conclusiones 69
Recomendaciones 71
Referencias 73
Apéndices 81

Lista de Tablas

Tabla 1. Criterios de Inclusión y Exclusión. 18

Tabla 2. Artículos Recopilados en General. 20

Tabla 3. Artículos Seleccionados, según Criterios de Inclusión y Exclusión. 22

Tabla 4. Ejes y Sub-ejes identificados. 24

Tabla 5. Resumen de los Artículos Revisados. 27

Tabla 6. Análisis de Resultados. 48

Tabla 7. Ejes y Sub-ejes en los 47 Artículos. 51

Lista de Figuras

Figura 1. Diagrama de Flujo. 21

Lista de Apéndices

Apéndice 1. Fichas de Análisis Documental de los Artículos Revisados. 81

Resumen

La presente investigación surgió de la problemática sobre la alta prevalencia de estrés académico que afecta negativamente la salud mental y el desempeño estudiantil, situación agravada por la carga académica, las responsabilidades externas y las expectativas personales. Este fenómeno se manifiesta en síntomas físicos y emocionales que limitan la concentración, la motivación y la adaptación al contexto universitario. El objetivo fue analizar la relación entre rendimiento académico y estrés en estudiantes universitarios latinoamericanos mediante una revisión sistemática de literatura. Metodológicamente, se empleó el protocolo PRISMA para garantizar rigor y transparencia, utilizando bases de datos como Dialnet, EBSCOhost, Google Scholar, ProQuest y Redalyc. Se incluyeron 47 estudios publicados entre 2014 y 2024, tanto cuantitativos como cualitativos, con población universitaria latinoamericana. El tipo de análisis consistió en la lectura crítica y sistematización de resultados agrupados en tres ejes temáticos: factores que generan estrés, impacto del estrés en el rendimiento académico y manejo del estrés en contextos educativos. Predominaron los estudios cuantitativos, con diseño descriptivo y correlacional, y un enfoque transversal, evidenciando un abordaje orientado a la identificación de relaciones entre variables más que al análisis longitudinal o experimental. Los resultados generales revelan que el estrés académico afecta negativamente el rendimiento estudiantil, destacando como factores generadores: la sobrecarga académica, dificultades económicas, problemas familiares, limitaciones en habilidades de afrontamiento, baja autoestima y carencia de apoyo social. Asimismo, el estrés impacta funciones cognitivas esenciales para el aprendizaje, como atención, memoria y toma de decisiones, creando un círculo vicioso que perpetúa la baja motivación y los resultados académicos deficientes. Sin embargo, se identificaron factores protectores como la autoeficacia, la inteligencia emocional, el afrontamiento activo, el perfeccionismo adaptativo y la resiliencia, que mitigan los efectos negativos del estrés. En conclusión, la revisión evidenció que el estrés académico constituye un problema multifactorial con efectos adversos significativos sobre el rendimiento académico. Se recomienda a las instituciones de educación superior implementar programas psicoeducativos para fortalecer estrategias de afrontamiento, autoeficacia y regulación emocional en estudiantes. También se sugiere promover investigaciones futuras con diseños longitudinales y mixtos que profundicen en variables mediadoras, como género, carrera y contexto socioeconómico, y la construcción de políticas educativas integrales que prioricen el bienestar psicológico, físico y social del estudiantado latinoamericano.

Palabras clave: Rendimiento académico, estrés académico, estudiantes universitarios, salud mental.

Abstract

This research arose from the problem of the high prevalence of academic stress, which negatively affects students' mental health and academic performance, a situation aggravated by academic workload, external responsibilities, and personal expectations. This phenomenon manifests through physical and emotional symptoms that limit concentration, motivation, and adaptation to the university context. The objective was to analyze the relationship between academic performance and stress in Latin American university students through a systematic literature review. Methodologically, the PRISMA protocol was employed to ensure rigor and transparency, using databases such as Dialnet, EBSCOhost, Google Scholar, ProQuest, and Redalyc. A total of 47 studies published between 2014 and 2024 were included, both quantitative and qualitative, with Latin American university populations. The type of analysis consisted of critical reading and systematization of results grouped into three thematic axes: factors generating stress, the impact of stress on academic performance, and stress management in educational contexts. Quantitative studies predominated, with descriptive and correlational designs and a cross-sectional approach, evidencing a focus on identifying relationships between variables rather than longitudinal or experimental analysis. General results reveal that academic stress negatively affects student performance, highlighting as generating factors: academic overload, economic difficulties, family problems, limitations in coping skills, low self-esteem, and lack of social support. Likewise, stress impacts cognitive functions essential for learning, such as attention, memory, and decision-making, creating a vicious cycle that perpetuates low motivation and poor academic results. However, protective factors such as self-efficacy, emotional intelligence, active coping, adaptive perfectionism, and resilience were identified, which mitigate the negative effects of stress. In conclusion, the review showed that academic stress is a multifactorial problem with significant adverse effects on academic performance. It is recommended that higher education institutions implement psychoeducational programs to strengthen coping strategies, self-efficacy, and emotional regulation in students. It is also suggested to promote future research with longitudinal

and mixed designs that delve into mediating variables such as gender, academic program, and socioeconomic context, and to develop comprehensive educational policies that prioritize the psychological, physical, and social well-being of Latin American university students.

Keywords: Academic performance, academic stress, university students, mental health.

Introducción

El rendimiento académico en estudiantes universitarios cobró relevancia en la investigación educativa, particularmente en el contexto latinoamericano. La interacción entre diversos factores, siendo uno de los más prominentes el estrés, incrementó la complejidad de esta problemática. Este fenómeno, que se manifestó como la presión y las exigencias inherentes a la vida estudiantil, puede afectar de manera considerable la capacidad de los alumnos para alcanzar sus metas académicas y desarrollar su potencial. La presente investigación se propuso llevar a cabo una revisión sistemática de la literatura sobre el rendimiento académico y el estrés en estudiantes universitarios latinoamericanos en el periodo 2014-2024, enfocándose en el análisis de los estudios más relevantes que han explorado estas variables dentro del contexto de la educación superior.

En la última década, la educación superior en América Latina experimentó transformaciones significativas que impactó la experiencia académica de los estudiantes. La transición a la universidad no es un proceso lineal; de hecho, conlleva una serie de desafíos que incluyen la adaptación a nuevos métodos de enseñanza, la gestión del tiempo y la presión por obtener buenos resultados académicos. Según Zárate et al. (2017), el estrés emerge cuando los estudiantes perciben negativamente las demandas de su entorno educativo, lo cual puede desencadenar síntomas físicos y emocionales que afectan su bienestar general, repercutiendo de forma directa en su rendimiento académico.

La relevancia de esta investigación radicó en su capacidad para identificar no solo los factores que contribuyen al estrés, sino también las características sociodemográficas, institucionales y pedagógicas que influyeron en el rendimiento académico de los estudiantes. Montero et al. (2007) sugieren que los elementos que impactan el rendimiento pueden clasificarse en diversas categorías: institucionales (infraestructura y características organizativas de la universidad); pedagógicas (métodos de enseñanza, relaciones docentes-estudiantes y estrategias educativas); psicosociales (motivación, autoestima, ansiedad y otras características personales) y

sociodemográficas (datos demográficos y socioeconómicos de los estudiantes), resaltando la necesidad de adoptar un enfoque holístico que integre todos estos aspectos.

En particular, el estrés se manifestó a través de diversas reacciones físicas y psicológicas que afectaron el bienestar de los estudiantes. Según Barraza (2006), este impacto puede incluir desde síntomas físicos como fatiga crónica y problemas digestivos hasta manifestaciones psicológicas como ansiedad y dificultades de concentración. Estas reacciones no solo repercutieron en la salud mental de los estudiantes, sino que también llevaron a un rendimiento académico deficiente, creando un círculo vicioso que perpetuó la insatisfacción y el estrés. La investigación buscó entender cómo estos elementos interactuaron entre sí y cómo se pudieron implementar estrategias efectivas para mitigar los efectos negativos del estrés en la vida académica de los estudiantes universitarios.

Selección y Delimitación del Tema

Rendimiento académico y estrés en estudiantes universitarios latinoamericanos; una revisión sistemática de literatura del periodo 2014-2024.

Campo de Aplicación

El campo de la psicología educativa es esencial para abordar el rendimiento académico y el estrés en estudiantes universitarios, enfocándose en procesos de aprendizaje y variables psicológicas, neurocognitivas y socioculturales (COLPSIC, 2024). Una revisión sistemática en este ámbito permitió analizar y sintetizar evidencia científica sobre cómo dichas variables se relacionaron e influyeron en el aprendizaje y la adaptación universitaria. La capacidad del psicólogo educativo para identificar y atender las necesidades de los estudiantes es crucial para comprender el impacto del estrés en el rendimiento académico. Además, herramientas como el mejoramiento del clima escolar y la orientación vocacional-laboral son fundamentales para promover un entorno educativo saludable, mitigando los efectos negativos del estrés académico en la educación superior (COLPSIC, 2024).

Línea de Investigación

La línea de investigación en Psicología y Educación, la cual se circunscribe en el grupo de Perspectivas Psicológicas del programa de Psicología (2018), fue fundamental para abordar el tema del rendimiento académico y el estrés académico en estudiantes universitarios latinoamericanos, ya que proporcionó un marco teórico y práctico que permitió explorar la interrelación entre factores psicológicos y el proceso educativo. Este enfoque fue crucial, dado que el estrés puede afectar significativamente la motivación, la atención y el rendimiento general de los estudiantes, elementos esenciales para su éxito académico. Al revisar sistemáticamente la literatura del periodo 2014-2024, se identificaron patrones, tendencias y desafíos específicos que enfrentaron los estudiantes en la región. Esta línea de investigación fomenta la colaboración interdisciplinaria entre la psicología y la educación, facilitando la creación de estrategias que no solo aborden el estrés, sino que también optimicen el aprendizaje y promuevan un entorno académico saludable. (Programa de Psicología, Universidad Cesmag, s.f.).

Planteamiento del Problema

Descripción del Problema

La idea de investigar el impacto o la relación del estrés en el rendimiento académico de los estudiantes universitarios surgió a partir de la observación de que muchos estudiantes experimentan altos niveles de estrés, como lo menciona Silva et al. (2020), lo cual afecta tanto su bienestar emocional como su rendimiento académico. Este problema se agrava debido a la interacción de múltiples factores, como la carga académica, las responsabilidades externas y las expectativas personales. Según Espinoza et al. (2020), "el estrés de los estudiantes es derivado por la cantidad de material que deben estudiar y las actividades asignadas por los profesores. Además, tienen compromisos laborales, familiares y personales, afectando el rendimiento académico" (p. 67). Esto pone de manifiesto la necesidad de comprender cómo el estrés impacta las capacidades cognitivas y emocionales de los estudiantes, con el fin de desarrollar estrategias efectivas para mitigar sus efectos y promover un ambiente académico más saludable y equilibrado.

El rendimiento académico en estudiantes universitarios ha sido objeto de creciente interés en el ámbito de la investigación educativa, especialmente en América Latina. Este fenómeno se ve

profundamente afectado por el estrés, que puede tener consecuencias adversas en la salud mental y el rendimiento de los estudiantes (Barraza, 2006; Montero et al., 2007). La transición a la educación superior conlleva una serie de retos que generan niveles significativos de estrés, como la adaptación a nuevas metodologías de enseñanza y la presión por cumplir con las exigencias académicas (Zárate et al., 2017). Esta situación puede manifestarse en problemas físicos, psicológicos y comportamentales, como insomnio, ansiedad y falta de motivación, los cuales, a su vez, impactan negativamente el rendimiento académico (Barraza, 2006).

Según Silva et al. (2020) la identificación del problema surge de la observación de que muchos estudiantes experimentan altos niveles de estrés, lo que repercute en su desempeño académico. Por su parte, según Barraza (2006), los estudiantes universitarios enfrentan diversos factores estresantes, como trabajos, exámenes y la necesidad de presentar proyectos, que pueden provocar un desequilibrio en su bienestar general. Montero et al. (2007) sugieren que el rendimiento académico se ve influenciado por factores institucionales, pedagógicos, psicosociales y sociodemográficos, lo que indica la necesidad de un enfoque integral que aborde estas variables.

La manifestación del estrés en los estudiantes se puede observar a través de conductas como la ausencia en clases, el aislamiento social y el deterioro en la salud mental (Barraza, 2006). Esta situación es particularmente alarmante en el contexto latinoamericano, donde la desigualdad socioeconómica y la falta de recursos pueden agravar la experiencia del estudiante (Montero et al., 2007). La presente investigación se propuso examinar cómo estos factores interactúan y afectan el rendimiento académico, así como identificar los niveles de estrés que experimentan los estudiantes universitarios latinoamericanos entre 2014 y 2024.

Un problema frente a la revisión sistemática fue la variabilidad y heterogeneidad de los estudios existentes sobre el rendimiento universitario y su impacto en el estrés. Esta diversidad se manifestó en las diferencias metodológicas utilizadas en los estudios, los contextos diversos en que se llevaron a cabo (incluyendo variaciones culturales y socioeconómicas en América Latina) y en las definiciones y mediciones inconsistentes de "rendimiento académico" y "estrés". Además, la falta de estudios recientes en el periodo específico de 2014 a 2024 limitó la relevancia de los hallazgos, junto con el riesgo de sesgo de publicación que pudo distorsionar la comprensión del fenómeno. Esta complejidad resaltó la necesidad de hacer un análisis crítico que permitió identificar patrones y tendencias relevantes en la literatura existente.

Formulación del problema

¿Cómo se relaciona el rendimiento académico y el estrés, en estudiantes universitarios latinoamericanos en un período de 2014- 2024?

Justificación

La investigación sobre el rendimiento académico y el estrés en estudiantes universitarios latinoamericanos es fundamental debido a la creciente preocupación por el bienestar integral de los estudiantes en la educación superior. En la última década, se han observado cambios significativos en las dinámicas educativas, acentuados por factores socioeconómicos, tecnológicos y psicológicos que influyen en la experiencia académica. El rendimiento académico, considerado un indicador clave del éxito educativo, no solo refleja el aprendizaje y la asimilación de contenidos, sino que también se convierte en un predictor de oportunidades laborales y desarrollo personal en el futuro (Barraza, 2006; Montero et al., 2007). Por otro lado, el estrés se ha convertido en una de las principales barreras que enfrentan los estudiantes, afectando su salud mental, su motivación y su capacidad para alcanzar objetivos académicos.

El contexto latinoamericano, caracterizado por desigualdades en el acceso a la educación, la variabilidad en la calidad institucional y la presión social por obtener buenos resultados, presenta un escenario propicio para estudiar la interacción entre estas dos variables. Los estudiantes universitarios en esta región se enfrentan a desafíos adicionales, como la falta de recursos, las expectativas familiares y el costo de la educación, que pueden incrementar los niveles de estrés y, en consecuencia, afectar su rendimiento académico (Zárate et al., 2017). Esta clasificación destacó la complejidad de la problemática y la necesidad de un enfoque holístico que considere múltiples dimensiones.

Además, es crucial reconocer que el estrés no solo afecta el rendimiento académico de manera negativa, sino que también puede tener repercusiones en la salud mental y emocional de los estudiantes. Estudios previos han documentado que el estrés prolongado puede llevar a la aparición de trastornos como la ansiedad y la depresión, que a su vez repercuten en la vida cotidiana de los estudiantes (Barraza, 2006). Por lo tanto, investigar esta relación permitió no solo comprender cómo el estrés influye en el rendimiento, sino que también permitió identificar medidas de intervención que pudieran ayudar a mitigar sus efectos.

Al realizar un análisis de los estudios publicados entre 2014 y 2024, se espera identificar patrones y tendencias de dichos estudios que puedan guiar el desarrollo de políticas educativas y programas de apoyo adaptados a las realidades locales (Espinoza, 2020). La elección de este periodo es relevante, ya que incluye eventos significativos, como la pandemia de COVID-19, que ha alterado las dinámicas de estudio y ha aumentado el estrés en los estudiantes (Zárate et al., 2017).

El enfoque de esta investigación se justifica no solo por la necesidad de comprender la relación entre el rendimiento académico y el estrés, sino también por el potencial que tiene para generar recomendaciones prácticas. Las instituciones educativas y los profesionales en psicología educativa pueden beneficiarse de los hallazgos, que ofrecen una perspectiva sobre cómo mejorar el bienestar académico y emocional de los estudiantes. Según COLPSIC (2024), la psicología educativa juega un papel clave en la detección e intervención de necesidades educativas, lo que es esencial para promover un ambiente de aprendizaje saludable que reduzca el estrés académico.

Objetivo General

Analizar la relación entre el rendimiento académico y el estrés en estudiantes universitarios latinoamericanos, en el periodo 2014- 2024 a través de una revisión sistemática de literatura.

Metodología

Base de Datos

Para esta revisión sistemática de literatura se utilizó la metodología PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses), la cual proporcionó un marco metodológico riguroso y transparente para llevar a cabo la identificación, selección, evaluación e inclusión de los estudios relevantes. Esta metodología fue especialmente útil para garantizar la reproducibilidad y la claridad del proceso de revisión.

Según lo establecido por Page et al. (2021), el diagrama de flujo PRISMA se constituye como una herramienta visual clave que permite representar de manera estructurada y clara cada

una de las etapas del proceso de selección de estudios. El diagrama se compone de cuatro fases principales: identificación, cribado, elegibilidad e inclusión. En la fase de identificación, se recopilaron todos los registros relevantes mediante búsquedas en diversas bases de datos académicas; posteriormente, en la fase de cribado, se eliminaron los duplicados y se revisaron los títulos y resúmenes para descartar aquellos que no cumplían con los criterios establecidos. En la fase de elegibilidad, se evaluaron los textos completos de los estudios seleccionados para confirmar su pertinencia. Finalmente, en la fase de inclusión, se incorporaron los estudios que cumplieron con todos los requisitos metodológicos y temáticos definidos para el análisis.

El método PRISMA no solo facilitó la visualización del flujo de los estudios a lo largo del proceso de revisión, sino que también ayudó a documentar de manera precisa las decisiones tomadas en cada etapa, fortaleciendo así la validez y la transparencia del trabajo. La detección de artículos duplicados comenzó cuando ya se había aplicado un primer filtro de inclusión que redujo la muestra inicial a aproximadamente 200 artículos; a partir de ese momento se prestó especial atención a las repeticiones entre las distintas bases de datos. Para la identificación y eliminación de duplicados se empleó un procedimiento manual a través de Microsoft Excel, revisando uno a uno los artículos provenientes de las siguientes bases de datos: Dialnet, EBSCOhost, Google Scholar, ProQuest y Redalyc para detectar coincidencias en título, autores y año de publicación. Cada artículo identificado como duplicado se etiquetó en una columna específica, y posteriormente, mediante la herramienta de filtros, se agruparon y visualizaron los registros con dicha etiqueta, lo que facilitó su verificación y eliminación de forma precisa y ordenada.

Ahora bien, Dialnet es un portal bibliográfico interdisciplinar de acceso libre y gratuito, creado para proporcionar mayor visibilidad a la literatura científica en español. Este recurso recopila una variedad de documentos, como artículos de revistas, libros, capítulos de obras colectivas, actas de congresos y tesis doctorales, muchos de los cuales están disponibles a texto completo. Además de ser una base de datos de contenidos científicos hispanos, Dialnet ofrece un servicio de alertas bibliográficas, una hemeroteca virtual centrada principalmente en las ciencias humanas, jurídicas y sociales, y un repositorio de acceso libre a la literatura científica hispana, apoyando el movimiento de acceso abierto. Los miembros de la comunidad universitaria tienen acceso a Dialnet Plus, una versión avanzada que permite realizar búsquedas avanzadas, guardar documentos de interés, establecer alertas y exportar registros a gestores bibliográficos como RefWorks (Biblioguías: Dialnet, 2022).

Por su parte, EBSCOhost es una plataforma de investigación en línea que ofrece acceso a una amplia variedad de bases de datos con contenido académico y confiable, diseñado para satisfacer las necesidades de investigadores de todos los niveles. Con funciones de búsqueda básica y avanzada, la plataforma permite refinar resultados, guardar búsquedas y artículos, y proporciona herramientas para la citación. Además, EBSCOhost es accesible desde dispositivos móviles y cuenta con características de personalización y cumplimiento de normas de privacidad (Plataforma de investigación EBSCOhost, s. f.)

Es por eso que, según Franco (2023) Google Académico es un motor de búsqueda especializado en literatura científica y académica, que permite acceder de forma gratuita a una amplia variedad de documentos, como artículos revisados por pares, tesis, libros, patentes e informes técnicos. Además, facilita la identificación de citas recibidas por las publicaciones, ayudando a medir su impacto en la comunidad científica.

Por otro lado, ProQuest es una plataforma de información académica y tecnológica que proporciona acceso a una amplia colección de recursos, incluyendo artículos científicos, tesis, libros electrónicos y archivos históricos. Su tecnología facilita la búsqueda, gestión y descubrimiento de información para investigadores, bibliotecas e instituciones educativas en todo el mundo (ProQuest, s.f.)

Según Espinoza (2020), Redalyc se centra en la producción científica de América Latina y el Caribe, ofreciendo acceso abierto a una amplia gama de artículos revisados por pares, especialmente en áreas de ciencias sociales y humanidades. Su misión es promover la ciencia abierta y garantizar el acceso equitativo a la información, lo que la convierte en una fuente valiosa para investigadores que buscan publicaciones relevantes en contextos regionales. Además, Redalyc proporciona métricas sobre la producción científica, permitiendo a los usuarios evaluar el impacto de los artículos publicados y la productividad de las revistas.

Palabras Claves o Términos de Búsqueda

Se utilizaron los siguientes términos de búsqueda, de acuerdo con los Descriptores en Ciencias de la Salud (DeCS/ MeSH): “Rendimiento académico” AND “estrés” AND “estudiantes universitarios latinoamericanos”.

Criterios de inclusión y exclusión

Los criterios de inclusión para esta investigación consideraron estudios publicados entre los años 2014 y 2024, partiendo de que, se centraron en países latinoamericanos y que, estos según Aguirre (2023) son: México, Guatemala, Honduras, El Salvador, Nicaragua, Costa Rica, Panamá, Cuba, República Dominicana, Puerto Rico, Venezuela, Colombia, Ecuador, Perú, Bolivia, Paraguay, Chile, Argentina, Uruguay y Brasil. La población objetivo es de estudiantes universitarios y el tema se enfocó en la relación entre rendimiento académico y estrés. Para la recolección de datos, se utilizaron las bases de datos Dialnet, EBSCO host, Google Schoolar, ProQuest y Redalyc incluyendo solo artículos en español e inglés. De esta forma, se excluyeron estudios inferiores al 2014, aquellos realizados en países no mencionados, investigaciones que no involucraron a estudiantes universitarios o que no trataron el tema de manera directa. También se excluyeron los artículos en idiomas distintos al español e inglés, además no se tuvo en cuenta, libros, trabajos de grado y otras revisiones sistemáticas. La Tabla 1 muestra los criterios mencionados.

Tabla 1.

Criterios de Inclusión y Exclusión.

Elemento	Criterio de Inclusión	Criterio de Exclusión
Tipo de estudio	Artículos resultados de Revistas académicas y artículos de Revistas de divulgación científica.	Libros académicos, blocks académicos, trabajos de grado, y otras revisiones sistemáticas.
Tipo de diseño metodológico del estudio.	En la revisión sistemática de literatura, se incluyen investigaciones de paradigmas cuantitativos y cualitativos.	En la construcción del documento no se tendrá en cuenta el diseño experimental.
Tamaño de las muestras de cada estudio.	No hay limitantes en sus muestras de estudio, se requiere que sean estudiantes universitarios de países latinoamericanos.	Se excluyen estudios de estudiantes universitarios que no pertenezcan a Latinoamérica.
El año de publicación del estudio.	Para la revisión se tendrá en cuenta artículos con un periodo comprendido del 2014 hasta el 2024.	En el desarrollo de la revisión sistemática de literatura, no se tiene en

		cuenta artículos menores al periodo 2014.
Artículos o documentos en español.	Los artículos científicos son escritos en el idioma español e inglés.	No se permitirán artículos escritos en otro idioma que no sean español e inglés.
Base de datos	Dialnet, EBSCOhost, Google Scholar, ProQuest y Redalyc.	No se permitirán base de datos diferentes a las mencionadas.
Ubicación geográfica	Se tendrán en cuenta los siguientes países latinoamericanos: México, Guatemala, Honduras, El Salvador, Nicaragua, Costa Rica, Panamá, Cuba, República Dominicana, Puerto Rico, Venezuela, Colombia, Ecuador, Perú, Bolivia, Paraguay, Chile, Argentina, Uruguay y Brasil	No se permitirán países no pertenecientes a Latinoamérica.

Fuente: Propia

Tipo de Estudio

Esta investigación definió como una revisión sistemática. Según Kitchenham (2004), este enfoque permite evaluar e interpretar toda la investigación relevante relacionada con una pregunta de investigación específica en un área temática o fenómeno de interés. Por otro lado, Aveyard (2014) señala que las revisiones sistemáticas son de alta calidad y suelen ser realizadas por equipos de investigadores; su propósito es identificar toda la investigación existente sobre un tema, llevar a cabo una evaluación exhaustiva de su calidad y sintetizar los resultados obtenidos. A menudo, esta síntesis incluye un metaanálisis, en el que se combinan los datos de estudios individuales mediante métodos estadísticos para generar un resultado agregado, como si fuera un estudio más amplio. Este enfoque permite apreciar el impacto total de los resultados de múltiples estudios, que podrían no parecer significativos si se analizan de manera aislada.

Teniendo en cuenta lo anterior, esta investigación se enmarcó en este tipo de revisión con el objetivo de explorar las dos variables planteadas y esquematizar los resultados de los estudios previos realizados.

Unidad de Análisis y Unidad de Trabajo

Unidad de Análisis

El proceso de selección de los estudios se representa en el diagrama de flujo PRISMA (ver Figura 1), partiendo de que, en el desarrollo de la revisión sistemática se llevó a cabo un riguroso proceso de búsqueda y selección de estudios relacionados con el rendimiento académico y el estrés en estudiantes universitarios. Inicialmente, se identificaron un total de 25.493 artículos mediante la cadena de búsqueda: Rendimiento académico AND estrés AND estudiantes universitarios, utilizando bases de datos como Google Scholar (23.200), ProQuest (1.728), Redalyc (334), Dialnet (212) y EBSCO Host (21) (ver Tabla 2).

Luego de aplicar la siguiente cadena de búsqueda "Rendimiento académico" AND "estrés" AND "estudiantes universitarios" para el periodo 2014-2024, se excluyeron 25.280 artículos por no ajustarse a los parámetros establecidos, quedando 213 artículos para la etapa de cribado. De estos, 13 no fueron encontrados por fallas en las direcciones de enlaces y 200 fueron recuperados para su análisis. Posteriormente, se eliminaron 19 registros duplicados, lo que resultó en 181 artículos únicos que fueron evaluados para determinar su elegibilidad. Finalmente, se excluyeron 134 estudios por no cumplir con los criterios de inclusión definidos, dejando un total de 47 estudios que fueron considerados pertinentes e incluidos en la revisión sistemática.

Unidad de Trabajo

En la etapa de elegibilidad, se evaluaron 47 artículos, verificando que cumplieran con los criterios de calidad y pertinencia. En esta fase, no se excluyó ningún artículo, por lo que finalmente se incluyeron estos 47 estudios en la revisión sistemática. Este proceso riguroso garantizó que solo los estudios más relevantes y metodológicamente sólidos fueran considerados para el análisis.

Tabla 2.

Artículos Recopilados en General.

