

**Relación entre estrategias de afrontamiento del estrés y rendimiento académico en  
estudiantes universitarios**

**Silvia Margarita Cocunubo Bolívar**

**Tutor: Diego Carrillo Mojica**



**Especialización en Docencia Universitaria**

**Unidad Académica de Ciencias de la Educación - UACE**

**Universidad Piloto de Colombia**

**Bogotá D.C.**

**Septiembre de 2021**

**Nota de la autora**

La correspondencia relacionada con este proyecto debe ser dirigida a: Silvia Cocunubo Bolívar,  
Especialización en Docencia Universitaria, Universidad Piloto de Colombia, Bogotá. Contacto:

[silvia-cocunubo@upc.edu.co](mailto:silvia-cocunubo@upc.edu.co)

## Tabla de contenido

|                                                            |    |
|------------------------------------------------------------|----|
| Resumen.....                                               | 6  |
| Abstract.....                                              | 7  |
| Introducción.....                                          | 8  |
| Problematización.....                                      | 12 |
| Planteamiento del problema.....                            | 12 |
| Pregunta de investigación y objetivos.....                 | 16 |
| Objetivo general.....                                      | 16 |
| Objetivos específicos.....                                 | 16 |
| Justificación.....                                         | 17 |
| Contexto y sujetos de la investigación.....                | 21 |
| Estado de la cuestión.....                                 | 23 |
| Marcos de referencia.....                                  | 30 |
| Marco de Referencia.....                                   | 30 |
| La educación: resignificación del individuo.....           | 30 |
| Aprendizaje: un proceso subjetivo.....                     | 31 |
| Rendimiento académico.....                                 | 32 |
| Estrés: factor psicosocial.....                            | 34 |
| Inteligencia emocional.....                                | 37 |
| Estrategias de afrontamiento.....                          | 40 |
| Deserción académica.....                                   | 46 |
| Marco teórico.....                                         | 50 |
| Marco histórico.....                                       | 50 |
| Marco conceptual.....                                      | 53 |
| Marco legal.....                                           | 55 |
| Constitución Política de Colombia y Ley 115 de 1994.....   | 56 |
| Resolución 2646 de 2008.....                               | 57 |
| Ley 112 de 2011, Ministerio de Educación Nacional.....     | 57 |
| Ley 1616 de 2013.....                                      | 58 |
| Proceder metodológico.....                                 | 59 |
| Enfoque metodológico.....                                  | 59 |
| Perspectiva etimológica o alcance de la investigación..... | 59 |
| Tipo de investigación o diseño metodológico.....           | 60 |

RELACIÓN ENTRE ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO DEL ESTRÉS Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES  
UNIVERSITARIOS

|                                                             |    |
|-------------------------------------------------------------|----|
| Fase 1. Acercamiento y Caracterización de la muestra.....   | 61 |
| Fase 2. Aplicación de prueba y recolección de datos.....    | 61 |
| Fase 3. Análisis de datos .....                             | 62 |
| Método de investigación .....                               | 62 |
| Técnicas de recolección de información .....                | 63 |
| Instrumentos.....                                           | 63 |
| Encuesta y cuestionario Brief Cope .....                    | 63 |
| Promedio Acumulados Ponderados .....                        | 65 |
| Tratamiento de la información.....                          | 66 |
| Resultados .....                                            | 71 |
| Descripción de la muestra.....                              | 71 |
| Análisis descriptivo de las variables de Investigación..... | 71 |
| Análisis Correlacional.....                                 | 72 |
| Discusión .....                                             | 73 |
| Conclusiones .....                                          | 73 |
| Recomendaciones .....                                       | 74 |
| Referencias Bibliográficas .....                            | 75 |

### **Índice de tablas y fuentes**

|                                                                                       |    |
|---------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Tabla 1: Estrategias de afrontamiento.....                                            | 42 |
| Tabla 2: Tipos de afrontamiento .....                                                 | 45 |
| Tabla 3: Interpretación Rendimiento Académico .....                                   | 66 |
| Tabla 4: Rúbrica de evaluación.....                                                   | 69 |
| <br>                                                                                  |    |
| Fuente 1: Figueroa, M., Contini, N., Lacunza, A., Levín, M. y Estévez, A. (2005)..... | 43 |
| Fuente 2: Fernández, Contini, Ongarato, Saavedra y De la iglesia (2009).....          | 45 |
| Fuente 3: autor investigador.....                                                     | 66 |

### **Resumen**

El propósito de este estudio es determinar la relación entre las estrategias de afrontamiento y el rendimiento académico en estudiantes universitarios. El estudio es de tipo descriptivo, correlacional, y cuantitativo transversal; la muestra estará constituida por 150 estudiantes de pregrado, de diferentes Universidades de la Ciudad de Bucaramanga. La muestra será no probabilística por conveniencia. El instrumento para la recolección de datos será la encuesta y el cuestionario “Brief Cope”, constituido por 28 ítems a fin de medir estrategias de afrontamiento. Con la intención de probar la hipótesis de que existe relación entre las variables de estudio, se utilizará la prueba de correlación de Pearson.

*Palabras clave:* Estrategias de Afrontamiento, estudiantes, rendimiento académico.

### **Abstract**

The purpose of this study is to determine the relationship between coping strategies and academic performance in undergraduate University students. The study is descriptive, correlational, and cross-sectional quantitative; the sample will be made up of 150 undergraduate students from different Universities of the City of Bucaramanga. The sample will be non-probabilistic for convenience. The instrument for data collection will be the survey and the "Brief Cope" questionnaire, consisting of 28 items in order to measure coping strategies. In order to test the hypothesis that there is a relationship between the study variables, the Pearson correlation test will be used.

*Keywords:* Coping Strategies, students, academic performance.

## Introducción

Actualmente los seres humanos utilizan múltiples maneras para combatir el estrés en diferentes escenarios de su vida cotidiana. Uno de los contextos en el que se buscan minimizar o hacer más llevadero el estrés es en el ámbito educativo, debido a que es uno de los espacios donde existe una alta demanda de compromisos académicos que requieren una mayor capacidad de afrontamiento para prevenir riesgos asociados a la enfermedad física o mental a causa del estrés y las