Bases de Datos/Revistas	Número de Artículos
Dialnet	212
EBSCOhost	21

Google scholar	23.200
ProQuest	1.726
Redalyc	334
Resultado Final de la Búsqueda	**25.493**

Fuente: Propia

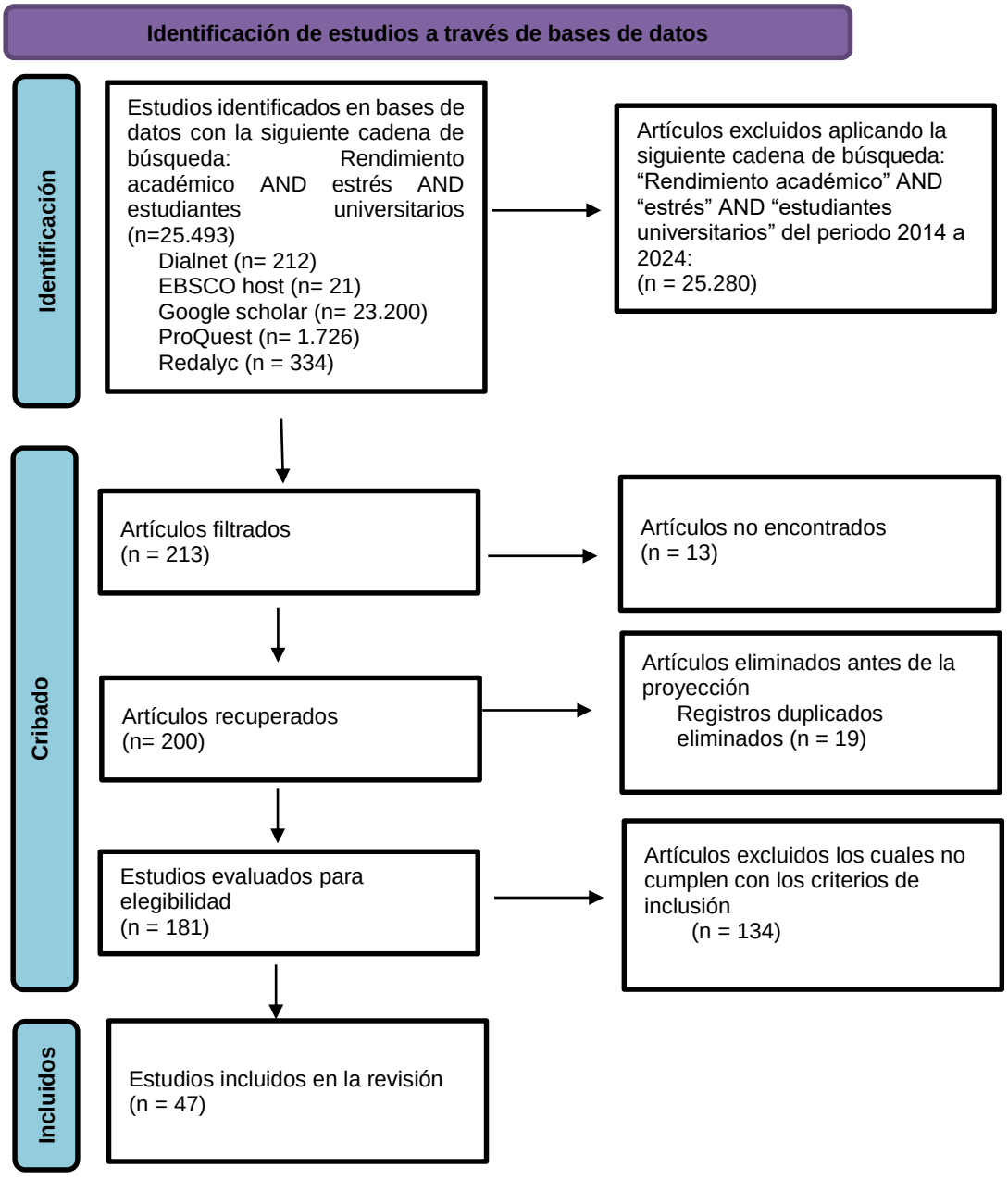

Figura 1.

Diagrama de Flujo.

Fuente: propia

Considerando los criterios de inclusión y exclusión establecidos, se llevó a cabo una depuración exhaustiva de la información disponible. Como ya fue mencionado, este proceso permitió seleccionar cuidadosamente cuarenta y siete (47) artículos que cumplieron con todos los parámetros definidos para esta investigación (Tabla 3). Cada uno de estos artículos pasó por un filtro riguroso para asegurar su relevancia y adecuación a los objetivos planteados, garantizando así que solo la información más relevante y alineada con los criterios se incluya. En la Tabla 5, más adelante, se incluyen los aspectos más relevantes de estos 47 artículos.

Tabla 3.

Artículos Seleccionados, según Criterios de Inclusión y Exclusión.

Bases de Datos/Revistas	Número de Artículos
Dialnet	32
EBSCO host	3
Google scholar	2
ProQuest	2
Redalyc	8
Resultado Final de la Búsqueda	**47**

Fuente: Propia

Procedimiento de búsqueda de datos

Para llevar a cabo la búsqueda de datos, se consideraron varios criterios clave. En primer lugar, se estableció el año de publicación como un factor importante para asegurar la actualidad de la información. Además, se enfocó en una población específica, en este caso, estudiantes universitarios, para obtener resultados relevantes y aplicables. El área geográfica también fue un aspecto fundamental, limitándose a Latinoamérica para reflejar el contexto regional.

Asimismo, se priorizaron variables relacionadas, como el rendimiento académico y el estrés, ya que son aspectos críticos en la investigación. Para optimizar la búsqueda, se empleó el conector booleano AND, lo que permitió combinar términos de manera efectiva y ampliar o restringir el alcance de los resultados según fuera necesario.

Técnicas e Instrumentos de Recolección de Información

En esta revisión sistemática de literatura fue pertinente el uso de fichas de revisión documental. Según Peña & Pirela (2007), el análisis documental permite a los analistas organizar, interpretar y sintetizar la información contenida en documentos para hacerla accesible y comprensible. Al aplicar dimensiones lingüísticas y psicológicas, el análisis documental facilita la identificación de los elementos clave y la intención detrás de los textos, además de relacionar conceptos para profundizar en el contenido. Los artículos desarrollados en las respectivas fichas se pueden encontrar en el Apéndice 1.

Identificación Preliminar de los Sub – Ejes Temáticos que Orientaron la Revisión Sistemática de Literatura

La investigación se centró en la relación entre el rendimiento académico y el estrés, aunque se han identificado otros ejes relevantes cómo: factores que generan estrés en estudiantes universitarios, impacto del estrés en el rendimiento académico y estrategias de manejo del estrés en contextos académicos. Sin embargo, se hizo énfasis principalmente en los temas de rendimiento académico y estrés, que constituyen el núcleo de esta revisión sistemática de la literatura. Este enfoque permitió explorar de manera más profunda las interacciones entre estos factores, proporcionando una visión más clara del fenómeno estudiado.

A continuación, se presenta una tabla que sistematiza los hallazgos obtenidos a partir del análisis de los 47 artículos incluidos en esta revisión. En ella se organizó la información según los tres ejes temáticos mencionados anteriormente, cada uno de los cuales se desglosa en diversos sub-ejes específicos que permitieron hacer una comprensión más detallada y estructurada de los temas abordados por los estudios analizados.

Cada eje temático agrupó los enfoques comunes identificados en la literatura, mientras que los sub-ejes permitieron categorizar con mayor precisión los distintos aspectos tratados por los autores. Asimismo, en cada categoría se incluyeron algunos autores que han trabajado sobre dichos ejes o sub-ejes, lo que permitió visualizar de manera clara y ordenada la distribución del conocimiento y los aportes teóricos y empíricos en relación con el objeto de estudio (Tabla 4). Esta Tabla 4 se desarrolla con los artículos correspondientes en el apartado de la discusión.

Tabla 4.

Ejes y Sub-ejes identificados.

Eje temático	Sub-eje
Factores que generan estrés	Personales: emocionales y cognitivos. Académicos Familiares Tecnológicos Ambientales
Impacto del estrés en el rendimiento académico	Funciones cognitivas Rendimiento académico
Manejo del estrés en el contexto académico	Personales: autoeficacia, autoestima, inteligencia emocional, afrontamiento activo, perfeccionismo adaptativo, optimismo, autorregulación, resiliencia, compromiso académico. Ambientales.

Fuente: propia

Elementos éticos y bioéticos

La Ley 1090 de 2006 se encarga de regular el ejercicio de la psicología en Colombia, estableciendo normas para la formación y práctica profesional de los psicólogos. La ley enfatiza la importancia de una formación académica adecuada y la obtención de un registro profesional, garantizando que solo los individuos capacitados puedan ejercer. Además, aborda aspectos éticos

y deontológicos, como la veracidad de la información. También contempla sanciones para quienes infrinjan estas normas.

En el contexto de la investigación científica, la ley resalta la necesidad de que los psicólogos se comprometan con la generación de conocimiento basado en evidencia. Esto implica realizar estudios que cumplan con estándares éticos y metodológicos rigurosos, promoviendo así el avance de la psicología como disciplina. La Ley 1090 también alienta la publicación de los hallazgos de investigación en revistas científicas, lo que facilita la difusión del conocimiento y la actualización constante de los profesionales.

La propiedad intelectual se convierte en un aspecto relevante dentro de este marco regulatorio, ya que los psicólogos deben ser conscientes de la importancia de proteger sus investigaciones y respetar los derechos de otros. Esto incluye la correcta atribución de autoría en las publicaciones, evitando el plagio y garantizando que se reconozcan adecuadamente las contribuciones de otros investigadores. Al mismo tiempo, la ley promueve un entorno en el que los psicólogos puedan compartir sus trabajos sin temor a la explotación de sus ideas.

Finalmente, la ley enfatiza la importancia de la transparencia en las publicaciones, instando a los psicólogos a divulgar sus resultados de manera honesta y responsable. Esto no solo asegura la credibilidad de la profesión, sino que también fomenta la confianza del público en la psicología. Las sanciones establecidas en la Ley 1090 se aplican no solo a la práctica profesional inadecuada, sino también a la divulgación de información falsa o engañosa, garantizando así que la ética y la integridad científica sean pilares fundamentales en la práctica de la psicología en Colombia.

Procedimiento

En esta fase final del trabajo, se procedió a la construcción de los apartados de análisis de resultados, discusión, conclusiones y recomendaciones, tomando como base los 47 artículos seleccionados tras la aplicación de los criterios de inclusión y exclusión, además del protocolo PRISMA previamente establecido.

El análisis de resultados se estructuró a partir de la información organizada en las fichas de análisis documental realizadas para cada uno de los artículos incluidos. Para ello, se elaboró una tabla de sistematización extensa en la que se registraron los elementos más relevantes de cada

estudio, lo que permitió clasificar los artículos según diversas características. Entre estas se destacan las variables centrales abordadas (nivel de estrés, rendimiento académico, afrontamiento, inteligencia emocional, resiliencia, entre otras), el país de origen del estudio, el tipo de diseño metodológico empleado (descriptivo, correlacional, cualitativo, mixto, entre otros), y la población objeto de estudio, con especial énfasis en estudiantes universitarios del área de la salud, ingeniería, psicología y otras disciplinas.

Esta clasificación permitió identificar patrones recurrentes y diferencias significativas entre los estudios. Asimismo, se agruparon los hallazgos según tres ejes temáticos definidos para orientar el análisis: factores que generan estrés, impacto del estrés en el rendimiento académico y estrategias de manejo del estrés en el contexto universitario. De esta forma, se facilitó una lectura comparativa que dio cuenta de cómo se manifiesta la relación entre estrés y rendimiento académico en los distintos contextos latinoamericanos. También se destacaron factores contextuales comunes como la modalidad virtual, las condiciones socioeconómicas y el impacto de la pandemia por COVID-19, presentes en una proporción significativa de los estudios.

La discusión se desarrolló a partir de un análisis interpretativo de los resultados obtenidos, los cuales fueron contrastados con los antecedentes teóricos revisados en etapas anteriores del trabajo. Se exploraron las coincidencias y discrepancias entre los artículos, así como las limitaciones metodológicas recurrentes, los vacíos en la literatura y los contextos particulares de cada investigación. Además, se incorporó una reflexión crítica sobre los factores que condicionan la relación entre el estrés y el rendimiento académico, destacando la influencia de variables mediadoras como el género, la carrera universitaria, la autoeficacia, el apoyo social y el uso de estrategias de afrontamiento. Esta sección no solo buscó exponer los hallazgos, sino también interpretarlos a la luz del contexto regional, con énfasis en las particularidades de la población universitaria latinoamericana.

Las conclusiones se elaboraron como una síntesis general de los hallazgos más relevantes del proceso de revisión. Para ello, se retomaron los objetivos del estudio y se estableció de forma clara cómo fueron respondidos a partir del análisis realizado. Se destacó que, si bien el estrés tiende a generar un impacto negativo en el desempeño académico, existen factores protectores que pueden mitigar sus efectos, lo cual ofrece oportunidades para la intervención desde el ámbito institucional y psicoeducativo.

Las recomendaciones fueron formuladas tomando en cuenta los resultados obtenidos y las problemáticas más recurrentes identificadas en los estudios revisados. Se organizaron en tres niveles: institucional, profesional y académico. En el primer nivel, se propusieron acciones dirigidas a universidades y programas académicos, enfocadas en la implementación de programas de apoyo psicoemocional, estrategias de prevención del estrés y promoción de entornos educativos saludables. En el segundo, se ofrecieron recomendaciones para docentes, orientadores y personal administrativo, con el fin de fortalecer su capacidad para identificar señales de estrés y brindar acompañamiento oportuno. Finalmente, a nivel académico, se sugirió la realización de futuras investigaciones que profundicen en variables poco exploradas, como la resiliencia, el compromiso académico y las diferencias entre contextos públicos y privados. Cada propuesta fue sustentada en los hallazgos de la revisión, priorizando su aplicabilidad en el contexto universitario latinoamericano.

Resultados

La siguiente tabla presenta el análisis detallado de los estudios incluidos en la revisión sistemática, enfocados en la relación entre el rendimiento académico y el estrés en estudiantes universitarios latinoamericanos. En ella se recopiló información clave como el año de publicación, autores, objetivos principales, idioma de publicación, país donde se llevó a cabo la investigación, metodología empleada, diseño del estudio, muestra utilizada, instrumentos aplicados y programas analizados. Este análisis permitió observar patrones, enfoques metodológicos predominantes y tendencias temáticas que aportan a la comprensión integral del fenómeno investigado.

Tabla 5.

Resumen de los Artículos Revisados.

No.	Año	Autores	Objetivo principal	Idioma publicación	País en donde se llevó la investigación	Metodología	Diseño	Muestra	Instrumentos utilizados	Programas
1	2014	Lilibeth Pedraza Ximena Socarrás,	Identificar las características de las habilidades sociales	Español	Colombia	Cuantitativo	Descriptivo, transversal	150 estudiantes (67,3 % mujere	Cuestionario de Habilidades Sociales (HH.SS.)	No especifica carrera

		Andrés Fragozo Mariangelica Vergara	en estudiantes del programa de Psicología de una universidad pública en Santa Marta, Colombia.					s, 34,4 % hombres), seleccionados por muestreo intencional.		
2	2015	Néstor Holmes Ramírez	Determinar el nivel de ansiedad bibliotecaria de estudiantes universitarios de una universidad privada del noreste de México, según su género, nivel académico y edad.	Español	México	Cuantitativo	Correlacional, transeccional (transversal)	391 estudiantes (347 pregrado, 44 posgrado; 164 hombres, 223 mujeres, 4 no reportaron género)	Escala Multidimensional de Ansiedad Bibliotecaria (MLAS)	No especifica carrera
3	2015	Noilin Molina Rojas	Caracterizar socio-personalmente a los estudiantes de la Sede Rodrigo Facio de la Universidad de Costa Rica e identificar sus intereses sobre el desarrollo personal.	Español	Costa Rica	Cuantitativo	Descriptivo, transversal	1189 estudiantes (559 hombres y 630 mujeres) seleccionados por muestra por cuotas, más 6 grupos focales (aprox	Cuestionario con seis secciones (características sociales, condiciones de estudio, dificultades, redes de apoyo, autoconcepto, autoeficacia). Escala de Autoeficacia General (EAG) Escala de Autoconcepto AF5	No especifica carrera

								imadamente 10 estudiantes por grupo, uno por área académica).	Grupos focales	
4	2015	Rodrigo Arturo Domínguez Castillo Gladys Julieta Guerrero Walker José Gabriel Domínguez Castillo	Describir la influencia del estrés en el rendimiento académico de estudiantes universitarios del sexto semestre de la Licenciatura en Educación de la Universidad Autónoma de Yucatán.	Español	México	Cuantitativo	Descriptivo-correlacional.	20 estudiantes.	Inventario SISCO del Estrés Académico, modificado con preguntas adicionales sobre rendimiento académico.	No especifica carrera
5	2016	Sebastien Belhumeur Alexander Barrientos Segura Axel P. Retana Salazar	Identificar los niveles de estrés de la población estudiantil de la Universidad de Costa Rica en relación con las variables: nivel socioecon	Español	Costa Rica	Cuantitativo	Descriptivo, correlacional y transversal.	112 estudiantes (43 mujeres y 69 hombres), entre 18 y 31 años.	Cuestionario “Estrés y rendimiento en el trabajo”	No especifica carrera

			ómico, rendimiento académico, nivel académico, zona geográfica y género.							
6	2017	Jesús Carlos Ruvalcaba Ledezma, A. Copca Guzmán, C. A. Canales Hernández, A. P. Trejo Fuentes, José Alejandro Muller Sanjuán, A. S. Mendoza Gardeazábal, Josefina Reynoso Vázquez	Determinar la incidencia de los estudiantes universitarios con síndrome de Burnout y su repercusión en el rendimiento académico	Español	México	Cuantitativo	Observacional descriptivo	384 estudiantes	Maslach Burnout Inventory en su versión para estudiantes (MBI-SS) o Maslach Burnout Inventory Student Survey.	Psicología y Trabajo Social
7	2018	Jhovanna Edelmira Olmos Botero Paula Andrea Peña Hernández Jorge Enrique Daza Arana	Identificar los factores estresores y síntomas somáticos del sistema musculoesquelético en estudiantes de cursos básicos de programas de salud de una universidad de la	Español	Colombia	Cuantitativo	Estudio descriptivo de corte transversal	185 estudiantes (80 de Medicina, 66 de Fisioterapia, 39 de Enfermería), seleccionados mediante muestreo aleatorio	Cuestionario sociodemográfico Escala de Síntomas Somáticos de Sandín (componente musculoesquelético) Escala de Factores Estresores Académicos (54 ítems, 9 dimensiones)	Área de la salud (no especifica carreras exactas)

			ciudad de Palmira.					simple.		
8	2018	Pedro Macbani Olvera; Jesús Carlos Ruvalcaba Ledezma; Patricia Vásquez Alvarado; Alejandra Ramírez González; Karina González González; Karen Arredondo Robles; Katya Monroy Sandoval; Nahaibi Tandehuitl González; Mitzi Akenzalli García Nava; Arturo Trejo Vera	Describir el estrés académico, los estresores y las estrategias de afrontamiento en estudiantes de odontología del CEUMH.	Español	México	Cuantitativo	Observacional, descriptivo, transversal.	69 estudiantes seleccionados de forma probabilística y estratificada por año de estudio.	Cuestionario validado "Inventario SISCO" para medir estrés académico, y registro de calificaciones para medir desempeño académico.	Diversas áreas (no especificadas)
9	2019	María Fernanda Silva Ramos José Juan López Cocotle María Elena Columba Meza-Zamora	Determinar el nivel de estrés en estudiantes universitario mediante un estudio cuantitativo, descriptivo y correlacional en una muestra de 255	Español	México	Cuantitativo	Descriptivo y correlacional.	255 estudiantes	Inventario SISCO	Ingeniería (estudiantes que cursan Física)

			estudiantes.							
10	2019	Almeida Espinosa, Alexander; Gafaro Rojas, Aurora Ines; Angulo Silva, Mary Lupe	Identificar el impacto de las pausas activas en estudiantes de décimo semestre de medicina, para promover un estilo de vida saludable y reducir periodos incapacitantes que afectan el rendimiento académico.	Español	Colombia	Mixto (cuantitativo y cualitativo)	Estudio descriptivo - exploratorio con pruebas estadísticas no para métricas (prueba t para muestras relacionadas).	45 estudiantes	Cuestionario pre y post intervención	Psicología
11	2020	Jhon Franklin Espinosa Castro Juan Hernández Lalinde Johel E. Rodrígue Maricarmen Chacín Valmore Bermúdez-Pirela	Describir la influencia del estrés en el rendimiento académico de estudiantes a nivel universitario.	Español	Venezuela	Cuantitativo	No experimental Transeccional Descriptivo	115 estudiantes	Inventario SISCO	11. Terapia ocupacional, Fonoaudiología, Medicina
12	2020	Silvana Trinidad Trunce Moralesa Gloria del Pilar Villarroel	Determinar los niveles de estrés, depresión y ansiedad en estudiante	Español	Chile	Cuantitativo	Descriptivo y correlacional	186 estudiantes	Escala DASS-21 para evaluar niveles de depresión, ansiedad y estrés.	Ingeniería (que cursan Física)

		Quinchalefb Jenny Andrea Arntz Verac Sonia Isabel Muñoz Muñoz Karlis Mariela Werner Contreras	s universitarios de primer año de las áreas de salud, relacionándolos con el rendimiento académico							
13	2020	David Chavarría Álvarez, Hellen Beckford Ramos, Jorge Ortega Chávez, Natalia Peña Vásquez, Juan Aguirre Alvarado, Raúl Alfaro Arias	Identificar los factores asociados al nivel de estrés por el congestionamiento vial en el traslado a la universidad y su relación con el rendimiento académico de los estudiantes.	Español	Costa Rica	Cuantitativo	Observacional, analítico, transversal.	420 estudiantes de distintas áreas y edades.	Encuesta estructurada (validada y pilotada)	Psicología
14	2020	Olga Lucía Suárez Rodríguez, María Fernanda Ramírez Ruiz	Identificar las variables subyacentes al estrés académico en estudiantes universitarios de ingeniería que cursan asignatura	Español	Colombia y México	Cuantitativo	Estudio descriptivo, transversal, con análisis factorial (análisis de componentes	124 estudiantes por país (total 248), seleccionados aleatoriamente.	Cuestionario basado en el inventario de Hernández et al. (1996), ampliado con 28 ítems.	Enfermería, Genómica, Ingeniería en Petroquímica, Nanotecnología

			s de Física en Colombia y México.				principales - ACP).			
15	2020	Luis Ángel Aguilar Yescas	Analizar la relación entre el perfeccionismo y variables académicas como el estrés, el locus de control y el rendimiento académico en estudiantes universitarios de Psicología.	Español	Venezuela	Cuantitativo	No experimental, descriptivo-correlacional, de corte transversal.	216 estudiantes (muestreo no probabilístico por conveniencia).	Inventario de Perfeccionismo Académico (INVEPER) Cuestionario de Estrés Académico (CEA) Inventario de Locus de Control Académico (ILC-A) Historial académico oficial (para calcular el rendimiento académico)	Ingeniería (que cursan Física)
16	2020	Rodolfo Morrison, Carmen Paz-Díaz, Pamela Gutiérrez, Carla Frías, Alejandra Espinosa, Paula Soto, Alejandra González, Sandra Mella, Ignacio López	Evaluar si la implementación de la meditación activa en la rutina diaria de estudiantes universitarios de ciencias de la salud tiene un efecto en sus indicadores físicos y psicoemocionales de estrés.	Español	Chile	Cuantitativo	Estudio piloto, exploratorio, de corte transversal	22 estudiantes (16 válidos para análisis)	Curso electivo de meditación activa (18 sesiones); Cuestionario de Percepción Global del Estado (CPGE)	No especifica carrera

17	2020	Jose Fernando Mora Romo, Juan Martell-Muñoz	Determinar la prevalencia del estrés académico en los estudiantes de la carrera profesional de educación de una universidad peruana en tiempos de la pandemia del COVID-19.	Español	Perú	Cuantitativo	Diseño no experimental y el tipo correlacional - descriptivo transeccional	172 estudiantes	Inventario SISCO del Estrés Académico	Medicina
18	2021	Auxiliadora del Rocío Mendoza Cevallos	Analizar la relación del tecnoestrés con el rendimiento académico en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann, en tiempos de COVID-19, en Tacna, Perú.	Español	Perú	Cuantitativo	Descriptivo, no experimental y transversal.	140 estudiantes universitarios de Enfermería.	Encuesta virtual. Cuestionario RED-TIC "tecnoestrés"	Psicología y Odontología
19	2021	Deysi Idrogo Ortiz,	Relacionar la inteligenci	Español	Perú	Cuantitativo	Descriptivo correl	325 estudiantes	Técnicas: Psicometría autoadminis	Diversas carreras (no

		Javier Asenjo Luque	a emocional y el rendimiento académico en estudiantes de la Universidad Nacional Autónoma de Chota, Perú.				acional, no experimental y transversal.	universitarios seleccionados mediante muestreo aleatorio estratificado.	trada (para medir Inteligencia Emocional). Análisis documental (para medir Rendimiento Académico). Instrumentos: Test de Inteligencia Emocional de BarOn ICE (adaptado por Ugarriza y Pajares, 2005). Ficha de recolección de datos académicos basada en actas de notas oficiales de la universidad.	especificadas)
20	2021	Carlos Huañec, Viviana Ayma, Susana Caballero	Evaluar la asociación entre el bruxismo autorreportado y el rendimiento académico en estudiantes universitarios de una universidad privada en Lima, Perú.	Español	Perú	Cuantitativo	Estudio transversal (cross-sectional).	203 estudiantes, entre 18 y 35 años.	Bruxismo: Cuestionario Bruxism Assessment Questionnaire versión española. Rendimiento académico: Escala de Índice de Aprobación (Passing Rate). Estrés y ansiedad: Cuestionario DASS-21 adaptado al español. Nivel	No especifica carrera

									socioeconómico: Cuestionario adaptado de APEIM (2011-2012).	
21	2021	Rocío Durán, Vilma Mamani	Determinar la asociación entre los hábitos alimentarios, el nivel de actividad física y el estrés académico en estudiantes de primer año de la Facultad de Ciencias de la Salud de una universidad privada de Lima, Perú.	Español	Perú	Cuantitativo	Estudio transversal	180 estudiantes.	Cuestionario de Hábitos Alimentarios adaptado y validado. Cuestionario Internacional de Actividad Física (IPAQ) versión corta. Inventario SISCO de Estrés Académico.	No especifica carrera
22	2021	María León, Milagros Zolano	Analizar la posible relación entre los niveles de estrés percibido por estudiantes universitarios durante el confinamiento por COVID-19 y determinar cómo la actividad	Español	México	Cuantitativo	Estudio de campo, descriptivo-exploratorio.	120 estudiantes (60 de Cultura Física y Deporte y 60 de Educación).	Cuestionario estandarizado validado por expertos	No especifica carrera

			física influye en la mejora de la salud física y psicológica durante la pandemia.							
23	2021	Andrea Calatayud, Elizabeth Apaza, Erick Huaquisto, Gabriela Belizario, Jéssica Inquilla	Determinar si el estrés se constituye como un factor de riesgo en el rendimiento académico del estudiantado universitario durante el periodo de la pandemia de Covid-19 en Puno Perú.	Español	Perú	Cuantitativo	Correlacional	1046 estudiantes de nivel universitario	Patient Health Questionnaire (PHQ-9)	Enfermería
24	2022	Enrique Pinto, Ana Villa, Henry Pinto	Analizar el estrés académico en los estudiantes de la Universidad de La Guajira en Colombia.	Español	Colombia	Cuantitativo	Descriptivo - no experimental, transeccional.	1.200 alumnos	Cuestionario de 12 ítems con respuestas múltiples de siempre, casi siempre, a veces, casi nunca, y nunca	Ingeniería en Sistemas
25	2022	Alejandro Mendoza Cevallos	Analizar las causas y consecuencias del estrés y su influencia en el	Español	Ecuador	Cualitativo	Hermeneutico		Observación documental, resumen analítico y análisis crítico	Medicina

			rendimiento académico en estudiantes universitarios en tiempos de pandemia Covid-19							
26	2022	Eduar Antonio Rodríguez Flores, María de los Ángeles Sánchez Trujillo	Describir el bienestar psicológico de los estudiantes universitarios de primeros ciclos de la Facultad de Ciencias de la Salud de una universidad privada de Lima, Perú.	Español	Perú	Cualitativo	Estudio de caso descriptivo con diseño fenomenológico	20 estudiantes y 10 docentes, seleccionados por muestreo no probabilístico por conveniencia.	Entrevistas semiestructuradas a estudiantes Grupos focales a docentes	Psicología y Psicopedagogía
27	2022	Laura Oto, Daniel Gavilanes, Carolina Salinas	Detectar el estilo de consumo alimenticio de los estudiantes universitarios en Ecuador tras el regreso a la presencialidad.	Español	Ecuador	Cuantitativo	Descriptivo observacional.	346 estudiantes.	Cuestionario distribuido en redes sociales (WhatsApp, Facebook, Instagram).	Ingeniería (diversas áreas)

28	2022	Susana Tejada, Rocío Díaz, Sayuri Huyhua, Carlos Hinojosa, Andrea Vega	Describir los beneficios de la musicoterapia desde la perspectiva de los estudiantes universitarios de enfermería de una universidad pública en Chachapoyas, Amazonas, Perú.	Español	Perú	Cualitativo	Descriptivo, fenomenológico.	14 estudiantes.	Sesiones de musicoterapia (escucha de música relajante) Entrevistas semi-estructuradas.	Educación
29	2022	Diego Ortega Ortega, Margarita Gissel Pérez Hernández, Javier Moreno-Tapia	Identificar cómo repercute el estrés y la ansiedad en estudiantes de Enfermería en su estado psicológico, físico y social analizando desde el inicio de esta Licenciatura	Español	Ecuador	Cualitativo	Descriptiva e interpretativa - no experimental	1 estudiante	Entrevista semiestructurada	Enfermería
30	2023	Lisseth Quishpe, Sofía Alban, Ángel Baldassari	Analizar y entender las consecuencias en la salud mental de estudiantes	Español	Ecuador	Cuantitativo	Exploratorio y descriptivo.	129 estudiantes.	Encuesta en línea basada en la escala de Likert.	30. Educación Básica

			universitarios debido a la educación virtual durante el confinamiento por COVID-19.							
31	2023	Guillermo Martínez Cuevas, Mª Asunción Lara Cantú, Ricardo Orozco, Adrián Alejandro Martínez González	Explorar el papel de la resiliencia en la relación entre los eventos de vida estresantes y el rendimiento académico en estudiantes universitarios.	Español	México	Cuantitativo	Correlacional- no experimental Transversal	389 estudiantes (84.8 % mujeres, entre 18 y 29 años), seleccionados por muestreo censal con post-estratificación	Cuestionario de Sucesos Vitales (Sandín y Chorot, 2017) Escala de Resiliencia para Adultos (Friborg et al., 2003; validada en México por Ruvalcaba et al., 2014). Escala de Resiliencia para Adultos (Friborg et al., 2003): Validada en México por Ruvalcaba et al. (2014)	31. Psicología, Derecho y Administración
32	2023	Angela María Arias, Sofía Guadalupe	Relacionar el nivel de estrés académico con la autoestima en estudiantes de enfermería.	Español	Ecuador	Cuantitativo	Observacional, transversal, correlacional	76 estudiantes (77,6 % mujeres, media de edad: 22,3 años), seleccionado	Inventario SISCO de Estrés Académico (Barraza, 2007): 31 ítems, tres dimensiones (estresores, síntomas, afrontamiento)	Enfermería

								s por censo.	Escala de Autoestima de Rosenberg (EAR)	
33	2023	Jorge Andrés Mora, Juan Martell	Diseñar y validar un cuestionario para medir el compromiso académico en una población universitaria mexicana.	Español	México	Cuantitativo	No experimental, instrumental	361 estudiantes universitarios (tras depuración de un caso atípico)	Cuestionario de compromiso académico de 21 reactivos (escala Likert de 5 puntos).	No especifica carrera
34	2023	Mayra Zaruma, Luisa Santana, Mónica Toala	Analizar los conceptos de estrés y cómo influyen en el rendimiento académico de los estudiantes de la carrera de Administración de Empresas de la Universidad Estatal del Sur de Manabí (UNESUM).	Español	Ecuador	Cualitativo y cuantitativo (mixto).	No experimental, descriptivo, documental y transversal.	288 estudiantes.	Encuesta estructurada Técnicas: Métodos descriptivo, deductivo, inductivo y documental.	Administración de Empresas
35	2024	María Lemos, Carlos Zapata, Luis Delgado	Construir un modelo de relacionamiento entre las variables de estrés, afrontamiento académic	Español	Colombia	Cuantitativo	Analítico-transversal.	292 estudiantes (57 % mujeres, 42,8 % hombres), con edades	Cuestionario sociodemográfico DSM-5 (medida de síntomas transversales nivel 1) Matrices progresivas	No especifica carrera

			o y ansiedad con el rendimiento académico, considerando el impacto de variables de control sociodemográficas en estudiantes universitarios.					entre 16 y 48 años, seleccionados por muestreo por conveniencia.	de Raven Inventario SISCO de estrés académico Apgar familiar Escala Multidimensional de Autoconcepto AF5 Cuestionario de Afrontamiento del Estrés (CAE) ISRA – Inventario de Situaciones y Respuestas de Ansiedad	
36	2024	Erika Chaquinga, Andrea del Rocío Mejía Rubio	Determinar la relación entre el optimismo y la procrastinación académica en estudiantes universitarios.	Español	Ecuador	Cuantitativo	No experimental, de corte transversal, descriptivo, correlacional y comparativo.	357 estudiantes universitarios (238 mujeres y 119 hombres).	Life Orientation Test Revised (Lot-R) para medir optimismo. Escala de Procrastinación Académica de Busko para medir procrastinación.Cuestionario sociodemográfico.	Psicología y Trabajo Social
37	2024	Salvador Tomás Orrego Zapo, Humberto Iván Morales Huamán, Carlos Javier	Determinar la relación entre el estrés y el rendimiento académico en estudiante	Español	Perú	Cuantitativo	No experimental, transversal y correl	210 estudiantes seleccionados por muestreo aleatorio	Cuestionario estructurado en 16 ítems (escala tipo Likert).	Ingeniería (asignatura de Física)

		Medina Valderrama	s de la Universidad Señor de Sipán.				acional.	simple.		
38	2024	Pamela Mena, Pablo Cáceres, Kevin Reinoso, Andrea Ríos	Identificar factores relacionados entre el rendimiento académico y la transportación de los estudiantes a la Universidad "UNIANDES" en el primer trimestre del periodo 2022-2023.	Español	Ecuador	Cuantitativo	Observacional, descriptivo, transversal.	27 estudiantes seleccionados mediante muestreo no probabilístico intencional.	Encuesta realizada a través de Google Forms, compuesta por 9 preguntas de selección simple.	Enfermería
39	2024	Andrea Ashqui, Mónica Zambrano, Tania Vallejo, Paúl Figueroa, Ruth Salazar, Javier Alvarado	Analizar la influencia de la salud emocional (ansiedad, depresión y estrés) en el rendimiento académico de estudiantes de un Instituto de Educación Superior.	Español	Ecuador	Mixto (cuantitativo y cualitativo)	No experimental, descriptivo, de campo	Censal (se trabajó con la totalidad de la población: 460 estudiantes entre 18 y 33 años)	Entrevistas semiestructuradas basadas en el Test de Inteligencia Emocional (UNAS) Inventario de Depresión Estado-Rasgo (IDER) Cuestionario de Ansiedad Estado-Rasgo (STAI) Escala de Estrés Percibido (EEP) Ficha	Psicología

									sociodemográfica	
40	2024	Rosa Delgado, Q. Agudo	Analizar el nivel de estrés académico en estudiantes de primer ingreso en la Universidad Especializada de Las Américas y cómo este influye en su rendimiento académico.	Español	Panamá	Cuantitativo	Transversal, no experimental	290 estudiantes seleccionados por muestreo aleatorio simple	Cuestionario estructurado (síntomas, causas, estrategias de afrontamiento) Recolección de datos sobre rendimiento académico (calificaciones)	Psicología y Odontología
41	2024	Edwin Estrada Araoz, G. Larico, N. Roman, E. Ticona	Determinar si el afrontamiento al estrés y la autoeficacia predicen la satisfacción académica en estudiantes universitarios.	Español	Perú	Cuantitativo	No experimental, predictivo, de corte transversal	301 estudiantes, seleccionados mediante muestreo probabilístico con 95% de confianza	Encuesta estructurada con tres escalas: Escala de Afrontamiento del Estrés Académico Escala de Autoeficacia General Escala de Satisfacción Académica	Enfermería
42	2024	Víctor Camas, Yuliana Cedeño, Oswaldo Chavarría, Katherine Calvache,	Analizar los factores psicosociales que inciden en la salud mental de los estudiante	Español	Ecuador	Cualitativo	Exploratorio, descriptivo y clasificatorio	30 estudiantes seleccionados considerando criterios de	Revisión sistemática de la literatura Observación participante no implicativa Entrevistas	No especifica carrera

		Alejandro Velasco	s de la Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí (ULEAM) en el contexto postpandemia.					diversidad sociodemográfica	semiestructuradas Guion de entrevista elaborado con base en dimensiones teóricas (causas y efectos psicosociales)	
43	2024	María A. Pérez, G. P. Urrejola-Contreras	Examinar el impacto de combinar estudio y empleo en los entornos de aprendizaje de estudiantes universitarios de enfermería.	Español	Chile	Cuantitativo	Descriptivo, transversal	220 estudiantes (83% mujeres), muestreo no probabilístico, tasa de respuesta: 62%	Cuestionario autoadministrado	Enfermería
44	2024	Edwin Gustavo Estrada-Araoz, Guido Ayay-Arista, Elizabeth Orfelia Cruz-Laricano, Jimmy Nelson Paricahua-Peralta	Determinar qué estresores académicos predicen el estilo de vida de los estudiantes de una universidad pública peruana.	Español	Perú	Cuantitativo	No experimental, predictivo	215 estudiantes seleccionados por muestreo probabilístico con 95% de confianza	Cuestionario de Estresores Académicos (Carlotto et al., 2005) Perfil de Estilo de Vida (PEPS-I)	Enfermería
45	2024	Guillermo Martínez Cuevas, Mª Asunción Lara Cantú, Ricardo Orozco,	Determinar la frecuencia de trastornos mentales comunes (depresión, ansiedad	Español	Paraguay	Cuantitativo	Observacional, descriptivo, transversal	150 estudiantes, muestreo no probabilístico por conve	Cuestionario sociodemográfico y académico Escala DASS-21	Ingeniería Civil

		Adrián Alejandro Martínez González	y estrés) en estudiantes de Kinesiología y Fisioterapia de la Universidad Nacional de Asunción.					nienci a	(validada en español)	
46	2024	Edwin Gustavo Estrada-Araoz, Guido Ayay-Arista, Elizabeth Orfelia Cruz-Laricano, Jimmy Nelson Paricahua-Peralta	Validar un instrumento mediante análisis factorial exploratorio para medir el tecnoestrés en estudiantes universitarios.	Español	México	Cuantitativo	No experimental, transversal y descriptivo	211 estudiantes (66,8 % mujeres), muestreo censal	Cuestionario de 18 ítems en escala Likert	Psicología y Medicina
47	2024	Jazmín Pérez, Ruth María Ortiz Sandoval, Julio Torales, Iván Barrios	Analizar la relación entre el trastorno de juego por internet (IGD), el rendimiento académico y el género en estudiantes universitarios peruanos.	Español	Perú	Cuantitativo	Correlacional, predictivo, transversal	162 estudiantes (84% mujeres), con edad promedio de 25.66 años, de carreras como Psicología, Contabilidad y Marketing	IGDT-10 (Internet Gaming Disorder Test, validado en Perú) Registro autoinformado del promedio académico	Psicología (clínica y educativa)

Teniendo en cuenta la información de la Tabla 5, se hizo un análisis de algunos aspectos importantes, los cuales también se resumen en la Tabla 6.

Tabla 6.

Análisis de Resultados.

	Variable	Frecuencia	%
Idioma de publicación	Español	44	93.6%
	Inglés	3	6.4%
Metodología utilizada	Cuantitativa	40	85.1%
	Cualitativa	4	8.5%
	Mixta	3	6.4%
Diseño	Descriptivo	29	61.7%
	Correlacional	17	36.1%
	Predictivo	1	2,2%
Año de publicación	2014	1	2,1%
	2015	3	6.4%
	2016	1	2.1%
	2017	1	2.1%
	2018	2	4.3%
	2019	2	4.3%
	2020	7	14.9%
	2021	6	12.8%
	2022	6	12.8%
	2023	5	10.6%
	2024	13	27.6%

Programas – Población	Enfermería	10	21.27%
	Psicología	8	17%
	Medicina	6	12.76%
	Ingeniería	3	6.38%
	Educación	3	6.38%
	Trabajo social	2	4.25%
	Odontología	1	2.12%
	Otras no especificadas	14	29.84%
País de publicación	Perú	17	36.1%
	Ecuador	10	21,2%
	México	9	19.1%
	Colombia	5	10.6%
	Chile	3	6.3%
	Costa Rica	3	6.3%
	Venezuela	1	2.1%
	Panamá	1	2.1%
	Paraguay	1	2.1%
	Total, artículos	**47**	**100%**

En primer lugar, en cuanto al idioma de publicación, la mayoría de los artículos analizados se publicaron en español, con un total de 44 artículos, lo que representa el 93.6% del total. Solo 3 artículos, un 6.4%, se publicaron en inglés. Esto reflejó una clara preferencia por la publicación en español en la temática abordada, destacando la relevancia de los estudios en el ámbito hispanohablante.

Respecto a la metodología utilizada, predominan los artículos cuantitativos, con 40 investigaciones que emplearon este enfoque, lo que equivale al 85.1% del total. En menor medida, se encuentran 4 artículos cualitativos (8.5%) y 3 artículos que aplicaron una metodología mixta (6.4%). Este predominio de estudios cuantitativos sugiere una inclinación por el análisis numérico y los enfoques estadísticos dentro del campo de estudio. Sería interesante ampliar la investigación desde el enfoque cualitativo.

En términos de la distribución de los artículos por año de publicación, se observó una concentración significativa en los últimos años, destacándose el año 2024 con 13 artículos publicados (27,6%). A lo largo de los años, se observó un aumento gradual en la cantidad de investigaciones, especialmente desde 2020 en adelante, con una notable producción en 2020 (7 artículos, 14,9%), 2021 y 2022 (6 artículos cada uno, 12,8%) y 2023 (5 artículos, 10,6%). Este patrón reflejó un crecimiento en el interés y la producción de estudios recientes sobre el tema.

Los diseños utilizados en los artículos variaron, en cuanto al alcance, el diseño descriptivo es el más frecuente, con 29 artículos que lo emplean (61,7%), lo que indicó que muchos estudios se centran en caracterizar fenómenos específicos. Le sigue el diseño correlacional, con 17 artículos (36,1%). Los diseños predictivo, exploratorio, instrumental/validación, hermenéutico y documental aparecen con menor frecuencia, lo que sugiere que la mayoría de los estudios se centran en establecer relaciones entre variables o describir situaciones específicas.

Finalmente, los programas académicos de los estudiantes participantes en los estudios fueron diversos, destacando áreas como Enfermería con 10 artículos (21,27%), Psicología con 8 artículos (17%) y Medicina, con 6 artículos (12,76%). También se encontraron representadas áreas como Ingeniería, Educación, Trabajo Social y Odontología, entre otras. De manera notable, 14 artículos provienen de áreas diversas o no especificadas, lo que reflejó la amplitud y multidisciplinariedad de la investigación en este campo.

En cuanto a los países latinoamericanos de procedencia, Perú el país con mayor representación con 17 investigaciones (36,1%), seguido por Ecuador con 10 (21,2%), México con 9 (19,1%), Colombia con 5 (10,6%), Chile y Costa Rica, con tres artículos cada uno (6,3% cada uno), y finalmente Venezuela, Panamá y Paraguay con un artículo cada uno (2,1% cada uno). Esta distribución reveló un notable interés regional por investigar las relaciones entre el estrés, el

rendimiento académico y otras variables psicoeducativas en contextos universitarios, especialmente en tiempos recientes marcados por la pandemia de COVID-19.

Por último, frente a las muestras utilizadas, se encontró una amplia variedad de tamaños muestrales, con rangos que van hasta más de 1.200 participantes. La mayoría de los estudios trabajaron con muestras compuestas por estudiantes de pregrado, seleccionados mediante técnicas como el muestreo aleatorio, por conveniencia o estratificado. Este apartado evidenció un interés por capturar diversas realidades estudiantiles, permitiendo así una representación significativa del fenómeno del estrés académico en el contexto universitario latinoamericano.

Discusión

En la revisión sistemática de los artículos analizados se evidenció una convergencia sólida respecto a la influencia del estrés en el rendimiento académico de los estudiantes universitarios latinoamericanos, aunque su intensidad y manifestación varían en función de factores individuales, contextuales y estructurales. Para su análisis, esta discusión se organizó en tres ejes temáticos: los factores que generan estrés, el impacto del estrés en el rendimiento académico y el manejo del estrés en el contexto universitario; cada uno de estos ejes incluyó a su vez diversos sub-ejes que profundizan en los hallazgos específicos de cada dimensión analizada (Tabla 7).

Tabla 7.

Ejes y Sub-ejes en los 47 Artículos.

Eje temático	Sub-eje	Artículos
Factores que generan estrés	Personales: emocionales y cognitivos. Académicos. Familiares. Tecnológicos. Ambientales.	1. Almeida et al., (2019) 2. Beltrán et al., (2024) 3. Camas et al., (2024) 4. Chavarría et al., (2020) 5. Estrada et al., (2024) 6. Estrada et al., (2021) 7. Huañec et al., (2021) 8. Lemos et al., (2024) 9. Macbani et al., (2018) 10. Mena et al., (2023) 11. Mendoza, (2022) 12. Mora & Martell, (2022) 13. Olmos et al., (2018)

		14. Ortega et al., (2023) 15. Pedraza et al., (2014) 16. Pinto et al., (2022) 17. Quishpe et al., (2023) 18. Ramírez, (2015) 19. Rodríguez & Sánchez, (2022) 20. Suárez & Ramírez, (2020) 21. Zaruma et al., (2023)
Impacto del estrés en el rendimiento académico	Funciones cognitivas. Rendimiento académico.	1. Aguilar, (2020) 2. Almeida et al., (2019) 3. Arias & Guadalupe, (2024) 4. Ashqui et al., (2024) 5. Belhumeur et al., (2016) 6. Beltrán et al., (2024) 7. Calatayud et al., (2022) 8. Camas et al., (2024) 9. Chaquinga & Mejía, (2023) 10. Chavarría et al., (2020) 11. Delgado & Agudo, (2024) 12. Domínguez et al., (2015) 13. Díaz et al., (2024) 14. Espinoza et al., (2020) 15. Estrada et al., (2024) 16. Estrada et al., (2021) 17. Huanacuni, (2021) 18. Huañec et al., (2021) 19. Idrogo & Asenjo, (2021) 20. León & Zolano, (2021) 21. Macbani et al., (2018) 22. Martínez et al., (2024) 23. Mena et al., (2023) 24. Mendoza, (2022) 25. Molina, (2015) 26. Mora & Martell, (2022) 27. Morrison et al., (2020)
Manejo del estrés en el contexto académico	Personales: autoeficacia, autoestima, inteligencia emocional, afrontamiento activo, perfeccionismo adaptativo, optimismo, autorregulación, resiliencia, compromiso académico. Ambientales.	1. Almeida et al. (2019) 2. Delgado & Agudo (2024) 3. Estrada et al. (2024) 4. Estrada et al. (2024) 5. Idrogo & Asenjo (2021) 6. Lemos et al. (2024) 7. Macbani et al. (2018) 8. Martínez et al. (2024) 9. Molina (2015) 10. Mora & Martell (2022)

	11. Morrison et al. (2020) 12. Olmos et al. (2018) 13. Ortega et al. (2023) 14. Pedraza et al. (2014) 15. Rodríguez & Sánchez (2022) 16. Silva et al. (2019)

En cuanto al primer eje, factores que generan estrés, se evidenció que el estrés en los estudiantes universitarios es un fenómeno complejo y multifactorial, resultado de la interacción de variables personales, académicas, familiares, emocionales, tecnológicas y ambientales.

En el plano personal, diversos estudios evidenciaron que los principales aspectos que generan estrés en estudiantes universitarios son emocionales y cognitivos, entre los emocionales, se encuentran la ansiedad, la depresión, la angustia; frente a los cognitivo, se encuentran factores como la autoexigencia, el perfeccionismo y el miedo al fracaso. Suárez y Ramírez (2020) reportaron que la ansiedad, la angustia y la depresión son síntomas frecuentes entre los estudiantes, los cuales afectan su estabilidad emocional y su capacidad de concentración y rendimiento académico. Por su parte, Mendoza (2022) profundizó en factores personales como la autoexigencia excesiva, el perfeccionismo rígido y el miedo constante al fracaso, señalando que estos incrementaron los niveles de estrés, especialmente durante la transición a clases virtuales, la cual redujo el rendimiento académico en un 40%. Finalmente, Lemos et al. (2024) señalan que el perfeccionismo socialmente prescrito se basa en la percepción de que otras personas exigen estándares elevados y de que se debe complacer constantemente. Este tipo de perfeccionismo se constituye como un factor personal desadaptativo que contribuye a su incremento, ya que se asocia con mayores niveles de presión externa, frustración, ansiedad y sensación de sobrecarga por las expectativas impuestas.

Estos hallazgos mostraron cómo la gestión inadecuada de la ansiedad y la depresión, junto con actitudes autoexigentes y perfeccionistas, actúan como factores significativos que generan y potencian el estrés académico en los estudiantes universitarios. A partir de ello, sería adecuado que las universidades incluyeran talleres y programas estructurados de manejo emocional y resiliencia, orientados al desarrollo de habilidades para identificar, comprender y regular emociones como la ansiedad, la depresión y la angustia, así como para gestionar factores personales como la autoexigencia excesiva, el perfeccionismo rígido y el miedo al fracaso. Estos

espacios formativos podrían contemplar sesiones de psicoeducación sobre inteligencia emocional, técnicas de relajación y mindfulness, estrategias de afrontamiento activo y construcción de pensamientos realistas, junto con actividades que fortalezcan la autoconfianza y la motivación académica. La implementación de estos talleres no solo contribuiría a disminuir los niveles de estrés y malestar psicológico, sino también a promover el bienestar integral y un aprendizaje significativo en los estudiantes universitarios.

Otro de los principales generadores de estrés está relacionado con el entorno académico: la sobrecarga de tareas, las evaluaciones constantes, la presión por obtener buenos resultados y la falta de acompañamiento pedagógico. Beltrán et al. (2024) reportaron que el 87% de los estudiantes identificó el ámbito académico como su principal fuente de estrés, seguido del financiero (46%). Por su parte, Camas et al. (2024) coincidieron en que los estudiantes experimentan ansiedad ante la acumulación de actividades y la escasa organización institucional. Lemos et al. (2024) añadieron que factores como la edad, el semestre cursado, el estrato socioeconómico y rasgos psicológicos como el neuroticismo afectan directamente el desempeño. Específicamente, encontraron que el semestre cursado se relaciona con el nivel de exigencia académica, ya que a medida que los estudiantes avanzan en su carrera, enfrentan asignaturas con mayor carga conceptual y prácticas más complejas, lo que incrementa la presión académica y puede impactar su rendimiento si no cuentan con estrategias adecuadas de afrontamiento. Asimismo, los autores señalaron que los primeros semestres también pueden generar afectaciones debido al proceso de adaptación al entorno universitario y las nuevas metodologías de estudio, mientras que los semestres avanzados se asocian con mayores niveles de estrés por la proximidad al proceso de titulación y a la inserción laboral. Esta presión, si no se acompaña de herramientas adecuadas, puede volverse una carga paralizante. No obstante, Rodríguez y Sánchez (2022) plantean que, bajo ciertas condiciones, puede canalizarse positivamente con redes de apoyo sólidas.

Esto sugiere que las instituciones de educación superior deben fortalecer sus estrategias de acompañamiento académico, implementando programas integrales de apoyo que incluyan tutorías personalizadas para resolver dudas conceptuales y dificultades específicas; mentorías académicas y psicoeducativas que orienten la trayectoria formativa y profesional del estudiante; espacios de orientación vocacional para gestionar expectativas realistas; así como una planificación curricular

más flexible que contemple la distribución equilibrada de actividades evaluativas y académicas, reduciendo la sobrecarga y promoviendo un aprendizaje significativo. Además, sería pertinente diseñar actividades curriculares como pausas activas, talleres de autocuidado y manejo del tiempo, y círculos de estudio colaborativo, que contribuyan a disminuir la presión, fortalecer la motivación y favorecer el desarrollo integral del estudiantado universitario.

Respecto a los factores familiares, Pedraza et al. (2014) encontraron que el 83,3% de los estudiantes presentaban niveles excelentes en habilidades para enfrentar el estrés. Estos resultados evidencian que un entorno familiar sólido, caracterizado por apoyo emocional, comunicación efectiva y acompañamiento en los estudios, contribuye al desarrollo de habilidades de afrontamiento en los estudiantes. En otras palabras, las herramientas emocionales y cognitivas aprendidas en el hogar actúan como un factor protector frente a las presiones académicas, ya que permiten a los estudiantes manejar adecuadamente las demandas universitarias y mantener un buen rendimiento. Sin embargo, Mena et al. (2023) señalaron que el 85% de los estudiantes vivía fuera de la ciudad en la que estudiaba y que el 70% se sentía en peligro al usar el transporte público. Esta situación genera un estrés adicional, ya que la lejanía del hogar implica que los estudiantes no cuenten con el respaldo, la compañía y la supervisión directa de sus familias en su vida cotidiana. Además, el miedo constante al desplazarse afecta su tranquilidad, incrementa su sensación de vulnerabilidad y puede repercutir negativamente en su concentración académica, su estado emocional y su adaptación al entorno universitario, pues se enfrentan solos a retos tanto académicos como personales sin una red de apoyo inmediata. Ortega et al. (2023) complementan esta visión al advertir que los estudiantes provenientes de zonas rurales o en situación de pobreza enfrentan mayores niveles de estrés debido a la falta de recursos económicos, la distancia física de su núcleo familiar y las altas expectativas que sus familias depositan en ellos como potenciales agentes de cambio. Estos hallazgos mencionados por los autores mostraron que los factores familiares pueden actuar tanto como protectores, al brindar contención emocional, apoyo económico y estrategias de afrontamiento aprendidas en casa, como también pueden constituirse en generadores de estrés. Por un lado, cuando la familia ofrece un ambiente afectivo positivo, acompañamiento en los procesos educativos y motivación constante, favorece la estabilidad emocional del estudiante, facilita su adaptación a las exigencias universitarias y potencia su rendimiento académico. Sin embargo, cuando existen expectativas excesivas de logro, críticas constantes, conflictos familiares, o limitaciones económicas y geográficas, estas condiciones

generan presiones adicionales que dificultan su concentración, incrementan su ansiedad y afectan su bienestar académico. Es decir, la familia puede convertirse en un recurso de apoyo fundamental o, por el contrario, en un factor estresante que obstaculiza el desempeño y la salud mental del estudiante.

De manera complementaria, se sugiere fortalecer los vínculos familiares mediante la implementación de programas psicosociales y talleres orientados a desarrollar habilidades parentales, estrategias de comunicación asertiva y manejo de expectativas familiares, con el fin de crear entornos más seguros, estables y comprensivos para los estudiantes. Estos programas podrían incluir escuelas de padres, encuentros familiares y orientación psicológica que favorezcan la construcción de redes de apoyo sólidas, promuevan el acompañamiento emocional en estudiantes que viven lejos de su núcleo familiar y reduzcan la presión asociada a expectativas excesivas, especialmente en quienes provienen de zonas rurales o contextos de pobreza. Así, las familias pueden convertirse en un factor protector real que disminuya el estrés académico y fortalezca la adaptación universitaria.

El uso excesivo de redes sociales y dispositivos móviles, como señalan Pinto et al. (2022) y Estrada et al. (2021), se relaciona con el estrés porque al afectar la calidad del sueño, la capacidad de concentración y los hábitos de estudio, incrementa la sensación de presión académica en los estudiantes. Cuando los estudiantes duermen menos o tienen un sueño de mala calidad debido al uso prolongado de la tecnología, su cuerpo y mente no logran recuperarse adecuadamente, lo que genera cansancio físico y mental. Esto, sumado a la reducción del tiempo disponible para estudiar por las distracciones digitales, genera acumulación de tareas y menor preparación para evaluaciones, aumentando así sus niveles de estrés. Además, la dificultad para concentrarse repercute directamente en su desempeño académico y en la percepción de no cumplir con sus responsabilidades, lo que intensifica la ansiedad y la tensión ante las demandas universitarias. Además, Macbani et al. (2018) abordaron la problemática de la brecha digital, encontrando que la falta de acceso adecuado a recursos tecnológicos como computadoras y conectividad estable incrementa significativamente los niveles de estrés y disminuye el rendimiento estudiantil, reportando un promedio de calificación de 8,17 sobre 10 y un nivel de estrés académico alto (4/5).

Estos hallazgos evidenciaron que tanto el uso inadecuado y excesivo de la tecnología, como la carencia de recursos digitales básicos, constituyen factores estresores relevantes en la vida

académica de los estudiantes, pues generan sentimientos de frustración, inseguridad y sobrecarga, al limitar su desempeño y su capacidad para cumplir con las demandas académicas en contextos cada vez más mediados por la virtualidad. Por tanto, se recomienda que las universidades promuevan programas integrales de alfabetización digital, orientados no solo al desarrollo de competencias tecnológicas básicas y avanzadas, sino también al fomento de un uso consciente y saludable de la tecnología, que permita a los estudiantes regular el tiempo invertido en redes sociales y dispositivos, priorizando su bienestar físico, mental y académico. Asimismo, resulta fundamental garantizar el acceso equitativo a dispositivos electrónicos, plataformas virtuales y conectividad estable, mediante la implementación de préstamos de equipos, espacios con internet seguro y subsidios o apoyos económicos para estudiantes en situación de vulnerabilidad. Estas estrategias contribuirían a reducir la brecha digital, disminuir el estrés asociado a la falta de recursos y promover un desempeño académico más equitativo y eficiente en contextos educativos cada vez más mediados por la virtualidad.

Finalmente, los factores ambientales también inciden de manera importante en el estrés académico de los estudiantes universitarios, pues comprenden condiciones del entorno físico y social que afectan su bienestar y desempeño. Chavarría et al. (2020) encontraron que el 90% de los estudiantes sufría estrés debido al tráfico vehicular, lo cual se correlacionó significativamente con su rendimiento académico ($p = 0,035$), evidenciando que los largos tiempos de desplazamiento y la congestión vial generan cansancio, irritabilidad y disminuyen el tiempo disponible para el estudio. De manera relacionada, Mena et al. (2023) señalaron que el 70% de los estudiantes se sentía en peligro al usar el transporte público, lo que incrementa la sensación de inseguridad, ansiedad y estrés antes de llegar a sus clases. Además, Quishpe et al. (2023) reportaron síntomas de estrés, ansiedad y trastornos del sueño durante el confinamiento por la pandemia, afectando también el desempeño académico, debido al encierro prolongado, la falta de espacios adecuados para el estudio y el aumento de la preocupación familiar y económica.

Estos hallazgos mostraron que los factores ambientales incluyen no solo las condiciones de tráfico y transporte, sino también aspectos como la inseguridad ciudadana, la falta de infraestructura adecuada, la contaminación y las restricciones sanitarias, los cuales afectan directamente la salud mental, la concentración y el rendimiento académico de los estudiantes. Por ende, se sugiere que las universidades consideren las condiciones ambientales y sociales en sus

políticas institucionales, creando espacios seguros, cómodos y silenciosos que promuevan la concentración y la salud mental de los estudiantes. Estas condiciones incluyen la mejora de la infraestructura física, asegurando aulas ventiladas, iluminadas y adecuadas para el aprendizaje; la implementación de zonas de estudio tranquilas y libres de ruido excesivo; el fortalecimiento de las rutas de transporte universitario o convenios para garantizar un traslado seguro; la disponibilidad de espacios verdes o áreas de esparcimiento que favorezcan el descanso activo y la regulación emocional; así como la promoción de entornos sociales inclusivos, libres de discriminación, violencia o acoso, que contribuyan al bienestar integral y a un clima académico positivo.

Por otro lado, en relación con el segundo eje temático sobre el impacto del estrés en el rendimiento académico, se observó que este se constituye como un fenómeno multifactorial que influye en diversas dimensiones del proceso formativo de los estudiantes. Molina (2015) indicó que el 82,2% de los estudiantes señaló que el estrés afecta su rendimiento académico; además, un 68,9% reportó necesitar apoyo para manejarlo y un 68,5% expresó requerir ayuda en la organización de su tiempo. Estos hallazgos demostraron que el estrés no solo altera funciones cognitivas básicas, sino que también interfiere en la planificación, la regulación emocional y el cumplimiento efectivo de las responsabilidades académicas. Asimismo, otros estudios coinciden en que el estrés elevado tiene un impacto significativo en el rendimiento, afectando no solo el ámbito cognitivo, sino también el emocional y conductual, al disminuir la motivación, la constancia y la eficiencia en el estudio.

En síntesis, si bien todos los documentos revisados reconocen la relación entre el estrés y el rendimiento académico, los artículos agrupados en este eje temático evidenciaron una asociación más directa y consistente. Esto resalta la necesidad de intervenir en los factores que generan estrés para mejorar el desempeño de los estudiantes universitarios. El estrés académico trasciende los límites individuales y se convierte en un problema institucional y estructural que requiere abordajes integrales. No solo representa una barrera silenciosa para el aprendizaje, sino que actúa como un factor invisible que deteriora progresivamente la salud mental del estudiante. A pesar de ello, muchas instituciones universitarias siguen priorizando los resultados cuantificables como las calificaciones y tasas de aprobación sin atender de manera adecuada los factores psicoemocionales que los determinan. Esta omisión contribuyó a perpetuar un ambiente altamente competitivo,

exigente y poco empático, donde los estudiantes sienten que no tienen margen de error, alimentando así el círculo vicioso del estrés.

En el sub-eje centrado en el rendimiento académico, Ashqui et al. (2024) informaron que el 58% de los estudiantes presentó altos niveles de estrés y que el 52,2% mostró altos niveles de ansiedad rasgo. Esta última variable, la ansiedad rasgo, fue la que presentó una correlación inversa más significativa con el rendimiento académico ($r = -0.495$, $p = 0.000$), lo que indica que, a mayor ansiedad rasgo, menor es el rendimiento de los estudiantes. Es decir, aquellos estudiantes que tienden a experimentar ansiedad de manera constante y como parte de su personalidad obtienen calificaciones más bajas o tienen un desempeño académico más deficiente. Por otro lado, Zaruma et al. (2023) hallaron que el 84,3% de los estudiantes presentaba niveles significativos de estrés, y el 67,7% reconoció su impacto negativo en el rendimiento, evidenciando que la ansiedad y la depresión se correlacionan con un bajo desempeño académico. Este resultado sugiere que las intervenciones deben enfocarse con mayor énfasis en la ansiedad persistente que en el estrés transitorio. Por su parte, Estrada et al. (2021) identificaron que el 47,1% de los estudiantes reportaba altos niveles de estrés académico. Este hallazgo fue relevante porque el estrés académico elevado no solo afecta el bienestar emocional de los estudiantes, sino que también repercute directamente en su rendimiento académico. Niveles altos de estrés pueden disminuir la capacidad de concentración, interferir en la memorización y comprensión de los contenidos, y generar fatiga mental, lo que dificulta la realización eficiente de tareas y evaluaciones. Además, cuando el estrés se mantiene de manera constante, puede afectar la motivación y el interés por el estudio, aumentando la probabilidad de bajo desempeño, reprobación de asignaturas o incluso abandono universitario. Además, Chavarría et al. (2020) señalaron que el 90 % de los estudiantes indicó que el tráfico les generaba estrés, el cual mostró correlación con el rendimiento ($p= 0,035$), destacando como factores externos como el congestionamiento vial o el acceso limitado a internet especialmente durante la pandemia incrementan el estrés y afectan negativamente el desempeño académico, al interferir con la gestión del tiempo, aumentar la frustración y dificultar la concentración y el cumplimiento de tareas académicas. Estos hallazgos evidenciaron que reducir el estrés académico requiere un enfoque integral que combine intervenciones emocionales, físicas y estructurales adaptadas a la realidad del estudiante latinoamericano.

Domínguez et al. (2015) hallaron que el 70% de los encuestados afirmaban que el estrés afectaba su rendimiento académico, aunque el 55% de ellos obtenía promedios superiores a 90. Esto sugiere que, si bien algunos estudiantes pueden mantener buenas calificaciones, el estrés interfiere en momentos clave como exámenes y proyectos finales. En la misma línea, Morrison et al. (2020) demostraron que el 87,5% de los estudiantes logró mantenerse relajado en situaciones estresantes, el 81% reportó menor agotamiento mental y el 62,5% redujo el insomnio tras la práctica de meditación activa. Estos datos evidencian el impacto positivo de las estrategias de autorregulación emocional en el bienestar estudiantil. Por lo tanto, el rendimiento académico no debe evaluarse exclusivamente a través de las calificaciones, sino también considerando la calidad del aprendizaje y el bienestar emocional, dimensiones que pueden fortalecerse mediante prácticas psicoemocionales.

Ahora bien, el tercer eje temático se relaciona con las estrategias para el manejo del estrés en contextos académicos universitarios. De este eje se desprenden tres sub-ejes principales: el primero, emocionales, que incluye factores como la autoeficacia, la autoestima, la inteligencia emocional, el afrontamiento activo, el perfeccionismo adaptativo, el optimismo, la autorregulación, la resiliencia y el compromiso académico, los cuales representan recursos internos que fortalecen la capacidad del estudiante para enfrentar las demandas académicas y manejar adecuadamente las situaciones estresantes.

En primer lugar, las estrategias emocionales se han identificado como un componente esencial en el manejo del estrés académico debido a su influencia directa en el bienestar psicológico y el rendimiento estudiantil. Lemos et al. (2024) evidencian que el afrontamiento emocional adaptativo, que incluye prácticas como la reinterpretación positiva y la autoaceptación, permite a los estudiantes enfrentar las situaciones estresantes con mayor resiliencia, ya que estas estrategias les ayudan a reducir la ansiedad, mantener la calma y regular su estado emocional ante los desafíos académicos. De igual manera, Martínez et al. (2024) destacan que los estudiantes que aplican estrategias emocionales efectivas, tales como la regulación de emociones negativas y la búsqueda de apoyo afectivo, logran mantener una motivación sostenida y una mayor claridad mental en sus procesos de aprendizaje, aspectos que repercuten positivamente en su desempeño académico y en su confianza para afrontar evaluaciones o tareas complejas. Por su parte, Mora y Martell (2022) señalan que recursos emocionales como la autocompasión y la expresión emocional

regulada funcionan como factores protectores frente al impacto del estrés, ya que contribuyen a fortalecer la autoestima académica, la percepción de autoeficacia y la sensación de bienestar general, aspectos fundamentales para un aprendizaje significativo y el logro de metas personales. Asimismo, estos hallazgos coincidieron en que las estrategias emocionales no solo permiten afrontar el estrés de manera saludable, sino que también previenen su efecto debilitante en el aprendizaje, favoreciendo la autorregulación, la adaptación ante las demandas académicas y el desarrollo de habilidades socioemocionales que potencian el logro académico y la satisfacción con la vida universitaria. Se recomienda que las instituciones de educación superior diseñen e implementen programas integrales que fortalezcan las estrategias emocionales de los estudiantes, incorporando talleres y espacios de formación sobre autoaceptación, reinterpretación positiva, autocompasión y regulación de emociones negativas. Estas intervenciones no solo contribuirían a un manejo más saludable del estrés académico, sino que también favorecerían el bienestar psicológico, la motivación intrínseca y, en consecuencia, el mejoramiento del rendimiento académico. Además, sería pertinente que dichos programas incluyan actividades prácticas de entrenamiento emocional y espacios de reflexión individual y grupal, que permitan a los estudiantes identificar sus emociones, gestionarlas de manera adecuada y utilizarlas como recursos para afrontar los desafíos académicos con mayor resiliencia y confianza.

Ahora bien, en términos de autoeficacia, Molina (2015) evidenció que el 42,8% de los estudiantes reportó dificultades personales que afectaban su rendimiento académico, principalmente por estrés (82,2%), estado de ánimo (65,9%) y ansiedad (61%). Este estudio mostró que, aunque el estrés era la principal dificultad, los estudiantes con niveles altos de autoeficacia lograban afrontarlo mejor y mantenían un rendimiento aceptable, ya que la mayoría presentó niveles altos de autoeficacia (media de 32,6 sobre 40) y autoconcepto (más de 6,2 en escala de 1 a 10), actuando como factor protector frente al estrés académico. Estrada et al. (2024) hallaron que la autoeficacia se correlacionó significativamente con la satisfacción académica ($r = 0,521$; $p < 0,05$) y, además, encontraron que los estudiantes con mayor autoeficacia percibían menores niveles de estrés académico, y, junto con el afrontamiento activo, predijo el 27,3% de la varianza en la satisfacción académica y en la percepción de menor estrés, evidenciando una mejor adaptación al contexto universitario. Por lo anterior, sería pertinente considerar la implementación de talleres de fortalecimiento de la autoeficacia dirigidos a estudiantes universitarios, que incluyan estrategias para incrementar la confianza en sus propias capacidades, establecer metas alcanzables y

desarrollar planes de acción efectivos ante desafíos académicos. Estos talleres podrían integrar actividades de retroalimentación positiva, resolución de problemas, simulación de situaciones académicas exigentes y entrenamiento en afrontamiento activo, con el fin de potenciar no solo la autoeficacia general, sino también su aplicación práctica en contextos de alta presión. Fortalecer esta capacidad permitiría a los estudiantes enfrentar mejor los retos académicos, mitigar el impacto negativo del estrés en su rendimiento y promover una adaptación más exitosa a las exigencias del entorno universitario.

Por otra parte, Rodríguez y Sánchez (2022) analizaron la relación entre autoestima y estrés académico, encontrando que el 89,5% de los estudiantes presentó un nivel de estrés académico profundo, mientras que el 40,8% mostró una autoestima elevada. El análisis estadístico evidenció una correlación muy fuerte entre ambas variables ($r = 0,989$; $p < 0,000$), lo que indica que, a pesar de que estos estudiantes experimentaban altos niveles de estrés, mantenían una percepción positiva de sí mismos. Este hallazgo sugiere que la autoestima elevada podría actuar como un recurso modulador frente al impacto negativo del estrés académico, ya que quienes poseen mayor autovaloración tienden a sentirse capaces de enfrentar las exigencias y dificultades, reduciendo así las consecuencias emocionales y cognitivas adversas. Sin embargo, también es posible que la coexistencia de alta autoestima y alto estrés refleje un proceso de autoexigencia intensa, en el que los estudiantes, a pesar de sentirse competentes, perciben una presión excesiva por cumplir con los estándares académicos.

En este sentido, sería recomendable diseñar programas de fortalecimiento de la autoestima como recurso modulador frente al estrés académico, los cuales incluyan talleres de autoconocimiento, reconocimiento de logros personales, manejo de la autocrítica y estrategias para desarrollar una autoimagen positiva y realista. Estos programas podrían incorporar actividades grupales e individuales, dinámicas de reflexión, orientación psicológica y ejercicios de reestructuración cognitiva que permitan a los estudiantes identificar sus fortalezas y áreas de mejora sin generar sentimientos de inferioridad ni autoexigencia excesiva. Fortalecer la autoestima desde un enfoque integral ayudaría a los estudiantes a enfrentar con mayor seguridad la presión académica, mejorar su autoconfianza, regular sus emociones en momentos de alta demanda y reducir así el riesgo de afectación emocional y cognitiva derivada del estrés.

En relación con la inteligencia emocional, Idrogo y Asenjo (2021) encontraron que el 51,1% de los estudiantes presentaba un nivel alto, con un rendimiento académico promedio de 12,59 ± 1,17 en escala vigesimal. Se detectó una relación estadísticamente significativa entre la inteligencia emocional global y el rendimiento ($p = 0,043$), siendo más fuerte en la dimensión de adaptabilidad ($p= 0,021$), lo que indica que quienes se adaptan emocionalmente obtienen mejores resultados. Este hallazgo resulta relevante al considerar el papel de la inteligencia emocional en el manejo del estrés académico. La adaptabilidad emocional implica la capacidad de responder de forma flexible a los cambios, gestionar adecuadamente los desafíos y mantener la estabilidad psicológica frente a situaciones adversas, como la sobrecarga académica o la presión por el rendimiento. Así, los estudiantes con mayor inteligencia emocional no solo desarrollan mejores estrategias de afrontamiento, sino que también experimentan niveles más bajos de estrés o lo perciben como menos incapacitante, lo cual repercute positivamente en su desempeño académico. En consecuencia, fortalecer la inteligencia emocional desde etapas tempranas de la formación universitaria podría funcionar como un factor protector frente al estrés, facilitando la autorregulación emocional y promoviendo un aprendizaje más saludable, consciente y sostenido.

Por su parte, el afrontamiento activo, estudiado por Estrada et al. (2024), mostró una correlación significativa con la satisfacción académica ($r = 0,449$; $p < 0,05$), lo que indica que los estudiantes que utilizan estrategias de afrontamiento activo, como planificar, buscar soluciones y regular sus emociones ante las dificultades, tienden a sentirse más satisfechos con su desempeño académico y con su experiencia universitaria en general. Por su parte, Estrada et al. (2024) encontraron que el afrontamiento activo se asociaba con menores niveles de ansiedad y con una mayor motivación en el entorno académico, evidenciando que quienes afrontan de manera proactiva los desafíos y el estrés académico no solo experimentan menos síntomas de ansiedad, sino que también mantienen altos niveles de motivación y compromiso con sus estudios. Estos hallazgos destacan la importancia del afrontamiento activo como estrategia efectiva para mejorar el bienestar emocional y el rendimiento académico de los estudiantes universitarios. Por ello, resultaría valioso incluir formación en afrontamiento activo dentro de los programas de desarrollo estudiantil, mediante talleres y actividades prácticas que enseñen a los estudiantes estrategias de planificación, organización del tiempo, identificación y análisis de problemas, búsqueda de soluciones efectivas y regulación emocional ante situaciones estresantes. Esta formación podría complementarse con simulaciones de situaciones académicas desafiantes, asesorías personalizadas

y espacios de reflexión grupal para compartir experiencias y fortalecer habilidades de afrontamiento. Incorporar el afrontamiento activo como parte integral de la formación universitaria permitiría potenciar la capacidad de los estudiantes para resolver problemas de manera eficaz, gestionar adecuadamente las demandas académicas y emocionales de la vida universitaria y, en última instancia, mejorar su bienestar y su rendimiento académico.

El optimismo, según Ortega et al. (2023), mostró una correlación inversa con la procrastinación académica (Rho = -0,301; $p < 0,01$) y una correlación positiva con la autorregulación (Rho = 0,345; $p < 0,01$), lo que sugiere que los estudiantes optimistas tienden a posponer menos sus actividades académicas y a gestionar mejor su tiempo y responsabilidades. Estos hallazgos evidencian que el optimismo, entendido como la tendencia a esperar resultados positivos en el futuro y a afrontar las situaciones con una actitud de esperanza y confianza, se relaciona directamente con el manejo eficaz del estrés académico, ya que los estudiantes optimistas enfrentan las demandas universitarias con mayor seguridad, perciben los retos como oportunidades de aprendizaje y mantienen la motivación para cumplir sus objetivos, lo cual disminuye los niveles de ansiedad y preocupación excesiva. Además, al presentar una mayor autorregulación y menor procrastinación, logran organizar sus actividades de manera anticipada, reduciendo la sobrecarga académica y evitando el estrés asociado con la acumulación de tareas pendientes. En este sentido, el optimismo actúa como un recurso personal protector que facilita el afrontamiento adaptativo del estrés y favorece el bienestar emocional y académico.

Por tanto, sería adecuado fomentar actividades y programas que fortalezcan el optimismo como recurso protector frente al estrés académico, incentivando una visión positiva y esperanzadora ante los retos universitarios. Estas iniciativas podrían incluir talleres de psicología positiva, ejercicios de gratitud y reestructuración cognitiva para identificar pensamientos negativos y transformarlos en enfoques más constructivos, así como dinámicas grupales orientadas a reconocer logros personales y proyectar metas alcanzables. Además, se podría integrar el entrenamiento en autorregulación emocional y manejo del tiempo, de modo que los estudiantes aprendan a mantener la motivación y organizar sus actividades con anticipación, reduciendo la procrastinación y, por ende, el estrés académico. Implementar este tipo de actividades no solo fortalecería el optimismo como recurso personal, sino que también potenciaría la autorregulación, el bienestar emocional y el desempeño académico de los estudiantes.

La autorregulación, estrechamente vinculada con la organización del tiempo, fue resaltada por Pedraza et al. (2014), quienes encontraron que el 83,3% de los estudiantes presentaba niveles excelentes en habilidades para enfrentar el estrés. Esta capacidad facilita la gestión de situaciones difíciles y promueve un entorno emocionalmente estable, lo cual resulta fundamental frente al estrés académico crónico y a las exigencias sostenidas del entorno universitario. A su vez, la autorregulación se relaciona estrechamente con habilidades metacognitivas, que permiten a los estudiantes monitorear su progreso, ajustar sus estrategias de estudio y mantener la motivación intrínseca. Por ello, sería necesario desarrollar programas de autorregulación y manejo del tiempo como parte de la formación integral, con el fin de potenciar la capacidad de adaptación y el rendimiento en contextos altamente demandantes. En este sentido, se recomienda que las universidades desarrollen módulos obligatorios desde los primeros semestres, enfocados en técnicas de organización del tiempo, planificación académica y regulación emocional. Estos módulos deben incluir estrategias prácticas de estudio, manejo del estrés, reflexión metacognitiva y control de la procrastinación. También sería útil implementar plataformas virtuales con recursos interactivos, así como tutorías personalizadas que acompañen el desarrollo de estas competencias a lo largo del proceso formativo del estudiante.

La resiliencia, analizada por Martínez et al. (2024), demostró que factores como la cohesión familiar y el apoyo social moderaron el impacto del estrés sobre el rendimiento académico. Su estudio encontró un GPA promedio de 8,8 (DE = 0,75), confirmando el rol protector de la resiliencia ante situaciones estresantes. Este hallazgo subraya que, incluso en contextos adversos, los estudiantes que poseen redes de apoyo sólidas y habilidades de afrontamiento efectivas tienen más posibilidades de mantener su rendimiento y bienestar. Por lo tanto, sería recomendable desarrollar programas que fortalezcan esta capacidad, integrando habilidades de afrontamiento, autorregulación y redes de apoyo que amortigüen los efectos negativos del estrés académico persistente. En este sentido, las universidades podrían ofrecer talleres vivenciales sobre resiliencia, manejo de la frustración, resolución de problemas y crecimiento postraumático. También podrían organizar grupos de apoyo entre pares guiados por profesionales, y generar campañas institucionales que visibilicen historias de superación, fortaleciendo así una cultura que valore la resistencia emocional y la adaptación positiva frente a la adversidad.

El compromiso académico, también abordado por Mora y Martell (2022), se asoció positivamente con el afrontamiento del estrés y con factores como involucramiento y resiliencia, explicando un 47,87% de la varianza total ($\alpha = 0,821$). Este vínculo sugiere que los estudiantes que se sienten emocional y cognitivamente conectados con su proceso formativo desarrollan mayores capacidades para sobrellevar los desafíos académicos. Esto refleja su papel clave no solo en el rendimiento, sino también en la estabilidad emocional de los estudiantes. En consecuencia, sería pertinente promover actividades y estrategias que fortalezcan el compromiso académico, incrementando la motivación, el sentido de pertenencia y la capacidad para enfrentar la presión académica sostenida. Para ello, es fundamental fomentar metodologías activas de enseñanza como el aprendizaje basado en proyectos, retos o casos prácticos, que involucren al estudiante en su proceso. A su vez, se sugiere fortalecer la vinculación entre estudiantes y docentes mediante tutorías, reconocimiento institucional y espacios de diálogo académico. La participación en semilleros de investigación, clubes académicos o representación estudiantil también puede fortalecer el compromiso y consolidar un entorno que estimule la perseverancia y el logro académico.

En este sentido, el tercer sub-eje, relacionado con las estrategias de afrontamiento, agrupa estrategias como las pausas activas, la musicoterapia y el apoyo social. Estas se consideran recursos externos que contribuyen significativamente a disminuir la tensión y a promover espacios de bienestar físico, emocional y social a lo largo de la vida universitaria.

El afrontamiento se ha identificado como una estrategia esencial para el manejo efectivo del estrés académico y su impacto en el rendimiento estudiantil. Lemos et al. (2024) destacan que los estudiantes que utilizan afrontamiento adaptativo, tanto emocional como conductual, tienden a gestionar mejor las demandas académicas, ya que este tipo de afrontamiento les permite organizarse, persistir ante los desafíos y mantener la motivación interna, elementos clave para lograr un desempeño académico exitoso. Por su parte, Martínez et al. (2024) señalan que las estrategias de afrontamiento centradas en la solución de problemas y en la búsqueda de apoyo social favorecen la reducción del estrés, al permitir que los estudiantes enfrenten las dificultades con un enfoque más estructurado y con mayor sensación de control, lo que contribuye a disminuir la ansiedad y facilita la concentración y el aprendizaje. Además, Mora y Martell (2022) plantean que el afrontamiento proactivo, caracterizado por anticiparse a las tareas, planificar y establecer

prioridades, no solo minimiza el impacto negativo del estrés, sino que también fortalece la confianza académica y la percepción de autoeficacia, factores fundamentales para mantener un alto rendimiento y evitar el agotamiento emocional. Estos hallazgos evidencian que el afrontamiento, en sus diversas formas, no solo actúa como un recurso para manejar el estrés de manera saludable, sino que también potencia el desarrollo de competencias académicas y personales que favorecen la adaptación y el éxito en la vida universitaria. Se recomienda que las instituciones de educación superior implementen programas de orientación y acompañamiento académico que incluyan el fortalecimiento de estrategias de afrontamiento en los estudiantes, promoviendo el desarrollo de habilidades para la solución de problemas, la búsqueda de apoyo social y la planificación proactiva de sus tareas académicas. Estas intervenciones permitirían que los estudiantes gestionen de manera más efectiva el estrés académico, incrementen su sensación de control y autoeficacia, y, en consecuencia, mejoren su rendimiento académico y su bienestar emocional.

En relación con las pausas activas, Almeida et al. (2019) demostraron que su implementación dos veces por semana durante dos meses incrementó tanto el rendimiento académico como la actividad física intensa (de 13% a 22,22%), al mismo tiempo que redujo los síntomas de estrés y mejoró la concentración. Estas estrategias son especialmente útiles para contrarrestar el agotamiento mental asociado a largas jornadas de estudio, y se alinean con las recomendaciones de la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2021), que promueve la actividad física regular como parte de una vida académica saludable. Por tanto, es recomendable que las instituciones establezcan rutinas institucionalizadas de pausas activas en clases prolongadas o jornadas académicas intensas, incluso mediante cronogramas visibles. Pueden incorporarse ejercicios de estiramiento, respiración consciente y movilidad guiada, promovidos por los docentes o monitores entrenados. Además, se sugiere habilitar zonas verdes o salas de pausa en los campus donde los estudiantes puedan desconectarse y recargar energía durante el día académico.

En cuanto a la musicoterapia, Mora y Martell (2022) evidenciaron que los estudiantes reportaron menor nerviosismo, mayor capacidad para organizar ideas, gestionar el tiempo y enfrentar exámenes con mayor serenidad, lo cual se tradujo en un mejor desempeño académico. Esta estrategia resulta particularmente eficaz ante la ansiedad de evaluación, una forma frecuente de estrés académico, y ha sido respaldada en la literatura por su capacidad para regular los niveles

de cortisol, disminuir la tensión muscular y promover un estado de calma. Por ello, se sugiere incluir sesiones de musicoterapia institucionales en períodos de alta exigencia, como evaluaciones finales. Estas pueden estar dirigidas por profesionales en música o psicología, y desarrollarse en espacios adaptados con ambientación sensorial. También se recomienda crear listas musicales oficiales para concentración y relajación, y fomentar actividades musicales colectivas que fortalezcan el sentido de comunidad y bienestar emocional estudiantil.

El apoyo social fue identificado como un recurso fundamental por Morrison et al. (2020) y Macbani et al. (2018). Estos últimos hallaron que el 93% de los estudiantes presentaba niveles altos de estrés académico, con síntomas como somnolencia (31%) y trastornos del sueño (22%), recomendando estrategias de afrontamiento acompañadas de redes de apoyo social para mitigar estos efectos. La presencia de vínculos significativos y recursos humanos cercanos facilita la expresión emocional, la contención psicológica y el desarrollo de sentido de pertenencia, elementos cruciales para enfrentar la presión académica. Así, sería beneficioso fortalecer los programas de apoyo en el entorno universitario, como tutorías, mentorías y grupos de acompañamiento, que actúen como redes de contención emocional y académica frente a la sobrecarga y el aislamiento. Se sugiere implementar un sistema formal de mentorías por parte de docentes y estudiantes avanzados, además de promover la formación de comunidades académicas colaborativas. La creación de espacios de conversación grupal, así como la capacitación de personal en escucha activa, contribuiría a mejorar la calidad de las interacciones sociales dentro del campus y generar una atmósfera más empática.

Resulta preocupante que el manejo del estrés y la organización del tiempo no se aborden desde el inicio de la formación universitaria. Estas habilidades deberían constituir elementos esenciales del currículo, no solo como medidas reactivas para quienes ya se encuentran en crisis, sino como herramientas preventivas para toda la comunidad estudiantil. Promover espacios de escucha, acompañamiento emocional y formación en estrategias de autorregulación contribuiría no solo a mejorar el rendimiento académico, sino también a la formación de profesionales más sanos, resilientes y conscientes de sus propios límites.

Conclusiones

La presente revisión sistemática sobre la relación entre rendimiento académico y estrés en estudiantes universitarios latinoamericanos (2014-2024) permitió evidenciar que el estrés académico es un fenómeno complejo, influido por múltiples dimensiones.

En primer lugar, se evidenció una diferencia significativa entre géneros en cuanto a la vivencia del estrés académico. Los estudios revisados reportaron que las mujeres universitarias tienden a experimentar niveles más altos de estrés en comparación con los hombres. Esta diferencia puede explicarse por una mayor sensibilidad ante las demandas académicas, la presión social, y factores biopsicosociales que afectan la manera en que enfrentan los retos académicos. Asimismo, las mujeres fueron más propensas a reportar síntomas físicos y emocionales como ansiedad, insomnio y fatiga, lo que repercute negativamente en su rendimiento académico.

Asimismo, se concluyó que las carreras del área de la salud, especialmente Medicina y Enfermería, presentan los niveles más altos de estrés académico, atribuibles a su alta exigencia teórica y práctica, largas jornadas, contacto constante con pacientes y la presión por resultados sobresalientes, factores que afectan su bienestar psicológico y desempeño.

En cuanto al impacto de la pandemia por COVID-19, los estudios revisados mostraron que la educación virtual incrementó el estrés debido al aislamiento social, la falta de experiencia con plataformas digitales, sobrecarga académica, mala conectividad y poca interacción con docentes y compañeros, generando desmotivación, dificultades de concentración, ansiedad e insomnio, que deterioraron su rendimiento académico.

Además, se evidenció que el estrés se somatiza en síntomas físicos como dolores musculoesqueléticos, cefaleas, bruxismo y problemas digestivos, afectando la concentración y desempeño en clase. Esto reafirma la necesidad de abordarlo desde un enfoque integral que incluya dimensiones psicológicas y físicas.

Es por eso que, en la revisión sistemática se evidenció una predominancia clara de estudios cuantitativos frente a los cualitativos en el abordaje del estrés académico y el rendimiento en estudiantes universitarios latinoamericanos. Esta tendencia metodológica, aunque comprensible por la facilidad de aplicación, la tradición investigativa en las disciplinas implicadas y las exigencias editoriales de muchas revistas científicas, representó una limitación significativa en la

comprensión integral del fenómeno. Los enfoques cuantitativos tienden a centrarse en resultados medibles como calificaciones, promedios o frecuencias de síntomas, dejando de lado las dimensiones emocionales, personales y contextuales que moldean profundamente la experiencia del estudiante.

Como limitaciones de la presente revisión, se reconoció la heterogeneidad metodológica de los estudios analizados, tanto en instrumentos como en diseños de investigación y muestras estudiadas. Esta variabilidad dificulta la comparación directa de resultados y la generalización a todas las poblaciones universitarias latinoamericanas. Asimismo, algunos artículos no midieron directamente la relación entre estrés y rendimiento, sino que exploraron su coexistencia, lo cual delimita la fuerza de las conclusiones correlacionales. Otra limitación importante fue la falta de estudios cualitativos profundos que permitan comprender la experiencia subjetiva del estrés académico, sus significados y las estrategias de afrontamiento desde las voces de los estudiantes, lo que enriquecería la comprensión de este fenómeno.

Además, se evidenció la escasez de estudios longitudinales que analicen los efectos del estrés en el rendimiento académico a lo largo de la trayectoria universitaria, impidiendo observar su impacto en distintos momentos formativos. Esta limitación metodológica se hizo aún más evidente cuando se consideraron los hallazgos relacionados con la percepción subjetiva del estrés académico. En numerosos estudios analizados, se observó que el rendimiento académico no siempre se ve afectado de manera inmediata por el estrés; sin embargo, la forma en que el estudiante interpreta, percibe y siente la presión académica resulta decisiva para su bienestar emocional y psicológico. Muchos estudiantes con desempeños aceptables o incluso destacados manifestaron sensaciones de agotamiento, ansiedad, frustración o miedo al fracaso, revelando que el verdadero impacto del estrés no siempre es visible en sus calificaciones, sino en su vivencia interna y en su estado mental.

Esta percepción negativa, muchas veces alimentada por la autoexigencia, la comparación con pares, las expectativas familiares o sociales, puede derivar en una serie de consecuencias emocionales acumulativas, como la desmotivación, la pérdida de confianza en sí mismos, el insomnio, los síntomas psicosomáticos o incluso la deserción. Este deterioro no es fácilmente cuantificable, pero afecta profundamente la experiencia universitaria y el desarrollo personal del estudiante. Es en este punto donde la investigación cualitativa adquirió un valor irremplazable, ya

que permite captar con mayor profundidad y sensibilidad la complejidad de estos procesos internos.

Respecto a la edad como factor clave, los estudiantes más jóvenes (17-21 años) presentaron mayores niveles de estrés, ya que esta etapa corresponde al ingreso inmediato tras finalizar la educación secundaria, reforzada por las estructuras educativas y las presiones familiares y sociales. Sin embargo, muchos no han desarrollado aún habilidades de gestión emocional, autonomía o adaptación a ambientes académicos exigentes, lo que incrementó su vulnerabilidad, genera ansiedad y afecta su desempeño. Por otro lado, los estudiantes de mayor edad, aunque experimentaron estrés por responsabilidades laborales y familiares, tienden a tener mayor madurez emocional, estrategias de afrontamiento consolidadas y motivación orientada al logro profesional, actuando la edad en estos casos como factor protector, favoreciendo su rendimiento a pesar del estrés. En síntesis, la edad influyó bidireccionalmente: en los estudiantes jóvenes, su menor madurez incrementó el estrés y reduce su rendimiento, mientras que en los de mayor edad, su experiencia y habilidades de afrontamiento contribuyó a un rendimiento más estable.

Por otra parte, la realización de esta revisión sistemática representó un proceso de aprendizaje académico y personal profundo. El trabajo en equipo permitió a los investigadores reconocer fortalezas individuales, compartir conocimientos y distribuir responsabilidades, pero también enfrentaron dificultades para coincidir en horarios, diferencias de ritmo y tensiones.

Una de las principales limitaciones fue el tiempo, ya que el proceso demandó muchas horas de búsqueda, lectura, análisis y síntesis. A esto se sumaron los problemas de conectividad y electricidad, dado que los encuentros fueron virtuales y los integrantes del equipo residen en municipios con limitaciones tecnológicas, lo cual afectó la continuidad de las reuniones. Se experimentaron momentos de frustración ante las observaciones negativas de los jurados y la asesora, lo que generó desánimo y preocupación. Sin embargo, cada corrección fue asumida como una oportunidad para mejorar, lo que permitió desarrollar resiliencia, disciplina y un mayor empoderamiento sobre el tema trabajado.

Recomendaciones

En cuanto a futuras investigaciones, se recomienda fomentar el desarrollo de estudios cualitativos y de enfoque mixto. Dado el predominio de estudios cuantitativos identificados, se

recomienda fortalecer la producción académica cualitativa o de enfoque mixto que explore de manera más profunda las experiencias subjetivas, emocionales y contextuales del estrés académico, incluyendo entrevistas, grupos focales o narrativas estudiantiles. Asimismo, se sugiere desarrollar estudios que analicen el estrés académico y su relación con el rendimiento a lo largo del tiempo, permitiendo observar su evolución y posibles cambios durante los diferentes ciclos o semestres universitarios.

Por otro lado, se recomienda que los estudios futuros no solo consideren el género como un dato estadístico, sino que lo incluyan como un aspecto clave al interpretar los resultados, ya que se encontraron diferencias importantes entre hombres y mujeres en cómo experimentan el estrés.

Se sugiere que las facultades, especialmente en áreas como Medicina, Enfermería, puedan adaptar sus programas para incluir pausas activas, tutorías emocionales, horarios más equilibrados y acompañamiento psicológico especializado. Se hace necesario implementar servicios de salud mental accesibles, permanentes y adecuados para las necesidades reales de los estudiantes. También es clave establecer protocolos de atención emocional ante situaciones críticas como pandemias, crisis familiares o académicas.

Adicionalmente, se recomienda al cuerpo docente y administrativo recibir formación para identificar síntomas físicos y emocionales asociados al estrés (como insomnio, dolores musculares, ansiedad o fatiga) y derivar oportunamente a los servicios de apoyo institucional. Se sugiere que las instituciones educativas trasciendan el uso exclusivo de las calificaciones como indicador de desempeño académico, incorporando evaluaciones integrales que contemplen no solo los resultados cuantitativos, sino también aspectos como la motivación, el esfuerzo, el contexto personal y el bienestar emocional de los estudiantes, con el fin de promover una formación más humana, equitativa y orientada al desarrollo integral. Se recomienda integrar talleres o módulos sobre inteligencia emocional, gestión del tiempo, afrontamiento del estrés y autorregulación, como parte del currículo o como actividades extracurriculares sistemáticas.

Referencias

Aguirre, E. (2023). *Cuáles son los países latinoamericanos*. Unprofesor.com. https://www.unprofesor.com/ciencias-sociales/cuales-son-los-paises-latinoamericanos-5833.html

Albán, J. & Calero, J. (2017). El rendimiento académico: aproximación necesaria a un problema pedagógico actual. *Revista Conrado*, 13(58), 213-220. http://conrado.ucf.edu.cu/index.php/conrado

Almeida, A., Gafaro, A., & Angulo, M. (2019). Pausa activa como factor de cambio asociado a estilo de vida saludable en estudiantes de medicina. *Revista Internacional de Humanidades Médicas*, 7(2), 75–81. https://doi.org/10.37467/gka-revmedica.v7.1932

Arias, A., & Guadalupe, S. (2023). Estrés académico y autoestima en estudiantes de enfermería. *Ibero-American Journal of Education & Society Research*, 4(1), e658. https://doi.org/10.56183/iberoeds.v4i1.658

Ashqui, A., Zambrano, M., Vallejo, T., Figueroa, P., Salazar, R., & Alvarado, J. (2024). Influencia de la salud emocional en el rendimiento académico. *Latam Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 5(2), 1154–1166. https://doi.org/10.56712/latam.v5i2.1942

Aveyard, H. (2014). Doing a literature review in health and social care: A practical guide. *McGraw-Hill Education (UK).* https://neuroeconomix.com/es/que-es-una-revision-de-la-literatura-revision-sistematica-revision-exploratoria-revision-narrativa-son-lo-mismo/

Barraza, A. (2006). Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico. *Rev Electron Psicol Iztacala*, 9(3), 110-129. www.revistas.unam.mx/index.php/repi/article/download/19028/18052

Belhumeur, S., Barrientos Segura, A., & Retana, A. (2016). Niveles de estrés de la población estudiantil en Costa Rica. *Psychology, Society & Education*, 8(1), 13–22. https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5417373

Beltrán, E., Pérez, A., & Peralta, E. (2024). Validation of an instrument using exploratory factor analysis to measure technostress. *Health Leadership and Quality of Life*, 3, 426. https://doi.org/10.56294/hl2024.426

Berrío, N. y Mazo, R. (2011). Estrés académico. *Revista de Psicología Universidad de Antioquia*, 3(2), 65–82. http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2145-48922011000200006

Calatayud, A., Apaza, E., Huaquisto, E., Belizario, G., & Inquilla, J. (2022). Estrés como factor de riesgo en el rendimiento académico en el estudiantado universitario (Puno, Perú). *Revista Educación*, 46(2), 114–132. https://doi.org/10.15517/revedu.v46i2.47551

Camas, V., Cedeño, Y., Chavarría, O., Calvache, K., & Velasco, A. (2024). Factores psicosociales de la salud mental postpandemia. *Revista Científica de Psicología Nuna yachay*, 6(12), 1–26. https://doi.org/10.56124/nuna-yachay.v6i12.002

Chaquinga, E., & Mejía, A. (2023). Optimismo y procrastinación académica en universitarios. *Latam Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 4(2), 3425–3438. https://doi.org/10.56712/latam.v4i2.845

Colegio Colombiano de Psicólogos. (2024). *Campos disciplinares y profesionales*. https://www.colpsic.org.co/campos/campos-disciplinares-y-profesionales/

Delgado, R., & Agudo, Q. (2024). El estrés en el rendimiento académico de estudiantes de primer ingreso. *Revista Latinoamericana de Calidad Educativa*, 1(3), 186–191. https://doi.org/10.70625/rlce/64

Díaz, I., Iraola, I., Ramos, J., & Díaz, R. (2024). Relación entre el trastorno de juego por internet, el rendimiento académico y el género. *Revista Ibérica de Sistemas e Tecnologías de Informação*, (E68), 15–27. https://www.researchgate.net/publication/381760319

Díaz, Y. (2010). Estrés académico y afrontamiento en estudiantes de Medicina. *Humanidades Médicas*, 10(1), 1-17. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1727-81202010000100007&lng=es&tlng=es

Dialnet: introducción. (2022). *Biblioteca Universitaria*. https://biblioguias.ulpgc.es/dialnet

Domínguez, R., Guerrero, G., & Domínguez, J. (2015). Influencia del estrés en el rendimiento académico. *Educación y Ciencia*, 4(43), 31–40. https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9119524

Durán, R., & Mamani, V. (2021). Hábitos alimentarios, actividad física y su asociación con el estrés académico. *Revista Chilena de Nutrición*, 48(3), 389-395. https://doi.org/10.4067/S0717-75182021000300389

Escobar, E., Soria, B., López, G., & Peñafiel, D. (2018). Manejo del estrés académico; revisión crítica. *Revista Atlante: Cuadernos de Educación y Desarrollo*. https://www.eumed.net/rev/atlante/2018/08/estres-academico.html

Espinoza, J., Hernández, J., Rodríguez, J., Chacín, M., & Bermúdez, V. (2020). Influencia del estrés sobre el rendimiento académico. *Archivos Venezolanos de Farmacología Terapéutica*, 39(1), 63-69. https://doi.org/10.5281/zenodo.4065032

Espinoza, E. (2020). La búsqueda de información científica en las bases de datos académicas. *Revista Metropolitana de Ciencias Aplicadas*, 3(1), 31-35.

Estrada, E., Ayay, G., Cruz, E., & Paricahua, J. (2024). Estresores académicos y estilos de vida de estudiantes universitarios. *Retos*, 59, 1132–1139. https://doi.org/10.47197/retos.v59.1132

Estrada, E., Larico, G., Roman, N., & Ticona, E. (2024). Afrontamiento al estrés y autoeficacia como predictores de satisfacción académica. *Salud, Ciencia y Tecnología*, 4, 840. https://doi.org/10.56294/saludcyt2024840

Franco, A. (2023). Google Académico: el buscador especializado para la ayuda a la investigación. *Hosp Domic*, 7(1), 35-47. http://doi.org/10.22585/hospdomic.v7i1.188

Gutiérrez, A., & Amador, M. (2016). Estudio del estrés en el ámbito académico para la mejora del rendimiento estudiantil. *Quipuramayoc*, 24(45), 23-28.

Gutiérrez, D., Díaz, J., & López, J. (2021). Indicadores de deserción universitaria y factores asociados. *EducaT: Educación Virtual, Innovación y Tecnologías*, 2(1), 15-26. https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9105375

Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, M. (2014). *Metodología de la investigación*. México D.F.: McGraw-Hill. https://uv4.unicesmag.edu.co/pluginfile.php/474833/mod_resource/content/1/Cap.4-Investigaci%C3%B3n%20cuantitativa%20y%20cualitativa.pdf

Huañec, C., Ayma, V., & Caballero, S. (2021). Association between self-reported bruxism and academic performance. *Journal of Oral Research*, 10(4), 1–11. https://doi.org/10.17126/joralres.2021.048

Idrogo, D., & Asenjo, J. (2021). Relación entre inteligencia emocional y rendimiento académico en estudiantes peruanos. *Revista Científica de Psicología y Educación*, 11(32), 69-79. https://doi.org/10.53287/ryfs1548js42x

Jiménez, L. (2010). Estrés en estudiantes de farmacia de la Universidad de Costa Rica. *Actualidades Investigativas en Educación*, 10(2), 1-29. https://doi.org/10.15517/AIE.V10I2.10114

Kitchenham, B. (2004). *Procedures for Performing Systematic Reviews*. Keele University. https://www.researchgate.net/publication/228756057_Procedures_for_Performing_Systematic_Reviews

Lemos, M., Zapata, C., & Delgado, L. (2024). Evaluación del estrés académico y rendimiento en estudiantes universitarios. *Psicogente*, 27(51), 1-21. https://doi.org/10.17081/psico.27.51.6464

León, M., & Zolano, M. (2021). Actividad física en confinamiento por COVID-19 para reducir estrés. *Revista de Investigación Académica Sin Frontera*, (35), 1–16. https://doi.org/10.46589/rdiasf.vi35.394

Ley 1090 del 2006. *Por la cual se reglamenta el ejercicio de la profesión de Psicología, se dicta el Código Deontológico y Bioético y otras disposiciones*. 6 de septiembre de 2006. D.O. No. 46.383. https://www.funcionpublica.gov.co/eva/gestornormativo/norma.php?i=66205

Macbani, P., Ruvalcaba, J., Vásquez, P., Ramírez, A., González, K., Arredondo, K., Monroy, K., Tandehuitl, N., García, M., & Trejo, A. (2018). Estrés académico en estudiantes de Odontología. *Jonnpr*, 3(7), 522–530. https://doi.org/10.19230/jonnpr.2512

Martínez, G., Lara, M., Orozco, R., & Martínez, A. (2023). The role of resilience in stressful life events and academic performance. *Behavioral Psychology / Psicología Conductual*, 32(2), 301–320. https://doi.org/10.51668/bp.8324205n

Mendoza, A. (2022). Estrés y rendimiento académico en pandemia. *Holopraxis*, 6(1), 57. https://revista.uniandes.edu.ec/ojs/index.php/holopraxis/article/view/3012/pdf

Mena, P., Cáceres, P., Reinoso, K., & Ríos, A. (2023). Factores relacionados entre rendimiento académico y transportación. *Gaceta Médica Estudiantil*, 4(3), e341. http://www.revgacetaestudiantil.sld.cu/index.php/gme/article/view/341

Montero, E., Villalobos, J., & Valverde, A. (2007). Factores institucionales, pedagógicos, psicosociales y sociodemográficos asociados al rendimiento académico. *Relieve*, 13(2). https://www.uv.es/RELIEVE/v13n2/RELIEVE%20v13n2_5.htm

Mora, J., & Martell, J. (2022). Diseño y validación de instrumento para medir el compromiso académico. *Psicogente*, 25(48), 1-23. https://doi.org/10.17081/psico.25.48.5094

Mora, R. (2015). Factores que intervienen en el rendimiento académico universitario: Un estudio de caso. *Opción*, 31(6), 1041-1063. http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=31045571059

Morrison, R., et al. (2020). Effects of active meditation on stress indicators in Chilean health sciences students. *Revista de la Facultad de Medicina*, 68(4), 505–511. https://doi.org/10.15446/revfacmed.v68n4.77122

Neill, D. & Suarez, L. (2017). *Procesos y fundamentos de la investigación científica*. Editorial Utmach. https://uv4.unicesmag.edu.co/pluginfile.php/474833/mod_resource/content/1/Cap.4-Investigaci%C3%B3n%20cuantitativa%20y%20cualitativa.pdf

Obando, J. & Calero, J. (2017). *El rendimiento académico: aproximación necesaria a un problema pedagógico actual*. Universidad Católica del Ecuador. File:///C:/Users/DELL/Downloads/498-Texto%20del%20art%C3%ADculo-1108-1-10-20170531.pdf

Olmos, J., Peña, P., & Daza, J. (2018). Factores estresores y síntomas somáticos en universitarios de Palmira. *Educación Médica Superior*, 32(3), 157–170. https://www.researchgate.net/publication/330170905

Ortega, D., Pérez, M., & Moreno Tapia, J. (2023). Repercusión del estrés y ansiedad en estudiantes de enfermería. *Revista Metropolitana de Ciencias Aplicadas*, 6(2), 209-216. https://www.redalyc.org/pdf/7217/721778126022.pdf

Page, M., McKenzie, J., Bossuyt, P., Boutron, I., Hoffmann, C., Mulrow, C., Shamseer, L., Tetzlaff, J., Akl, E., Brennan, S., Chou, R., Glanville, J., Grimshaw, J., Hróbjartsson, A., Lalu, M., Li, T., Loder, E., Mayo, E., McDonald, S., Moher, D. (2021). Declaración PRISMA 2020: una guía actualizada para revisiones sistemáticas. *Revista Española de Cardiología*, 74(9), 790-799. https://doi.org/10.1016/j.recesp.2021.06.016

Peña, T., & Pirela, J. (2007). La complejidad del análisis documental. *Información, cultura y sociedad*, (16), 55-81. https://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1851-17402007000100004&lng=es&tlng=es

Pedraza, L., Socarrás, X., Fragozo, A., & Vergara, M. (2014). Caracterización de las habilidades sociales en estudiantes de psicología. *Tesis Psicológica*, 9(2), 190–201. https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=139039784013

Pérez, J., Ortiz, R., Torales, J., & Barrios, I. (2024). Salud mental en estudiantes de Kinesiología y Fisioterapia. *Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria*, 18(1), 55–67. http://dx.doi.org/10.18004/rdn2024.may.02.055.067

Pérez, M. A., & Urrejola-Contreras, G. P. (2024). The impact of employment on learning environments of nursing students. *Educación Médica*, 25, 100951. https://doi.org/10.1016/j.edumed.2024.100951

Pinto, E., Villa, A., & Pinto, H. (2022). Estrés académico en estudiantes de la Universidad de La Guajira. *Revista de Ciencias Sociales*, 28(5), 87-98. https://www.redalyc.org/journal/280/28071845007/

Plataforma de investigación EBSCOhost | EBSCO. (s. f.). *EBSCO Information Services, Inc*. www.ebsco.com/es.

ProQuest. (s.f.). *Acerca de quiénes somos*. https://about.proquest.com/es-es/about/who-we-are/

Quishpe, L., Alban, S., & Baldassari, A. (2023). Consecuencias en la salud mental debido a la educación virtual en pandemia. *Revista Kronos*, 3(2), 69–80. https://doi.org/10.29166/kronos.v3i2.4005

Ramírez, N. (2015). Ansiedad bibliotecaria en estudiantes universitarios. *Revista Interamericana de Bibliotecología*, 38(3), 227–236. https://doi.org/10.17533/udea.rib.v38n3a07

Rodríguez, E., & Sánchez, M. (2022). Bienestar psicológico en estudiantes de primeros ciclos de Lima. *Propósitos y Representaciones*, 10(3), e1705. https://doi.org/10.20511/pyr2022.v10n3.1705

Ruvalcaba, J., Copca, A., Canales, C. A., Trejo, A., Muller, A., Mendoza, A., & Reynoso, J. (2017). El síndrome de Burnout como factor influyente en el rendimiento académico del estudiante universitario. *Educación Y Salud Boletín Científico Instituto De Ciencias De La Salud Universidad Autónoma Del Estado De Hidalgo*, 5(10). https://doi.org/10.29057/icsa.v5i10.2542

Sarubbi, E., & Castaldo, R. (2013). Factores causales del estrés en los estudiantes universitarios. *Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires*. https://www.aacademica.org/000-054/466

Silva, M., López, J., & Columba, M. (2019). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Investigación y Ciencia*, 28(79), 75-83. https://www.redalyc.org/journal/674/67462875008/

Solís, I. (1986). El análisis documental como eslabón para la recuperación de información y los servicios. *Universidad de La Habana*. http://www.monografias.com/trabajos14/analisisdocum/analisisdocum.shtml

Suárez, O., & Ramírez, H. (2020). Estrés académico en estudiantes de Física en ingeniería: Colombia y México. *Revista Científica*, 39(3), 341-352. https://doi.org/10.14483/23448350.159891

Tejada, S., Díaz, R., Huyhua, S., Hinojosa, C., & Vega, A. (2022). Beneficios de la musicoterapia en estudiantes de enfermería. *Medicina Naturista*, 16(1), 21-26. https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8257029

Trunce, S., Villarroel, G., Arntz, J., Muñoz, S., & Werner, K. (2020). Niveles de depresión, ansiedad, estrés y su relación con el rendimiento académico. *Investigación en Educación Médica*, 9(36), 8-16. https://www.redalyc.org/jatsRepo/3497/349765723002/349765723002.pdf

Zaruma, M., Santana, L., & Toala, M. (2023). Estrés y rendimiento académico de estudiantes UNESUM. *Polo del Conocimiento*, 8(2), 1162–1181. https://doi.org/10.23857/pc.v8i2

Zárate, N., Soto, M., Castro, M., & Quintero, J. (2017). Estrés académico en estudiantes universitarios: Medidas preventivas. *Revista de Alta Tecnología y la Sociedad*, 9(4), 92-98.

Apéndices

Apéndice 1.

Fichas de Análisis Documental de los Artículos Revisados.

Ficha 1

FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL	
Nombre del documento	Caracterización de las habilidades sociales en estudiante de psicología de una universidad pública del Distrito de Santa Marta.
Autor	Lilibeth Pedraza Ximena Socarrás, Andrés Fragozo Mariangelica Vergara
Referencia bibliográfica según norma APA	Pedraza, L., Socarrás, X., Fragozo, A., & Vergara, M. (2014). Caracterización de las habilidades sociales en estudiantes de psicología de una universidad pública del Distrito de Santa Marta. Tesis Psicológica, 9(2), 190–201.
Palabras claves de búsqueda	"Rendimiento académico" AND "estrés" AND "estudiantes universitarios latinoamericanos".
Palabras clave de texto	Teoría de la Mente, Trastorno por Déficit de Atención-Hiperactividad, funciones ejecutivas, falsa creencia, lenguaje pragmático.
Ubicación (dirección electrónica especifica) y/o clasificación topográfica de la biblioteca donde se encuentra	Redalyc uhttps://www.redalyc.org/articulo.oa?id=139039784013
Descripción del aporte al tema seleccionado	Este trabajo resalta la importancia del desarrollo de habilidades sociales como herramientas clave para enfrentar el estrés académico. Al evidenciar que los estudiantes con habilidades sociales sólidas manejan mejor la presión universitaria, se propone la inclusión de programas formativos orientados a potenciar estas competencias.

	Esto apoya la idea de que fortalecer las habilidades sociales contribuye directamente al bienestar y al desempeño académico en contextos latinoamericanos universitarios.
Conceptos abordados	Estudiantes universitarios

Ficha 2

FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL	
Nombre del documento	Ansiedad bibliotecaria en estudiantes universitarios
Autor	Néstor Holmes Ramírez
Referencia bibliográfica según norma APA	Ramírez, N. (2015). Ansiedad bibliotecaria en estudiantes universitarios. Revista Interamericana de Bibliotecología, 38(3), 227–236. https://doi.org/10.17533/udea.rib.v38n3a07
Palabras claves de búsqueda	"Rendimiento académico" AND "estrés" AND "estudiantes universitarios latinoamericanos".
Palabras clave de texto	Ansiedad bibliotecaria, estudiantes universitarios, usuarios de la información, bibliotecas universitarias, servicios bibliotecarios, estudios de usuarios.
Ubicación (dirección electrónica especifica) y/o clasificación topográfica de la biblioteca donde se encuentra	ProQuest https://doi.org/10.17533/udea.rib.v38n3a07
Descripción del aporte al tema seleccionado	Este estudio aporta una visión específica sobre un tipo de ansiedad académica poco explorada en Latinoamérica: la ansiedad bibliotecaria. Ofrece evidencia empírica de cómo variables sociodemográficas como edad y nivel académico influyen en la percepción de ansiedad, lo cual puede ser útil para complementar estudios sobre estrés académico general y su efecto en el rendimiento

	universitario, contribuyendo así a un análisis más integral del entorno psicoeducativo.
Conceptos abordados	Ansiedad, estudiantes universitarios.

Ficha 3

FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL	
Nombre del documento	Población estudiantil de la Universidad de Costa Rica: características socio-personales e intereses en torno a su desarrollo personal
Autor	Noilin Molina Rojas
Referencia bibliográfica según norma APA	Molina, N. (2015). Población estudiantil de la Universidad de Costa Rica: características socio-personales e intereses en torno a su desarrollo personal. Actualidades Investigativas en Educación, 15(3), 1–26. https://doi.org/10.15517/aie.v15i3.20985
Palabras claves de búsqueda	"Rendimiento académico" AND "estrés" AND "estudiantes universitarios latinoamericanos".
Palabras clave de texto	Estudiantes universitarios, adultez emergente, adultez joven, desarrollo personal, Costa Rica.
Ubicación (dirección electrónica especifica) y/o clasificación topográfica de la biblioteca donde se encuentra	Dialnet https://doi.org/10.15517/aie.v15i3.20985
Descripción del aporte al tema seleccionado	Este estudio proporciona una mirada integral al contexto psicosocial del estudiantado universitario costarricense, evidenciando cómo las variables de autoconcepto, autoeficacia y redes de apoyo influyen en el manejo del estrés y en el rendimiento académico. Refuerza la necesidad de que las instituciones universitarias implementen programas formativos orientados al fortalecimiento de habilidades personales y psicoeducativas, como el manejo del tiempo y el estrés, claves para el éxito académico en entornos latinoamericanos.

Conceptos abordados	Estudiantes universitarios

Ficha 4

FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL	
Nombre del documento	Influencia del estrés en el rendimiento académico de un grupo de estudiantes universitarios
Autor	Rodrigo Arturo Domínguez Castillo Gladys Julieta Guerrero Walker José Gabriel Domínguez Castillo
Referencia bibliográfica según norma APA	Domínguez, R., Guerrero, G., & Domínguez, J. (2015). Influencia del estrés en el rendimiento académico de un grupo de estudiantes universitarios. Educación y Ciencia, 4(43), 31–40.
Palabras claves de búsqueda	"Rendimiento académico" AND "estrés" AND "estudiantes universitarios latinoamericanos".
Palabras clave de texto	Estrés académico, rendimiento académico, estudiantes universitarios, factores estresores
Ubicación (dirección electrónica especifica) y/o clasificación topográfica de la biblioteca donde se encuentra	Dialnet https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9119524
Descripción del aporte al tema seleccionado	Este estudio contribuye al análisis del estrés académico en el contexto latinoamericano al demostrar que, aunque el estrés no siempre se traduce en bajo rendimiento académico, sí interfiere con actividades clave del proceso educativo. Resalta la necesidad de estrategias institucionales para la gestión del estrés en el alumnado, especialmente en etapas avanzadas de formación universitaria.
Conceptos abordados	Estudiantes universitarios

Ficha 5

FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL	
Nombre del documento	Niveles de estrés de la población estudiantil en Costa Rica: Diferencias en función de las variables nivel socioeconómico, rendimiento académico, nivel académico y zona geográfica
Autor	Sebastien Belhumeur Alexander Barrientos Segura Axel P. Retana Salazar
Referencia bibliográfica según norma APA	Belhumeur, S., Barrientos Segura, A., & Retana, A. (2016). Niveles de estrés de la población estudiantil en Costa Rica: Diferencias en función de las variables nivel socioeconómico, rendimiento académico, nivel académico y zona geográfica. Psychology, Society & Education, 8(1), 13–22.
Palabras claves de búsqueda	"Rendimiento académico" AND "estrés" AND "estudiantes universitarios latinoamericanos".
Palabras clave de texto	Estrés, estudiantes universitarios, Costa Rica.
Ubicación (dirección electrónica especifica) y/o clasificación topográfica de la biblioteca donde se encuentra	Dialnet https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5417373
Descripción del aporte al tema seleccionado	Este estudio ofrece evidencia relevante sobre cómo factores como el nivel socioeconómico, la ubicación geográfica y el género influyen significativamente en los niveles de estrés estudiantil. Proporciona datos comparativos valiosos para comprender la complejidad del estrés académico en América Latina, especialmente en contextos donde la educación superior está limitada por barreras económicas y sociales. Sus resultados sirven de base para proponer políticas

	institucionales orientadas a mitigar estos factores y mejorar el rendimiento académico de los estudiantes.
Conceptos abordados	Estrés, estudiantes universitarios.

Ficha 6

FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL	
Nombre del documento	El síndrome de Burnout como factor influyente en el rendimiento académico del estudiante universitario
Autor	Jesús Carlos Ruvalcaba Ledezma, A. Copca Guzmán, C. A. Canales Hernández, A. P. Trejo Fuentes, José Alejandro Muller Sanjuán, A. S. Mendoza Gardeazábal, Josefina Reynoso Vázquez
Referencia bibliográfica según norma APA	Ruvalcaba, J., Copca, A., Canales, C. A., Trejo, A., Muller, A., Mendoza, A., & Reynoso, J. (2017). El síndrome de Burnout como factor influyente en el rendimiento académico del estudiante universitario. Educación Y Salud Boletín Científico Instituto De Ciencias De La Salud Universidad Autónoma Del Estado De Hidalgo, 5(10).
Palabras claves de búsqueda	"Rendimiento académico" AND "estrés" AND "estudiantes universitarios latinoamericanos".
Palabras clave de texto	síndrome, Burnout, estudiantes, aprovechamiento, estrés
Ubicación (dirección electrónica especifica) y/o clasificación topográfica de la biblioteca donde se encuentra	Dialnet https://doi.org/10.29057/icsa.v5i10.2542
Descripción del aporte al tema seleccionado	Este estudio aporta evidencia significativa a la investigación sobre el rendimiento académico y el estrés en estudiantes universitarios latinoamericanos, al mostrar cómo variables como el cansancio, la mala alimentación y la calidad del sueño influyen directamente en el desarrollo del Síndrome de Burnout. También destaca la importancia

	de analizar estas condiciones en poblaciones universitarias específicas, considerando diferencias por carrera, edad y género. A pesar de la alta incidencia de síntomas relacionados con el estrés, el estudio demuestra que estos no siempre impactan negativamente en el rendimiento académico, lo que invita a explorar otros factores que puedan mediar esta relación en el contexto educativo latinoamericano.
Conceptos abordados	Estrés

Ficha 7

FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL	
Nombre del documento	Factores estresores y síntomas somáticos del sistema musculoesquelético en estudiantes universitarios de Palmira
Autor	Jhovanna Edelmira Olmos Botero Paula Andrea Peña Hernández Jorge Enrique Daza Arana
Referencia bibliográfica según norma APA	Olmos, J., Peña, P., & Daza, J. (2018). Factores estresores y síntomas somáticos del sistema musculoesquelético en estudiantes universitarios de Palmira. Educación Médica Superior, 32(3), 157–170. http://scielo.sld.cu
Palabras claves de búsqueda	"Rendimiento académico" AND "estrés" AND "estudiantes universitarios latinoamericanos".
Palabras clave de texto	Estrés Psicológico, Signos y Síntomas, Músculo Esquelético y Estudiantes del Área de la Salud (Fuente, DeCS).
Ubicación (dirección electrónica especifica) y/o clasificación topográfica de la biblioteca donde se encuentra	Google Scholar https://www.researchgate.net/publication/330170905

Descripción del aporte al tema seleccionado	Este estudio aporta evidencia empírica sobre la somatización del estrés académico, visibilizando cómo las presiones del entorno universitario pueden traducirse en síntomas físicos, particularmente musculoesqueléticos, que afectan tanto la salud como el desempeño estudiantil. Estos hallazgos permiten ampliar la comprensión del estrés académico más allá de los aspectos emocionales y cognitivos, integrando la dimensión corporal como parte del análisis del rendimiento académico en contextos latinoamericanos.
Conceptos abordados	Estrés Psicológico, Estudiantes del Área de la Salud.

Ficha 8

FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL	
Nombre del documento	Estrés académico, estresores y afrontamiento en estudiantes de Odontología en el Centro de Estudios Universitarios Metropolitano Hidalgo [CEUMH]
Autor	Pedro Macbani Olvera; Jesús Carlos Ruvalcaba Ledezma; Patricia Vásquez Alvarado; Alejandra Ramírez González; Karina González González; Karen Arredondo Robles; Katya Monroy Sandoval; Nahaibi Tandehuitl González; Mitzi Akenzalli García Nava; Arturo Trejo Vera
Referencia bibliográfica según norma APA	Macbani, P., Ruvalcaba, J., Vásquez, P., Ramírez, A., González, K., Arredondo, K., Monroy, K., Tandehuitl, N., García, M., & Trejo, A. (2018). Estrés académico, estresores y afrontamiento en estudiantes de Odontología en el Centro de Estudios Universitarios Metropolitano Hidalgo (CEUMH). JONNPR, 3(7), 522–530.
Palabras claves de búsqueda	"Rendimiento académico" AND "estrés" AND "estudiantes universitarios latinoamericanos".
Palabras clave de texto	Estrés académico, desempeño académico, estudiantes, odontología.
Ubicación (dirección electrónica especifica) y/o clasificación topográfica de la	Dialnet https://doi.org/10.19230/jonnpr.2512

biblioteca donde se encuentra	
Descripción del aporte al tema seleccionado	Este estudio aporta evidencia empírica que confirma una alta prevalencia de estrés académico en estudiantes universitarios de ciencias de la salud en Latinoamérica, específicamente en odontología. También muestra cómo ciertos estresores específicos (sobrecarga de trabajo, evaluaciones) pueden afectar negativamente el rendimiento académico, proponiendo estrategias de afrontamiento útiles para mitigar estos efectos y mejorar la calidad educativa en contextos similares.
Conceptos abordados	Estrés académico, desempeño académico.

Ficha 9

FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL	
Nombre del documento	Estrés académico en estudiantes universitarios
Autor	María Fernanda Silva Ramos José Juan López Cocotle María Elena Columba Meza-Zamora
Referencia bibliográfica según norma APA	Silva, M., López, J., & Columba, M. (2019). Estrés académico en estudiantes universitarios**.** *Investigación y Ciencia*. 28(79), 75-83.
Palabras claves de búsqueda	"Rendimiento académico" AND "estrés" AND "estudiantes universitarios latinoamericanos".
Palabras clave de texto	Estrés académico, estudiantes universitarios, nivel de estrés, estresores, síntomas, afrontamiento.
Ubicación (dirección electrónica especifica) y/o clasificación topográfica de la biblioteca donde se encuentra	Redalyc.org https://www.redalyc.org/journal/674/67462875008/

Descripción del aporte al tema seleccionado	El texto expone el estrés académico como una respuesta emocional negativa que surge cuando los estudiantes perciben que las demandas de su entorno formativo superan sus capacidades. El estrés no es causado directamente por el entorno (los estresores), sino por la percepción subjetiva de estos desafíos. Este tipo de estrés puede provocar síntomas físicos (como ansiedad e insomnio) y afectar negativamente el rendimiento académico, manifestándose en bajo rendimiento, desinterés, ausentismo y deserción. El texto también destaca que las respuestas al estrés varían según las características individuales de cada estudiante, como su personalidad y autoestima, lo que muestra la naturaleza subjetiva del estrés. Finalmente, se menciona que los estudiantes universitarios suelen experimentar mayores niveles de estrés debido a las mayores exigencias académicas, lo que requiere la implementación de estrategias de afrontamiento para restaurar el equilibrio emocional y académico.
Conceptos abordados	Estrés y rendimiento académico

Ficha 10

FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL	
Nombre del documento	Pausa activa como factor de cambio asociado a estilo de vida saludable en estudiantes de décimo semestre de medicina en la Universidad Industrial de Santander (UIS) Bucaramanga-Colombia
Autor	Almeida Espinosa, Alexander; Gafaro Rojas, Aurora Ines; Angulo Silva, Mary Lupe
Referencia bibliográfica según norma APA	Almeida, A., Gafaro, A., & Angulo, M. (2019). Pausa activa como factor de cambio asociado a estilo de vida saludable en estudiantes de décimo semestre de medicina en la Universidad Industrial de Santander (UIS) Bucaramanga-Colombia. Revista Internacional de Humanidades Médicas, 7(2), 75–81.
Palabras claves de búsqueda	“Rendimiento académico” AND “estrés” AND “estudiantes universitarios latinoamericanos”.
Palabras clave de texto	Pausa activa, Estilo de vida, Acondicionamiento físico, Estudiantes universitarios, Estrés, Universidad

Ubicación (dirección electrónica especifica) y/o clasificación topográfica de la biblioteca donde se encuentra	Dialnet https://doi.org/10.37467/gka-revmedica.v7.1932
Descripción del aporte al tema seleccionado	Este estudio aporta evidencia sobre cómo estrategias simples como las pausas activas pueden mitigar los efectos del estrés en contextos universitarios exigentes. Resalta la relación positiva entre actividad física regular y el rendimiento académico, además de proponer una intervención replicable y sostenible dentro del ámbito universitario latinoamericano. Sirve como modelo para iniciativas de promoción de la salud mental y física en ambientes educativos similares.
Conceptos abordados	Estudiantes universitarios

Ficha 11

FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL	
Nombre del documento	Influencia del estrés sobre el rendimiento académico
Autor	Jhon Franklin Espinosa Castro Juan Hernández Lalinde Johel E. Rodrígue Maricarmen Chacín Valmore Bermúdez-Pirela
Referencia bibliográfica según norma APA	Espinoza, J., Hernández, J., Rodríguez, J., Chacín, M., & Bermúdez, V. (2020). *Influencia del estrés sobre el rendimiento académico*. Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica, Sociedad Venezolana de Farmacología Clínica y Terapéutica. 39(1)., 63-69.
Palabras claves de búsqueda	“Rendimiento académico” AND “estrés” AND “estudiantes universitarios latinoamericanos”.

Palabras clave de texto	Estrés, influencia del estrés, rendimiento académico, psicología, trabajo social.
Ubicación (dirección electrónica especifica) y/o clasificación topográfica de la biblioteca donde se encuentra	Redalyc.org https://doi.org/10.5281/zenodo.4065032
Descripción del aporte al tema seleccionado	El artículo examina la relación entre el estrés y el rendimiento académico, proporcionando una visión integral sobre cómo el estrés afecta el desempeño de los estudiantes. A través de una revisión exhaustiva de la literatura, los autores destacan que el estrés puede ser tanto un factor externo, como el ambiente educativo, como interno, relacionado con las características personales del estudiante, como la ansiedad y la autoeficacia. El estudio enfatiza que niveles elevados de estrés pueden conducir a un deterioro en la concentración, la memoria y la motivación, lo que, a su vez, impacta negativamente en el rendimiento académico.
Conceptos abordados	Rendimiento académico y estrés

Ficha 12

FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL	
Nombre del documento	Niveles de depresión, ansiedad, estrés y su relación con el rendimiento académico en estudiantes universitarios
Autor	Silvana Trinidad Trunce Moralesa Gloria del Pilar Villarroel Quinchalefb Jenny Andrea Arntz Verac Sonia Isabel Muñoz Muñoz Karlis Mariela Werner Contreras

Referencia bibliográfica según norma APA	Trunce, S., Villarroel, G., Arntz, J., Muñoz, S., & Werner, K. (2020). Niveles de depresión, ansiedad, estrés y su relación con el rendimiento académico en estudiantes universitarios. Investigación en Educación Médica, 9 (36), 8-16.
Palabras claves de búsqueda	"Rendimiento académico" AND "estrés" AND "estudiantes universitarios latinoamericanos".
Palabras clave de texto	Estrés; depresión; ansiedad; rendimiento académico; estudiantes universitarios.
Ubicación (dirección electrónica especifica) y/o clasificación topográfica de la biblioteca donde se encuentra	Redalyc.org https://www.redalyc.org/jatsRepo/3497/349765723002/349765723002.pdf
Descripción del aporte al tema seleccionado	El artículo anterior aporta una revisión exhaustiva de la relación entre el rendimiento académico y el estrés en estudiantes universitarios latinoamericanos. En primer lugar, establece que el estrés puede ser un factor determinante en el rendimiento académico, afectando tanto la concentración como la motivación de los estudiantes. Además, resalta que los niveles de estrés varían según el contexto académico y social, así como las características individuales de los estudiantes, como el género y el año de estudio. También se discuten estrategias efectivas para la gestión del estrés, como la promoción de habilidades de afrontamiento y el apoyo social, lo que puede ayudar a mitigar su impacto negativo en el rendimiento. En general, el artículo enfatiza la necesidad de un enfoque integral que considere tanto el bienestar emocional como el desempeño académico, sugiriendo que las universidades implementen programas de apoyo para mejorar la calidad de vida y el éxito académico de sus estudiantes.
Conceptos abordados	Depresión, ansiedad, estrés, rendimiento académico.

Ficha 13

FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL	
Nombre del documento	Estrés y congestionamiento vial en universitarios costarricenses
Autor	Diana Chavarría-Cerdas, Hellen Beckford-Flores, Jimena Ortega-Coto, Nathalia Peña-Brenes, Juan Aguirre Gonzales, Ramsés Alfaro Mora
Referencia bibliográfica según norma APA	Chavarría, D., Beckford, H., Ortega, J., Peña, N., Aguirre, J., & Alfaro, R. (2020). Estrés y congestionamiento vial en universitarios costarricenses. Revista Cubana de Medicina General Integral, 36(4), e1331.
Palabras claves de búsqueda	"Rendimiento académico" AND "estrés" AND "estudiantes universitarios latinoamericanos".
Palabras clave de texto	Congestionamiento vehicular, estrés, estudiantes, transporte, rendimiento académico.
Ubicación (dirección electrónica especifica) y/o clasificación topográfica de la biblioteca donde se encuentra	Dialnet https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=10012309
Descripción del aporte al tema seleccionado	Este estudio contribuye al entendimiento del estrés académico desde una perspectiva externa al aula, enfocándose en el contexto urbano. Señala que el estrés generado por factores ambientales como el tráfico también influye en el rendimiento académico, lo cual refuerza la necesidad de considerar condiciones estructurales externas en las políticas educativas. Los hallazgos destacan la importancia de diseñar estrategias institucionales para mitigar el estrés provocado por factores no académicos pero cotidianos en la vida estudiantil.
Conceptos abordados	Estrés, rendimiento académico.

Ficha 14

FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL	
Nombre del documento	Estrés académico en estudiantes que cursan asignaturas de Física en ingeniería: dos casos diferenciados en Colombia y México
Autor	Oscar Jardey Suárez Mario Humberto Ramírez Díaz
Referencia bibliográfica según norma APA	Suárez, O., Ramírez, H. (2020). Estrés académico en estudiantes que cursan asignatura de Física en ingeniería: dos casos diferenciados en Colombia y México. Revista Científica,39(3), 341-352. https://doi.org/10.14483/23448350.159891.
Palabras claves de búsqueda	"Rendimiento académico" AND "estrés" AND "estudiantes universitarios latinoamericanos".
Palabras clave de texto	Enseñanza de la ingeniería, estrés académico, evaluación, Física educativa, rendimiento académico
Ubicación (dirección electrónica especifica) y/o clasificación topográfica de la biblioteca donde se encuentra	EBSCO Host https://doi.org/10.14483/23448350.159891
Descripción del aporte al tema seleccionado	Esta investigación aporta al conocimiento sobre la relación entre el estrés y el rendimiento académico en estudiantes universitarios latinoamericanos, proporcionando una visión detallada de los factores que influyen en su desempeño académico. Al analizar cómo el estrés académico afecta la concentración, la memoria y la productividad, se pueden identificar estrategias efectivas para mitigar sus efectos negativos. Además, los hallazgos pueden servir como base para el desarrollo de programas de apoyo psicológico y académico en universidades, promoviendo el bienestar estudiantil y mejorando las tasas de éxito y retención en la educación superior.
Conceptos abordados	Estrés académico

Ficha 15

FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL	
Nombre del documento	Perfeccionismo y vida académica: Un estudio correlacional en estudiantes de psicología
Autor	Leonardo Andrés Aguilar Durán
Referencia bibliográfica según norma APA	Aguilar, L. (2020). Perfeccionismo y vida académica: Un estudio correlacional en estudiantes de psicología. Revista Iberoamericana de Psicología, 13(2), 87–98. https://doi.org/10.33881/2027-1786.RIP.13209
Palabras claves de búsqueda	"Rendimiento académico" AND "estrés" AND "estudiantes universitarios latinoamericanos".
Palabras clave de texto	Perfeccionismo; estrés; locus de control; rendimiento académico; estudiantes universitarios
Ubicación (dirección electrónica especifica) y/o clasificación topográfica de la biblioteca donde se encuentra	Dialnet https://doi.org/10.33881/2027-1786.RIP.13209
Descripción del aporte al tema seleccionado	Este trabajo ofrece una mirada compleja sobre cómo el perfeccionismo influye tanto en el estrés como en el rendimiento académico. Aporta evidencia latinoamericana de que el perfeccionismo auto orientado puede potenciar el rendimiento, mientras que el estrés y las atribuciones externas disminuyen la efectividad académica. También sugiere que no todo perfeccionismo es negativo y que intervenir sobre el locus de control puede ser clave para mejorar el bienestar y desempeño de los estudiantes universitarios.
Conceptos abordados	Estrés, rendimiento académico, estudiantes universitarios.

Ficha 16

FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL	
Nombre del documento	Effects of active meditation on physical and psycho-emotional stress indicators in Chilean health sciences students.
Autor	Rodolfo Morrison; Carmen Paz-Díaz; Pamela Gutiérrez; Carla Frías; Alejandra Espinosa; Paula Soto; Alejandra González; Sandra Mella; Ignacio López
Referencia bibliográfica según norma APA	Morrison, R., Paz, C., Gutiérrez, P., Frías, C., Espinosa, A., Soto, P., González, A., Mella, S., & López, I. (2020). Effects of active meditation on physical and psycho-emotional stress indicators in Chilean health sciences students. Revista de la Facultad de Medicina, 68(4), 505–511. https://doi.org/10.15446/revfacmed.v68n4.77122
Palabras claves de búsqueda	"Rendimiento académico" AND "estrés" AND "estudiantes universitarios latinoamericanos".
Palabras clave de texto	Meditación, estudiantes, salud (DeSC)
Ubicación (dirección electrónica especifica) y/o clasificación topográfica de la biblioteca donde se encuentra	Dialnet https://doi.org/10.15446/revfacmed.v68n4.77122
Descripción del aporte al tema seleccionado	Este estudio aporta evidencia de que las prácticas de meditación activa pueden reducir significativamente los indicadores físicos, emocionales y cognitivos del estrés en estudiantes universitarios. Si bien no midió el rendimiento académico directamente, plantea una relación clara entre la mejora del estado mental y un posible incremento en el rendimiento. Resalta la necesidad de implementar estrategias integrativas en contextos universitarios que promuevan el bienestar emocional como camino para el éxito académico.
Conceptos abordados	Estudiantes universitarios

Ficha 17

FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL	
Nombre del documento	Estrés y rendimiento académico de estudiantes universitarios en tiempos de pandemia Covid-19
Autor	Auxiliadora del Rocío Mendoza Cevallos
Referencia bibliográfica según norma APA	Mendoza, A. (2022). Estrés y rendimiento académico de estudiantes universitarios en tiempos de pandemia Covid-19. HOLOPRAXIS Ciencia, Tecnología e Innovación, 6(1), 57. https://orcid.org/0000-0003-3130-9943
Palabras claves de búsqueda	"Rendimiento académico" AND "estrés" AND "estudiantes universitarios latinoamericanos".
Palabras clave de texto	estrés, rendimiento académico, pandemia covid-19, depresión, estudiante
Ubicación (dirección electrónica especifica) y/o clasificación topográfica de la biblioteca donde se encuentra	Dialnet https://revista.uniandes.edu.ec/ojs/index.php/holopraxis/article/view/3012/pdf
Descripción del aporte al tema seleccionado	Este artículo aporta una comprensión más profunda sobre cómo el estrés académico afecta el rendimiento en estudiantes universitarios latinoamericanos, al considerar las particularidades culturales, económicas y sociales de la región. La pandemia acentuó desigualdades estructurales como el acceso limitado a tecnologías y conectividad, y destacó la importancia de la salud mental en contextos educativos vulnerables. Además, el estudio resalta la necesidad de implementar estrategias pedagógicas adaptadas, promover el acompañamiento psicoemocional y fortalecer políticas educativas inclusivas para mitigar el impacto del estrés y mejorar el rendimiento académico. Esto resulta crucial para el diseño de intervenciones98edalyvas que aborden tanto los desafíos individuales como estructurales del entorno educativo en América Latina.

Conceptos abordados	Estrés, rendimiento académico, pandemia Covid-19

Ficha 18

FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL	
Nombre del documento	Tecnoestrés y rendimiento académico en estudiantes de Enfermería en tiempos de COVID-19
Autor	Huanacuni Llanque, Ruth
Referencia bibliográfica según norma APA	Huanacuni, R. (2021). Tecnoestrés y rendimiento académico en estudiantes de Enfermería en tiempos de COVID-19. Investigación e Innovación, 1(2), 21-27. https://doi.org/10.33326/27905543.2021.2.1218
Palabras claves de búsqueda	"Rendimiento académico" AND "estrés" AND "estudiantes universitarios latinoamericanos".
Palabras clave de texto	Estrés, tecnología-información, rendimiento académico, Fuente DECS, BIREME
Ubicación (dirección electrónica especifica) y/o clasificación topográfica de la biblioteca donde se encuentra	Dialnet https://doi.org/10.33326/27905543.2021.2.1218
Descripción del aporte al tema seleccionado	Este estudio aporta evidencia empírica que refuerza la idea de que el estrés relacionado con el uso de tecnologías (tecnoestrés) no afecta directamente el rendimiento académico en estudiantes universitarios, al menos en contextos de pandemia donde el uso de herramientas virtuales es obligatorio. Además, resalta la necesidad de diseñar estrategias de afrontamiento y programas de acompañamiento psicológico para manejar el estrés tecnológico, un aporte clave para estudios centrados en el rendimiento académico y la salud mental en estudiantes latinoamericanos.

Conceptos abordados	Estrés, rendimiento académico

Ficha 19

FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL	
Nombre del documento	Relación entre inteligencia emocional y rendimiento académico en estudiantes universitarios peruanos
Autor	Dany Isela Idrogo Zamora, José Ander Asenjo Alarcón
Referencia bibliográfica según norma APA	Idrogo, D., & Asenjo, J. (2021). Relación entre inteligencia emocional y rendimiento académico en estudiantes universitarios peruanos. Revista Científica de Psicología y Educación, 11(32), 69-79. https://doi.org/10.53287/ryfs1548js42x
Palabras claves de búsqueda	"Rendimiento académico" AND "estrés" AND "estudiantes universitarios latinoamericanos".
Palabras clave de texto	Educación basada en competencias; emociones; estudiantes; inteligencia emocional; rendimiento académico (Fuente: MeSH).
Ubicación (dirección electrónica especifica) y/o clasificación topográfica de la biblioteca donde se encuentra	Dialnet https://doi.org/10.53287/ryfs1548js42x
Descripción del aporte al tema seleccionado	Este estudio aporta evidencia relevante sobre cómo el manejo emocional, especialmente la adaptabilidad, influye positivamente en el rendimiento académico de los universitarios latinoamericanos. Refuerza la necesidad de incluir programas de fortalecimiento emocional en las estrategias educativas, considerando que una adecuada inteligencia emocional puede ser un factor protector frente a condiciones estresantes y un detonante de mejor rendimiento académico en contextos como el peruano y potencialmente en toda América Latina.

Conceptos abordados	Rendimiento académico

Ficha 20

FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL	
Nombre del documento	Association between self-reported bruxism and academic performance in university students
Autor	Cynthia Huañec Paucar, Valery Ayma León, Stefany Caballero García
Referencia bibliográfica según norma APA	Huañec, C., Ayma, V., & Caballero, S. (2021). Association between self-reported bruxism and academic performance in university students. Journal of Oral Research, 10(4), 1–11. https://doi.org/10.17126/joralres.2021.048
Palabras claves de búsqueda	"Rendimiento académico" AND "estrés" AND "estudiantes universitarios latinoamericanos".
Palabras clave de texto	Self-reported bruxism; academic performance; stress; students
Ubicación (dirección electrónica especifica) y/o clasificación topográfica de la biblioteca donde se encuentra	Dialnet https://doi.org/10.17126/joralres.2021.048
Descripción del aporte al tema seleccionado	Este estudio contribuye evidenciando que tanto el alto como el bajo rendimiento académico pueden asociarse a mayores niveles de estrés y comportamientos de bruxismo entre estudiantes universitarios latinoamericanos. Resalta la importancia de considerar el estrés y la ansiedad como factores psicosociales críticos en la explicación del rendimiento académico, lo cual puede orientar estrategias de intervención en entornos educativos.
Conceptos abordados	academic performance, university students

Ficha 21

FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL	
Nombre del documento	Hábitos alimentarios, actividad física y su asociación con el estrés académico en estudiantes universitarios de primer año de ciencias de la salud
Autor	Rafael Durán Galdo, Víctor A. Mamani Urrutia
Referencia bibliográfica según norma APA	Durán, R., & Mamani, V. (2021). Hábitos alimentarios, actividad física y su asociación con el estrés académico en estudiantes universitarios de primer año de ciencias de la salud. Revista Chilena de Nutrición, 48(3), 389-395. https://doi.org/10.4067/S0717-75182021000300389.
Palabras claves de búsqueda	"Rendimiento académico" AND "estrés" AND "estudiantes universitarios latinoamericanos".
Palabras clave de texto	Conducta alimentaria, ocupaciones de salud, actividad motora, vida, Psicológico, estrés, estudiantes.
Ubicación (dirección electrónica especifica) y/o clasificación topográfica de la biblioteca donde se encuentra	Dialnet https://doi.org/10.4067/S0717-75182021000300389
Descripción del aporte al tema seleccionado	Este estudio aporta evidencia importante sobre la alta prevalencia de estrés académico en estudiantes universitarios latinoamericanos y destaca que niveles bajos de actividad física se asocian con mayor estrés. Estos hallazgos respaldan la necesidad de promover programas de actividad física en entornos universitarios como estrategia para mejorar la salud mental y el rendimiento académico.
Conceptos abordados	Estrés académico, estudiantes universitarios.

Ficha 22

FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL	
Nombre del documento	Actividad física en época de confinamiento por COVID-19 para reducir los niveles de estrés en estudiantes universitarios
Autor	María Julia León Bazán, María Lizett Zolano Sánchez
Referencia bibliográfica según norma APA	León, M., & Zolano, M. (2021). Actividad física en época de confinamiento por COVID-19 para reducir los niveles de estrés en estudiantes universitarios. Revista de Investigación Académica Sin Frontera, (35), 1–16. https://doi.org/10.46589/rdiasf.vi35.394.
Palabras claves de búsqueda	"Rendimiento académico" AND "estrés" AND "estudiantes universitarios latinoamericanos".
Palabras clave de texto	Actividad Física, Estudiantes, COVID-19, Estrés.
Ubicación (dirección electrónica especifica) y/o clasificación topográfica de la biblioteca donde se encuentra	Dialnet https://doi.org/10.46589/rdiasf.vi35.394
Descripción del aporte al tema seleccionado	Este artículo ofrece importantes aportes a investigaciones sobre el estrés y el rendimiento académico en estudiantes universitarios latinoamericanos, al evidenciar cómo el confinamiento intensificó las cargas académicas, generó condiciones de estudio poco adecuadas y provocó un incremento notable en los niveles de ansiedad y cansancio. Además, destaca la influencia negativa del sedentarismo y la falta de actividad física sobre la salud mental y el rendimiento. Estos hallazgos subrayan la necesidad de que las instituciones de educación superior en América Latina desarrollen estrategias integrales que incluyan programas de actividad física, pausas activas, apoyo psicológico y formación en el uso de tecnologías educativas, para mitigar los efectos del estrés académico en contextos de crisis sanitaria u otras contingencias.

Conceptos abordados	Estrés

Ficha 23

FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL

Nombre del documento	Estrés como factor de riesgo en el rendimiento académico en el estudiantado universitario (Puno, Perú)
Autor	Alfredo Pelayo Calatayud Mendoza Edson Apaza Mamani Edilberto Huaquisto Ramos
Referencia bibliográfica según norma APA	Calatayud, A., Apaza E., Huaquisto, E., Belizario, G., & Inquilla, J. (2022). Estrés como factor de riesgo en el rendimiento académico en el estudiantado universitario (Puno, Perú). *Revista Educación*, 46(2), 114–132.
Palabras claves de búsqueda	"Rendimiento académico" AND "estrés" AND "estudiantes universitarios latinoamericanos".
Palabras clave de texto	COVID-19, Educación universitaria, Estrés, Rendimiento académico, Riesgo académico.
Ubicación (dirección electrónica especifica) y/o clasificación topográfica de la biblioteca donde se encuentra	Redalyc.org https://doi.org/10.15517/revedu.v46i2.47551
Descripción del aporte al tema seleccionado	El estudio realizado en la Universidad Nacional del Altiplano de Puno, Perú, aporta significativamente a la comprensión del impacto del estrés en el rendimiento de estudiantes universitarios latinoamericanos, especialmente en el contexto de la pandemia de COVID-19. Mediante el uso del Patient Health Questionnaire (PHQ-9) y análisis factorial, se identificó una correlación directa entre niveles elevados de estrés y el deterioro académico, evidenciando que

	cada unidad adicional de estrés incrementa el riesgo de bajo rendimiento en un 3%. Además, la investigación resalta la importancia de la conectividad a internet como un factor determinante que exacerba el estrés, lo que subraya la necesidad de mejorar las infraestructuras tecnológicas en instituciones educativas. La falta de diferencias significativas en el estrés según género, edad o zona de residencia también sugiere que las intervenciones deben ser universales y adaptadas a diversos contextos académicos. Estos hallazgos enriquecen la literatura existente al proporcionar datos empíricos específicos de la región latinoamericana y ofrecer bases sólidas para el desarrollo de estrategias institucionales que mitiguen el estrés y promuevan un entorno educativo más saludable y eficiente.
Conceptos abordados	Estrés y rendimiento académico

Ficha 24

FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL	
Nombre del documento	Estrés académico en estudiantes de la Universidad de La Guajira, Colombia
Autor	Elvis Eliana Pinto Aragón Ana Rita Villa Navas Hilber Alonso Pinto Aragón
Referencia bibliográfica según norma APA	Pinto, E., Villa, A., & Pinto, H. (2022). Estrés académico en estudiantes de la Universidad de La Guajira, Colombia. Universidad de La Guajira. Revista de Ciencias Sociales, 28(5), 87-98.
Palabras claves de búsqueda	"Rendimiento académico" AND "estrés" AND "estudiantes universitarios latinoamericanos".
Palabras clave de texto	Estrés académico, factores de estrés académico, aprendizaje, estudiantes, Universidad de la Guajira.
Ubicación (dirección electrónica especifica) y/o clasificación topográfica de la	Redalyc.org https://www.redalyc.org/journal/280/28071845007/

biblioteca donde se encuentra	
Descripción del aporte al tema seleccionado	Este artículo es útil para el tema de estrés académico y rendimiento académico en estudiantes universitarios porque proporciona un análisis detallado sobre cómo el estrés afecta a los estudiantes al ingresar a la universidad. Explora los factores que generan estrés, como las nuevas responsabilidades, la carga de trabajo y la presión familiar, que pueden impactar negativamente en el desempeño académico. Además, presenta una metodología cuantitativa que mide los niveles de estrés en un entorno universitario, ofreciendo una base sólida para entender cómo este fenómeno influye en el rendimiento académico de los estudiantes.
Conceptos abordados	Estrés y rendimiento académico

Ficha 25

FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL	
Nombre del documento	Estrés y rendimiento académico de estudiantes universitarios en tiempos de pandemia Covid-19
Autor	Auxiliadora del Rocío Mendoza Cevallos
Referencia bibliográfica según norma APA	Mendoza, A. (2022). Estrés y rendimiento académico de estudiantes universitarios en tiempos de pandemia Covid-19. HOLOPRAXIS Ciencia, Tecnología e Innovación, 6(1), 57. https://orcid.org/0000-0003-3130-9943
Palabras claves de búsqueda	"Rendimiento académico" AND "estrés" AND "estudiantes universitarios latinoamericanos".
Palabras clave de texto	estrés, rendimiento académico, pandemia covid-19, depresión, estudiante
Ubicación (dirección electrónica especifica) y/o clasificación topográfica de la	Dialnet https://revista.uniandes.edu.ec/ojs/index.php/holopraxis/article/view/3012/pdf

biblioteca donde se encuentra	
Descripción del aporte al tema seleccionado	Este artículo aporta una comprensión más profunda sobre cómo el estrés académico afecta el rendimiento en estudiantes universitarios latinoamericanos, al considerar las particularidades culturales, económicas y sociales de la región. La pandemia acentuó desigualdades estructurales como el acceso limitado a tecnologías y conectividad, y destacó la importancia de la salud mental en contextos educativos vulnerables. Además, el estudio resalta la necesidad de implementar estrategias pedagógicas adaptadas, promover el acompañamiento psicoemocional y fortalecer políticas educativas inclusivas para mitigar el impacto del estrés y mejorar el rendimiento académico. Esto resulta crucial para el diseño de intervenciones107edalyvas que aborden tanto los desafíos individuales como estructurales del entorno educativo en América Latina.
Conceptos abordados	Estrés, rendimiento académico, pandemia Covid-19

Ficha 26

FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL	
Nombre del documento	Bienestar psicológico en estudiantes de primeros ciclos de una universidad privada de Lima.
Autor	Eduar Antonio Rodríguez Flores María de los Ángeles Sánchez Trujillo
Referencia bibliográfica según norma APA	Rodríguez, E., & Sánchez, M. (2022). Bienestar psicológico en estudiantes de primeros ciclos de una universidad privada de Lima. Propósitos y Representaciones, 10(3), e1705. https://doi.org/10.20511/pyr2022.v10n3.1705
Palabras claves de búsqueda	“Rendimiento académico” AND “estrés” AND “estudiantes universitarios latinoamericanos”.
Palabras clave de texto	Bienestar del estudiante, gestión de la educación, enseñanza superior.

Ubicación (dirección electrónica especifica) y/o clasificación topográfica de la biblioteca donde se encuentra	ProQuest https://doi.org/10.20511/pyr2022.v10n3.1705
Descripción del aporte al tema seleccionado	Este trabajo aporta significativamente al estudio del rendimiento académico y el estrés en estudiantes universitarios latinoamericanos, al evidenciar cómo ambos están estrechamente relacionados y mediados por dimensiones del bienestar psicológico. A través de un enfoque cualitativo, se muestra que factores como la sobrecarga académica, la incertidumbre frente al futuro y la falta de estrategias de afrontamiento generan altos niveles de estrés que afectan negativamente el desempeño académico. Este aporte permite comprender con mayor profundidad cómo las condiciones del entorno universitario inciden en estas dos variables clave, y subraya la necesidad de implementar estrategias que fortalezcan la resiliencia emocional y las habilidades personales de los estudiantes para mejorar sus resultados académicos y su bienestar integral.
Conceptos abordados	Estudiantes universitarios

Ficha 27

FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL	
Nombre del documento	Alimentación en estudiantes universitarios
Autor	Oto-López, Leslie Nayelly; Gavilanes-Paredes, Doménica Fernanda; Salinas-Goodier, Carmen
Referencia bibliográfica según norma APA	Oto, L., Gavilanes, D., & Salinas, C. (2022). Alimentación en estudiantes universitarios. Un estudio observacional. Revista Salud y Vida, 6(3), 755–763. https://doi.org/10.35381/s.v.v6i3.2291.
Palabras claves de búsqueda	“Rendimiento académico” AND “estrés” AND “estudiantes universitarios latinoamericanos”.

Palabras clave de texto	Nutrición, Alimentación y Dieta, Estado Nutricional, Fenómenos Fisiológicos de la Nutrición. (Fuente, DeCS).
Ubicación (dirección electrónica especifica) y/o clasificación topográfica de la biblioteca donde se encuentra	Dialnet https://doi.org/10.35381/s.v.v6i3.2291
Descripción del aporte al tema seleccionado	Esta investigación aporta evidencia de que el estrés académico y la falta de tiempo afectan significativamente los hábitos alimenticios de los estudiantes universitarios, lo que repercute en su salud y rendimiento académico. Reafirma la necesidad de promover mejores hábitos nutricionales como estrategia para mejorar el bienestar general y el desempeño académico.
Conceptos abordados	Estudiantes universitarios

Ficha 28

FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL	
Nombre del documento	Beneficios de la musicoterapia desde la mirada de los estudiantes universitarios de enfermería
Autor	Sonia Tejada-Muñoz; Rosa Jeuna Díaz-Manchay; Sonia Celedonia Huyhua-Gutiérrez; Carlos Alberto Hinojosa Salazar; Angélica Soledad Vega Ramírez
Referencia bibliográfica según norma APA	Tejada, S., Díaz, R., Huyhua, S., Hinojosa, C., & Vega, A. (2022). Beneficios de la musicoterapia desde la mirada de los estudiantes universitarios de enfermería. Medicina Naturista, 16(1), 21-26.
Palabras claves de búsqueda	“Rendimiento académico” AND “estrés” AND “estudiantes universitarios latinoamericanos”.
Palabras clave de texto	musicoterapia; universitarios; enfermería.

Ubicación (dirección electrónica especifica) y/o clasificación topográfica de la biblioteca donde se encuentra	Dialnet https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8257029
Descripción del aporte al tema seleccionado	Esta investigación ofrece evidencia cualitativa sólida sobre la eficacia de intervenciones no farmacológicas, como la musicoterapia, en contextos educativos universitarios. Resalta su utilidad como una estrategia complementaria de apoyo psicoemocional, al promover el bienestar integral del estudiante y reforzar habilidades cognitivas y emocionales claves para un rendimiento académico óptimo, especialmente en contextos de alta exigencia y presión académica frecuentes en la población estudiantil latinoamericana.
Conceptos abordados	Estudiantes universitarios

Ficha 29

FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL	
Nombre del documento	Repercusión del estrés y ansiedad en el rendimiento académico en estudiantes de la licenciatura en enfermería.
Autor	Diego Ortega Ortega Margarita Gissel Pérez Hernández Javier Moreno-Tapia
Referencia bibliográfica según norma APA	Ortega, D., Pérez, M., & Moreno Tapia, J. (2023). Repercusión del estrés y ansiedad en el rendimiento académico en estudiantes de la licenciatura en enfermería. Revista Metropolitana de Ciencias Aplicadas, 6(2), 209-216.
Palabras claves de búsqueda	“Rendimiento académico” AND “estrés” AND “estudiantes universitarios latinoamericanos”.

Palabras clave de texto	Estrés, ansiedad, rendimiento académico, sobrecarga académica.
Ubicación (dirección electrónica especifica) y/o clasificación topográfica de la biblioteca donde se encuentra	Redalyc.org https://www.redalyc.org/pdf/7217/721778126022.pdf
Descripción del aporte al tema seleccionado	El artículo contribuye a la investigación al examinar la relación entre el estrés y el rendimiento en estudiantes de enfermería. Al resaltar cómo el estrés de las prácticas clínicas y la carga académica afectan negativamente el rendimiento, se establece un paralelo con otros contextos académicos en la región. Además, la falta de estrategias de afrontamiento y su impacto en la salud mental enriquecen la comprensión del estrés académico en Latinoamérica, permitiendo identificar patrones comunes y posibles soluciones para mejorar el bienestar y el rendimiento de los estudiantes universitarios en la región.
Conceptos abordados	Estrés, ansiedad, rendimiento académico

Ficha 30

FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL	
Nombre del documento	Consecuencias en la salud mental debido a la educación virtual en la pandemia Covid-19 en los estudiantes de primer nivel de las carreras de Administración de Empresas y Mercadotecnia de una universidad pública, Ecuador 2021
Autor	Quishpe, Licy; Alban, Shelagh; Baldassari, Andrés
Referencia bibliográfica según norma APA	Quishpe, L., Alban, S., & Baldassari, A. (2023). Consecuencias en la salud mental debido a la educación virtual en la pandemia COVID-19 en los estudiantes de primer nivel de las carreras de Administración de Empresas y Mercadotecnia de una universidad pública, Ecuador 2021. Revista Kronos, 3(2), 69–80.

Palabras claves de búsqueda	"Rendimiento académico" AND "estrés" AND "estudiantes universitarios latinoamericanos".
Palabras clave de texto	Salud mental, covid, educación virtual, estudiantes universitarios
Ubicación (dirección electrónica especifica) y/o clasificación topográfica de la biblioteca donde se encuentra	Dialnet https://doi.org/10.29166/kronos.v3i2.4005
Descripción del aporte al tema seleccionado	Como aporte principal, la investigación ofrece evidencia concreta de cómo el estrés y otros síntomas asociados al deterioro de la salud mental, exacerbados por el contexto de confinamiento y educación virtual, influyen negativamente en el desempeño académico. Esta relación directa entre malestar psicológico y bajo rendimiento subraya la necesidad urgente de que las instituciones de educación superior implementen estrategias integrales de acompañamiento psicoeducativo. Dichas estrategias deben enfocarse en la prevención del estrés, la promoción del bienestar emocional y la adaptación pedagógica, para asegurar condiciones que favorezcan el aprendizaje en situaciones adversas. Al identificar esta correlación, el estudio contribuye a fundamentar el diseño de políticas institucionales orientadas al fortalecimiento de la salud mental como componente esencial del éxito académico.
Conceptos abordados	Estudiantes universitarios

Ficha 31

FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL	
Nombre del documento	The role of resilience in the association between stressful life events and academic performance in university students
Autor	Guillermo Martínez Cuevas, Mª Asunción Lara Cantú, Ricardo Orozco, Adrián Alejandro Martínez González

Referencia bibliográfica según norma APA	Martínez, G., Lara, M., Orozco, R., & Martínez, A. (2023). The role of resilience in the association between stressful life events and academic performance in university students. Behavioral Psychology / Psicología Conductual, 32(2), 301–320. https://doi.org/10.51668/bp.8324205n
Palabras claves de búsqueda	"Rendimiento académico" AND "estrés" AND "estudiantes universitarios latinoamericanos".
Palabras clave de texto	Estrés, eventos de la vida, resiliencia psicológica, rendimiento académico, estudiantes
Ubicación (dirección electrónica especifica) y/o clasificación topográfica de la biblioteca donde se encuentra	Dialnet https://doi.org/10.51668/bp.8324205s
Descripción del aporte al tema seleccionado	Este estudio fortalece el cuerpo de evidencias empíricas que vinculan el estrés con el bajo rendimiento académico en contextos universitarios latinoamericanos, aportando una visión más profunda sobre los factores protectores que pueden mitigar este impacto. La identificación de la resiliencia como variable moderadora, especialmente a través del apoyo social y la cohesión familiar, permite a investigaciones como la tuya enriquecer el marco de análisis, al incorporar no solo las fuentes de estrés, sino también las capacidades adaptativas que permiten enfrentarlo. Asimismo, el enfoque riguroso del estudio y sus recomendaciones prácticas —como fortalecer redes de apoyo y programas institucionales de resiliencia— resultan directamente aplicables a contextos educativos similares en América Latina, lo que lo convierte en un aporte valioso para tu tesis.
Conceptos abordados	Estrés, rendimiento académico, estudiantes.

Ficha 32

FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL	
Nombre del documento	Estrés académico y su relación con la autoestima en estudiantes de enfermería.
Autor	Anderson Daniel Arias Chiluisa Sara Verónica Guadalupe Núñez
Referencia bibliográfica según norma APA	Arias, A., & Guadalupe, S. (2023). Estrés académico y su relación con la autoestima en estudiantes de enfermería. Ibero-American Journal of Education & Society Research, 4(1), e658. https://doi.org/10.56183/iberoeds.v4i1.658
Palabras claves de búsqueda	"Rendimiento académico" AND "estrés" AND "estudiantes universitarios latinoamericanos".
Palabras clave de texto	Estrés Psicológico; Autoestima; Estudiantes de Enfermería; Rendimiento Académico; Educación
Ubicación (dirección electrónica especifica) y/o clasificación topográfica de la biblioteca donde se encuentra	Google Scholar https://doi.org/10.56183/iberoeds.v4i1.658
Descripción del aporte al tema seleccionado	Este estudio aporta evidencia actual y contextualizada del impacto del estrés académico en estudiantes de enfermería en Ecuador, reforzando la importancia de considerar la autoestima como un factor protector clave. Sus hallazgos respaldan la inclusión de estrategias de fortalecimiento emocional y psicoeducativas dentro de las políticas universitarias para mejorar el bienestar estudiantil y, en consecuencia, el rendimiento académico en contextos latinoamericanos.
Conceptos abordados	Estrés académico

Ficha 33

FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL	
Nombre del documento	Diseño y validación de instrumento para medir el compromiso académico en estudiantes universitarios mexicanos
Autor	Mora Romo, Jose Fernando; Martell-Muñoz, Juan
Referencia bibliográfica según norma APA	Mora, J., & Martell, J. (2022). Diseño y validación de instrumento para medir el compromiso académico en estudiantes universitarios mexicanos. Psicogente, 25(48), 1-23. https://doi.org/10.17081/psico.25.48.5094
Palabras claves de búsqueda	"Rendimiento académico" AND "estrés" AND "estudiantes universitarios latinoamericanos".
Palabras clave de texto	Compromiso académico, rendimiento académico, cuestionario psicométrico, estudiantes universitarios, psicometría.
Ubicación (dirección electrónica especifica) y/o clasificación topográfica de la biblioteca donde se encuentra	Dialnet https://doi.org/10.17081/psico.25.48.5094
Descripción del aporte al tema seleccionado	Esta investigación aporta un instrumento psicométricamente validado en población latinoamericana que permite medir el compromiso académico, un factor crucial para entender la relación entre estrés y rendimiento académico. Además, refuerza la evidencia de que factores como la resiliencia y el involucramiento actúan como mediadores protectores frente al estrés, favoreciendo el desempeño académico en estudiantes universitarios.
Conceptos abordados	Rendimiento académico, estudiantes universitarios.

Ficha 34

FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL	
Nombre del documento	El estrés y el rendimiento académico de los estudiantes, caso de estudio: Carrera de Administración de Empresas-UNESUM
Autor	Zaruma Pincay, Margarita Elena; Santana Segura, Lili Samantha; Toala Baque, Maritza Marilu
Referencia bibliográfica según norma APA	Zaruma, M., Santana, L., & Toala, M. (2023). El estrés y el rendimiento académico de los estudiantes, caso de estudio: Carrera de Administración de Empresas-UNESUM. Polo del Conocimiento, 8(2), 1162–1181. https://doi.org/10.23857/pc.v8i2
Palabras claves de búsqueda	"Rendimiento académico" AND "estrés" AND "estudiantes universitarios latinoamericanos".
Palabras clave de texto	Estudiantes; cansancio; emociones.
Ubicación (dirección electrónica especifica) y/o clasificación topográfica de la biblioteca donde se encuentra	Dialnet https://doi.org/10.23857/pc.v8i2
Descripción del aporte al tema seleccionado	Esta investigación constituye un aporte significativo al ofrecer evidencia empírica sobre la estrecha relación entre el estrés y el rendimiento académico en estudiantes universitarios del contexto latinoamericano, con énfasis en Ecuador. Al identificar los factores económicos, interpersonales y académicos como los principales generadores de estrés, el estudio no solo describe una problemática urgente, sino que también fundamenta la necesidad de intervenciones institucionales. Estas deben orientarse al diseño e implementación de programas de acompañamiento psicosocial, estrategias pedagógicas más flexibles, y servicios de orientación financiera y emocional. Fortalecer el bienestar psicológico de los estudiantes es una condición esencial para mejorar su desempeño académico y su permanencia en la educación superior, especialmente en entornos vulnerables o con limitaciones estructurales.

Conceptos abordados	Estudiantes universitarios

Ficha 35

FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL

Nombre del documento	Evaluación del estrés académico y sus efectos sobre el rendimiento en estudiantes universitarios
Autor	Moira Isabel Lemos Rentería Carla María Zapata Rueda Lubin Delgado Arroyo
Referencia bibliográfica según norma APA	Lemos, M., Zapata, C. & Delgado, L. (2024). Evaluación del estrés académico y sus efectos sobre el rendimiento en estudiantes universitarios. Psicogente 27(51), 1-21. https://doi.org/10.17081/psico.27.51.6464
Palabras claves de búsqueda	"Rendimiento académico" AND "estrés" AND "estudiantes universitarios latinoamericanos".
Palabras clave de texto	estrés; rendimiento académico; estrés académico; evaluación; estudiantes universitarios.
Ubicación (dirección electrónica especifica) y/o clasificación topográfica de la biblioteca donde se encuentra	EBSCOHost https://doi.org/10.17081/psico.27.51.6464
Descripción del aporte al tema seleccionado	El artículo aporta evidencia empírica al tema de "Rendimiento académico y estrés en estudiantes universitarios latinoamericanos" al demostrar, mediante un modelo causal basado en análisis de covarianza, cómo variables psicológicas (como el neuroticismo y el psicoticismo) y factores sociodemográficos (edad, semestre y estrato socioeconómico) inciden en el desempeño académico. Además, revela diferencias de género y el impacto de la dependencia económica en el rendimiento, lo que permite entender las

	desigualdades y desafíos específicos del contexto latinoamericano. Estos hallazgos contribuyen a identificar los principales estresores académicos y sus efectos en la salud mental, ofreciendo una base sólida para futuras investigaciones y estrategias de intervención en universidades de la región.
Conceptos abordados	Estrés, depresión y rendimiento académico

Ficha 36

FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL	
Nombre del documento	El optimismo y la procrastinación académica en los estudiantes universitarios.
Autor	Erika Chaquinga, Andrea del Rocío Mejía Rubio
Referencia bibliográfica según norma APA	Chaquinga, E., & Mejía, A. (2023). El optimismo y la procrastinación académica en los estudiantes universitarios. LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades, 4(2), 3425–3438. https://doi.org/10.56712/latam.v4i2.845
Palabras claves de búsqueda	"Rendimiento académico" AND "estrés" AND "estudiantes universitarios latinoamericanos".
Palabras clave de texto	Autorregulación académica, estudiante universitario, optimismo, postergación académica, procrastinación académica
Ubicación (dirección electrónica especifica) y/o clasificación topográfica de la biblioteca donde se encuentra	Dialnet https://doi.org/10.56712/latam.v4i2.845
Descripción del aporte al tema seleccionado	Esta investigación evidencia que el optimismo puede actuar como un factor protector contra la procrastinación académica, lo cual indirectamente favorece un mejor rendimiento académico y menor estrés entre los estudiantes universitarios. Además, destaca la importancia de fomentar el optimismo y la autorregulación en

	contextos educativos latinoamericanos para fortalecer el bienestar y éxito académico de los estudiantes.
Conceptos abordados	Estudiantes universitarios

Ficha 37

FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL	
Nombre del documento	Impacto del estrés en el rendimiento académico de los estudiantes universitarios.
Autor	Salvador Tomás Orrego Zapo, Humberto Iván Morales Huamán, Carlos Javier Medina Valderrama
Referencia bibliográfica según norma APA	Orrego, S., Morales, H., & Medina, C. (2023). Impacto del estrés en el rendimiento académico de los estudiantes universitarios. Revista Hacedor, 7(2), 120–132. https://doi.org/10.26495/rch.v7i2.2525
Palabras claves de búsqueda	"Rendimiento académico" AND "estrés" AND "estudiantes universitarios latinoamericanos".
Palabras clave de texto	Aprendizaje, gestión del aprendizaje, estrés, motivación
Ubicación (dirección electrónica especifica) y/o clasificación topográfica de la biblioteca donde se encuentra	Dialnet https://doi.org/10.26495/rch.v7i2.2525
Descripción del aporte al tema seleccionado	Esta investigación aporta evidencia clara sobre cómo el estrés afecta negativamente el rendimiento académico en estudiantes universitarios latinoamericanos. Reafirma la necesidad de estrategias de gestión del estrés para promover un mejor desempeño académico, destacando la importancia de intervenciones que mejoren el bienestar emocional y organizacional en el contexto universitario.
Conceptos abordados	Estrés

Ficha 38

FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL	
Nombre del documento	Factores relacionados entre el rendimiento académico y la transportación de los estudiantes a la Universidad "UNIANDES"
Autor	Mena Silva, Paola Andrea; Cáceres Silva, Paula Andrea; Reinoso Tucunango, Karen Vanessa; Ríos Salas, Anthony Andrés
Referencia bibliográfica según norma APA	Mena, P., Cáceres, P., Reinoso, K., & Ríos, A. (2023). Factores relacionados entre el rendimiento académico y la transportación de los estudiantes a la Universidad "UNIANDES". Gaceta Médica Estudiantil, 4(3), e341. http://www.revgacetaestudiantil.sld.cu/index.php/gme/article/view/341
Palabras claves de búsqueda	"Rendimiento académico" AND "estrés" AND "estudiantes universitarios latinoamericanos".
Palabras clave de texto	Estrés, estudiantes universitarios, movilización, rendimiento académico, transporte.
Ubicación (dirección electrónica especifica) y/o clasificación topográfica de la biblioteca donde se encuentra	Dialnet http://www.revgacetaestudiantil.sld.cu/index.php/gme/article/view/341
Descripción del aporte al tema seleccionado	El estudio aporta a nuestra investigación al destacar que no todos los tipos de estrés afectan de igual forma el rendimiento académico. En este caso, el estrés asociado a la transportación no mostró un impacto significativo en las calificaciones de los estudiantes, sugiriendo que otros factores como el manejo personal del estrés, la resiliencia o el apoyo social podrían desempeñar un papel protector. Este aporte resulta fundamental para nuestra revisión, ya que amplía la comprensión sobre la necesidad de diferenciar entre estresores que inciden directamente en el rendimiento académico y aquellos que, pese a su presencia, no logran afectarlo de manera significativa,

	fortaleciendo así el enfoque integral que nuestra investigación plantea.
Conceptos abordados	Estrés, rendimiento académico

Ficha 39

FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL

Nombre del documento	Influencia de la salud emocional en el rendimiento académico en estudiantes de una institución de educación superior.
Autor	Ashqui, Andrea; Zambrano, Marjorie; Vallejo, Tatiana; Figueroa, Pablo; Salazar, Reina; Alvarado, Johanna
Referencia bibliográfica según norma APA	Ashqui, A., Zambrano, M., Vallejo, T., Figueroa, P., Salazar, R., & Alvarado, J. (2024). Influencia de la salud emocional en el rendimiento académico en estudiantes de una institución de educación superior. LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades, 5(2), 1154–1166.
Palabras claves de búsqueda	"Rendimiento académico" AND "estrés" AND "estudiantes universitarios latinoamericanos".
Palabras clave de texto	Salud emocional, rendimiento académico, bienestar, ansiedad, estrés, depresión
Ubicación (dirección electrónica especifica) y/o clasificación topográfica de la biblioteca donde se encuentra	Dialnet https://doi.org/10.56712/latam.v5i2.1942
Descripción del aporte al tema seleccionado	Este estudio representa un aporte significativo al establecer de manera empírica que el estrés, aunque prevalente, no siempre guarda una relación directa con el rendimiento académico. Este hallazgo es clave para la investigación latinoamericana, pues permite focalizar mejor los esfuerzos en los factores emocionales que realmente impactan el desempeño estudiantil. En particular, al identificarse que la ansiedad rasgo tiene una correlación moderada e inversa con el

	rendimiento académico, se abre la posibilidad de desarrollar intervenciones orientadas a la gestión de la ansiedad como estrategia preventiva y correctiva. Además, el enfoque mixto utilizado en esta investigación refuerza la utilidad de combinar análisis cuantitativos y cualitativos para comprender mejor las complejidades del entorno emocional del estudiante universitario latinoamericano.
Conceptos abordados	Rendimiento académico, estrés.

Ficha 40

FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL	
Nombre del documento	El estrés en el rendimiento académico de los estudiantes de primer ingreso en la Universidad Especializada de Las Américas.
Autor	Roy Delgado, Agudo, Quintín
Referencia bibliográfica según norma APA	Delgado, R., & Agudo, Q. (2024). El estrés en el rendimiento académico de los estudiantes de primer ingreso en la Universidad Especializada de Las Américas. Revista Latinoamericana de Calidad Educativa, 1(3), 186–191.
Palabras claves de búsqueda	"Rendimiento académico" AND "estrés" AND "estudiantes universitarios latinoamericanos".
Palabras clave de texto	Rendimiento académico, Estrés, Estrategias Educativas, Aprendizaje
Ubicación (dirección electrónica especifica) y/o clasificación topográfica de la biblioteca donde se encuentra	Dialnet https://doi.org/10.70625/rlce/64
Descripción del aporte al tema seleccionado	Este artículo aporta evidencia relevante al demostrar que el estrés es percibido por una parte significativa de los estudiantes como el factor más determinante de bajo rendimiento académico. Los resultados refuerzan la hipótesis de que la etapa de primer ingreso representa un

	momento crítico donde el estrés, si no se maneja adecuadamente, afecta directamente el desempeño académico. Además, aporta datos concretos sobre la falta de preparación, inseguridad y dificultades de organización como elementos clave asociados al estrés, alineándose con investigaciones como la tuya que buscan comprender el vínculo entre salud emocional y rendimiento académico. Finalmente, la propuesta de programas correctivos (talleres de manejo del estrés, técnicas de estudio y apoyo académico) ofrece un marco aplicable para instituciones en toda Latinoamérica que enfrentan esta misma problemática.
Conceptos abordados	Rendimiento académico, estrés.

Ficha 41

FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL	
Nombre del documento	Afrontamiento al estrés y autoeficacia como predictores de la satisfacción académica en una muestra de estudiantes universitarios
Autor	Larico-Uchamaco, Guido Raúl; Roman-Paredes, Nelly Olinda; Ticona-Chayña, Euclides
Referencia bibliográfica según norma APA	Estrada, E., Larico, G., Roman, N., & Ticona, E. (2024). Afrontamiento al estrés y autoeficacia como predictores de la satisfacción académica en una muestra de estudiantes universitarios. Salud, Ciencia y Tecnología, 4, 840. https://doi.org/10.56294/saludcyt2024840
Palabras claves de búsqueda	"Rendimiento académico" AND "estrés" AND "estudiantes universitarios latinoamericanos".
Palabras clave de texto	Afrontamiento del estrés, Autoeficacia, Satisfacción académica, Salud mental, Educación superior
Ubicación (dirección electrónica especifica) y/o clasificación topográfica de la	Dialnet http://dx.doi.org/10.56294/saludcyt2024840

biblioteca donde se encuentra	
Descripción del aporte al tema seleccionado	Este artículo ofrece un aporte sólido al demostrar empíricamente que el afrontamiento al estrés y la autoeficacia no solo están relacionados con la salud mental, sino que son predictores clave de la satisfacción académica, la cual se ha vinculado previamente al rendimiento académico. A diferencia de investigaciones que tratan el estrés como una variable aislada y únicamente negativa, este estudio resalta la importancia de las estrategias de afrontamiento activas y del fortalecimiento de la autoeficacia como mecanismos protectores. Para la investigación de rendimiento académico y estrés en estudiantes universitarios latinoamericanos, estos hallazgos enriquecen el análisis al brindar una perspectiva integradora y práctica sobre cómo intervenir: no solo reduciendo el estrés, sino también promoviendo habilidades que fortalezcan el bienestar académico y el desempeño estudiantil en el contexto universitario latinoamericano.
Conceptos abordados	Estrés

Ficha 42

FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL	
Nombre del documento	Factores psicosociales de la salud mental postpandemia en estudiantes ULEAM, Manta, 2023: Aproximación cualitativa
Autor	Camas Baena, Victoriano; Cedeño Baque, Yamileth; Chavarría Párraga, Odalys; Calvache Guingla, Kelly; Velasco Pico, Alejandra
Referencia bibliográfica según norma APA	Camas, V., Cedeño, Y., Chavarría, O., Calvache, K., & Velasco, A. (2024). Factores psicosociales de la salud mental postpandemia en estudiantes ULEAM, Manta, 2023: Aproximación cualitativa. Revista Científica de Psicología NUNA YACHAY, 6(12), 1–26. https://doi.org/10.56124/nuna-yachay.v6i12.002
Palabras claves de búsqueda	"Rendimiento académico" AND "estrés" AND "estudiantes universitarios latinoamericanos".

Palabras clave de texto	factores psicosociales, salud mental, universitarios, postpandemia, COVID-19
Ubicación (dirección electrónica especifica) y/o clasificación topográfica de la biblioteca donde se encuentra	Dialnet https://doi.org/10.56124/nuna-yachay.v6i12.002
Descripción del aporte al tema seleccionado	Esta investigación representa un aporte fundamental, ya que ofrece una comprensión holística de cómo los factores psicosociales, derivados del entorno académico, familiar y social, inciden directamente en la salud mental y el rendimiento de los estudiantes. El estudio no solo confirma que el estrés y la ansiedad académica persisten en la etapa postpandemia, sino que también los clasifica en fracciones según el nivel de conciencia del afectado. Esto permite identificar perfiles vulnerables y establecer propuestas específicas de intervención. Su enfoque cualitativo y la inclusión de dimensiones como la emocional, cognitiva y conductual fortalecen la línea argumentativa de tu investigación, al evidenciar que el rendimiento académico no puede entenderse de manera aislada, sino como el resultado de una compleja interacción entre salud mental, contexto y percepción individual.
Conceptos abordados	Estudiantes universitarios

Ficha 43

FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL	
Nombre del documento	The impact of employment on the learning environments of nursing students at a private university
Autor	Miguel A. Pérez, Gabriela Urrejola C.
Referencia bibliográfica según norma APA	Pérez, M. A., & Urrejola-Contreras, G. P. (2024). The impact of employment on the learning environments of nursing students at a

	private university. Educación Médica, 25, 100951. https://doi.org/10.1016/j.edumed.2024.100951
Palabras claves de búsqueda	"Rendimiento académico" AND "estrés" AND "estudiantes universitarios latinoamericanos".
Palabras clave de texto	Estudiante de enfermería, empleo a tiempo parcial, entorno de aprendizaje, equilibrio entre trabajo y universidad
Ubicación (dirección electrónica especifica) y/o clasificación topográfica de la biblioteca donde se encuentra	Dialnet https://doi.org/10.1016/j.edumed.2024.100951
Descripción del aporte al tema seleccionado	Este artículo refuerza la relevancia del estrés derivado de factores externos como el trabajo, y su impacto directo en el aprendizaje y rendimiento académico. Para la investigación resulta útil integrar la variable empleo como una posible fuente de estrés crónico, especialmente cuando no se alinea con la carrera o implica largas jornadas. Además, se evidencia la necesidad de políticas universitarias flexibles que contemplen la realidad laboral del estudiante latinoamericano.
Conceptos abordados	Estudiantes universitarios

Ficha 44

FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL	
Nombre del documento	Estresores académicos y los estilos de vida de los estudiantes universitarios: Un estudio predictivo en una universidad pública
Autor	Edwin Gustavo Estrada-Araoz; Guido Ayay-Arista; Elizabeth Orfelia Cruz-Laricano; Jimmy Nelson Paricahua-Peralta
Referencia bibliográfica según norma APA	Estrada, E., Ayay, G., Cruz, E., & Paricahua, J. (2024). Estresores académicos y los estilos de vida de los estudiantes universitarios: Un estudio predictivo en una universidad pública. Retos, 59, 1132–1139. https://doi.org/10.47197/retos.v59.1132

Palabras claves de búsqueda	"Rendimiento académico" AND "estrés" AND "estudiantes universitarios latinoamericanos".
Palabras clave de texto	Estrés académico, estilos de vida, calidad de vida, salud mental, estudiantes universitarios.
Ubicación (dirección electrónica especifica) y/o clasificación topográfica de la biblioteca donde se encuentra	Dialnet https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9704700
Descripción del aporte al tema seleccionado	Este estudio aporta evidencia robusta sobre cómo los estresores académicos no solo afectan el estado emocional, sino también los hábitos de vida de los estudiantes, lo cual puede repercutir en su desempeño académico. La identificación de variables predictoras específicas como el número de cursos y el equilibrio entre estudios, trabajo y familia permite enfocar estrategias de intervención institucional en el ámbito universitario latinoamericano. La información obtenida es valiosa para la investigación, ya que respalda la necesidad de abordar el estrés académico desde una perspectiva integral, considerando tanto las exigencias curriculares como las condiciones personales y familiares del estudiante. Este enfoque holístico puede enriquecer la propuesta de acciones preventivas y de acompañamiento psicológico y académico.
Conceptos abordados	Estrés académico, estudiantes universitarios

Ficha 45

FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL	
Nombre del documento	Salud mental en estudiantes de la Carrera de Kinesiología y Fisioterapia de la Universidad Nacional de Asunción
Autor	Pérez, Jazmín; Ortiz Sandoval, Ruth María; Torales, Julio; Barrios, Iván
Referencia bibliográfica según norma APA	Pérez, J., Ortiz Sandoval, R. M., Torales, J., & Barrios, I. (2024). Salud mental en estudiantes de la Carrera de Kinesiología y

	Fisioterapia de la Universidad Nacional de Asunción. Revista Nacional (Itauguá), 16(2), 55–67. https://doi.org/10.18004/rdn2024.may.02.055.067
Palabras claves de búsqueda	"Rendimiento académico" AND "estrés" AND "estudiantes universitarios latinoamericanos".
Palabras clave de texto	Ansiedad depresión estrés salud mental estudiantes fisioterapia
Ubicación (dirección electrónica especifica) y/o clasificación topográfica de la biblioteca donde se encuentra	Dialnet http://dx.doi.org/10.18004/rdn2024.may.02.055.067
Descripción del aporte al tema seleccionado	Este artículo complementa la investigación al proporcionar evidencia empírica clara sobre cómo los factores académicos (como la regularidad estudiantil) y de estilo de vida (actividad física y empleo) influyen directamente en los niveles de estrés, ansiedad y depresión en estudiantes universitarios. Aporta datos cuantitativos relevantes para Latinoamérica y refuerza la importancia de incorporar el bienestar mental en la evaluación del rendimiento académico. Además, sustenta la necesidad de implementar políticas institucionales de salud mental que consideren estas variables como elementos clave de prevención e intervención dentro del entorno universitario.
Conceptos abordados	Estudiantes

Ficha 46

FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL	
Nombre del documento	Validation of an instrument using exploratory factor analysis to measure technostress in university students. Health Leadership and Quality of Life
Autor	Elda Patricia Beltrán Manzanero, Abraham Gerardo Pérez Sandoval, Enrique Roberto Peralta Mazariego

Referencia bibliográfica según norma APA	Beltrán, E., Pérez, A., & Peralta, E. (2024). Validation of an instrument using exploratory factor analysis to measure technostress in university students. Health Leadership and Quality of Life, 3, 426. https://doi.org/10.56294/hl2024.426
Palabras claves de búsqueda	"Rendimiento académico" AND "estrés" AND "estudiantes universitarios latinoamericanos".
Palabras clave de texto	Bienestar estudiantil, información y comunicación, TTecnologías (TIC); P Académico rendimiento, aprendizaje en línea
Ubicación (dirección electrónica especifica) y/o clasificación topográfica de la biblioteca donde se encuentra	Dialnet doi: 10.56294/hl2024.426
Descripción del aporte al tema seleccionado	Este artículo aporta evidencia concreta sobre cómo el uso intensivo de tecnologías puede generar estrés específico (tecnoestrés) que interfiere con el desempeño académico. Al validar un instrumento para medir este fenómeno, ofrece una herramienta útil para futuras investigaciones que deseen explorar cómo las TIC, en lugar de ser solo facilitadoras, también representan una carga psicológica en entornos educativos. Estos hallazgos refuerzan la necesidad de abordar el estrés académico desde nuevas aristas como el bienestar digital, la autorregulación tecnológica y la formación en competencias de uso saludable de dispositivos. Así, se amplía la comprensión del estrés más allá de lo curricular y emocional, hacia lo tecnológico y conductual.
Conceptos abordados	Rendimiento académico

Ficha 47

FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL	
Nombre del documento	Relación entre el trastorno de juego por internet, el rendimiento académico y el género en estudiantes universitarios peruanos

Autor	Ivan Diaz-Leon; Ivan Iraola-Real; Jano Ramos-Diaz; Romy Díaz Fernandez
Referencia bibliográfica según norma APA	Díaz, I., Iraola, I., Ramos, J., & Díaz, R. (2024). Relación entre el trastorno de juego por internet, el rendimiento académico y el género en estudiantes universitarios peruanos. Revista Ibérica de Sistemas e Tecnologias de Informação, (E68), 15–27. https://www.researchgate.net/publication/381760319
Palabras claves de búsqueda	"Rendimiento académico" AND "estrés" AND "estudiantes universitarios latinoamericanos".
Palabras clave de texto	Trastorno de juego por internet, Rendimiento académico, Universitarios, Diferencias por género
Ubicación (dirección electrónica especifica) y/o clasificación topográfica de la biblioteca donde se encuentra	Dialnet https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9981801
Descripción del aporte al tema seleccionado	Este estudio aporta una perspectiva novedosa al considerar un estresor emergente como el uso compulsivo de videojuegos en entornos académicos. Aunque no se evidenció relación directa entre el IGD y el rendimiento académico en esta muestra, sí se identificaron variables sociodemográficas relevantes que predicen el riesgo de trastorno. Esta investigación sugiere que el estrés académico puede manifestarse también en formas digitales y conductuales, lo que justifica incluir el uso problemático de tecnologías como parte del entorno estresante del estudiante universitario moderno. Además, permite ampliar el análisis más allá de factores clásicos como carga académica o ansiedad, hacia hábitos digitales que podrían alterar el rendimiento indirectamente en contextos con mayor prevalencia de IGD.
Conceptos abordados	Rendimiento académico

UNIVERSIDAD CESMAG NIT: 800.109.387-7 VIGILADA MINEDUCACIÓN	**CARTA DE ENTREGA TRABAJO DE GRADO O TRABAJO DE APLICACIÓN – ASESOR(A)**	**CÓDIGO:** AAC-BL-FR-032
		VERSIÓN: 1
		FECHA: 09/JUN/2022

San Juan de Pasto, 28 de agosto de 2025

Biblioteca
REMIGIO FIORE FORTEZZA OFM. CAP.
Universidad CESMAG
Pasto

Saludo de paz y bien.

Por medio de la presente se hace entrega del Trabajo de Grado / Trabajo de Aplicación denominado Rendimiento académico y estrés en estudiantes universitarios latinoamericanos, una revisión sistemática de literatura del periodo 2014-2024, presentado por el (los) autor(es) Katerin Dayana Angulo Preciado y Brayan Gabriel Benavides Torres del Programa Académico Psicología al correo electrónico biblioteca.trabajosdegrado@unicesmag.edu.co. Manifiesto como asesor(a), que su contenido, resumen, anexos y formato PDF cumple con las especificaciones de calidad, guía de presentación de Trabajos de Grado o de Aplicación, establecidos por la Universidad CESMAG, por lo tanto, se solicita el paz y salvo respectivo.

Atentamente,

MAGDA FERNANDA BENAVIDES PONCE
C.C. 27091331
Psicología
3183832740
mfbenavides@unicesmag.edu.co

INFORMACIÓN DEL (LOS) AUTOR(ES)	
Nombres y apellidos del autor: **Katerin Dayana Angulo Preciado**	**Documento de identidad:** 1089538059
Correo electrónico: lanenadayi1909@gmail.com	**Número de contacto:** 3215059765
Nombres y apellidos del autor: **Brayan Gabriel Benavides Torres**	**Documento de identidad:** 1087778450
Correo electrónico: brayanbe012@gmail.com	**Número de contacto:** 3152132048
Nombres y apellidos del asesor: **Magda Fernanda Benavides Ponce**	**Documento de identidad:** 27091331
Correo electrónico: mfbenavides@unicesmag.edu.co	**Número de contacto:** 3183832740
Título del trabajo de grado: Rendimiento académico y estrés en estudiantes universitarios latinoamericanos, una revisión sistemática de literatura del periodo 2014-2024.	
Facultad y Programa Académico: Ciencias Sociales y Humanas, Psicología	

En mi (nuestra) calidad de autor(es) y/o titular (es) del derecho de autor del Trabajo de Grado o de Aplicación señalado en el encabezado, confiero (conferimos) a la Universidad CESMAG una licencia no exclusiva, limitada y gratuita, para la inclusión del trabajo de grado en el repositorio institucional. Por consiguiente, el alcance de la licencia que se otorga a través del presente documento, abarca las siguientes características:

a) La autorización se otorga desde la fecha de suscripción del presente documento y durante todo el término en el que el (los) firmante(s) del presente documento conserve (mos) la titularidad de los derechos patrimoniales de autor. En el evento en el que deje (mos) de tener la titularidad de los derechos patrimoniales sobre el Trabajo de Grado o de Aplicación, me (nos) comprometo (comprometemos) a informar de manera inmediata sobre dicha situación a la Universidad CESMAG. Por consiguiente, hasta que no exista comunicación escrita de mi(nuestra) parte informando sobre dicha situación, la Universidad CESMAG se encontrará debidamente habilitada para continuar con la publicación del Trabajo de Grado o de Aplicación dentro del repositorio institucional. Conozco(conocemos) que esta autorización podrá revocarse en cualquier momento, siempre y cuando se eleve la solicitud por escrito para dicho fin ante la Universidad CESMAG. En estos eventos, la Universidad CESMAG cuenta con el plazo de un mes después de recibida la petición, para desmarcar la visualización del Trabajo de Grado o de Aplicación del repositorio institucional.
b) Se autoriza a la Universidad CESMAG para publicar el Trabajo de Grado o de Aplicación en formato digital y teniendo en cuenta que uno de los medios de publicación del repositorio institucional es el internet, acepto(amos) que el Trabajo de Grado o de Aplicación circulará con un alcance mundial.
c) Acepto (aceptamos) que la autorización que se otorga a través del presente documento se realiza a título gratuito, por lo tanto, renuncio(amos) a recibir emolumento alguno por la publicación, distribución, comunicación pública y/o cualquier otro uso que se haga en los términos de la presente autorización y de la licencia o programa a través del cual sea publicado el Trabajo de grado o de Aplicación.
d) Manifiesto (manifestamos) que el Trabajo de Grado o de Aplicación es original realizado sin violar o usurpar derechos de autor de terceros y que ostento(amos) los derechos patrimoniales de autor

sobre la misma. Por consiguiente, asumo(asumimos) toda la responsabilidad sobre su contenido ante la Universidad CESMAG y frente a terceros, manteniéndose indemne de cualquier reclamación que surja en virtud de la misma. En todo caso, la Universidad CESMAG se compromete a indicar siempre la autoría del escrito incluyendo nombre de(los) autor(es) y la fecha de publicación.

e) Autorizo(autorizamos) a la Universidad CESMAG para incluir el Trabajo de Grado o de Aplicación en los índices y buscadores que se estimen necesarios para promover su difusión. Así mismo autorizo (autorizamos) a la Universidad CESMAG para que pueda convertir el documento a cualquier medio o formato para propósitos de preservación digital.

NOTA: En los eventos en los que el trabajo de grado o de aplicación haya sido trabajado con el apoyo o patrocinio de una agencia, organización o cualquier otra entidad diferente a la Universidad CESMAG. Como autor(es) garantizo(amos) que he(hemos) cumplido con los derechos y obligaciones asumidos con dicha entidad y como consecuencia de ello dejo(dejamos) constancia que la autorización que se concede a través del presente escrito no interfiere ni transgrede derechos de terceros.

Como consecuencia de lo anterior, autorizo(autorizamos) la publicación, difusión, consulta y uso del Trabajo de Grado o de Aplicación por parte de la Universidad CESMAG y sus usuarios así:

- Permito(permitimos) que mi(nuestro) Trabajo de Grado o de Aplicación haga parte del catálogo de colección del repositorio digital de la Universidad CESMAG, por lo tanto, su contenido será de acceso abierto donde podrá ser consultado, descargado y compartido con otras personas, siempre que se reconozca su autoría o reconocimiento con fines no comerciales.

En señal de conformidad, se suscribe este documento en San Juan de Pasto, a los 28 días del mes de agosto del año 2025

Dayana Angulo Firma del autor	Brayan Benavides Firma del autor
Nombre del autor: Katerin Dayana Angulo Preciado	Nombre del autor: Brayan Gabriel Benavides Torres
Firma del asesor Nombre del asesor: Magda Fernanda Benavides Ponce	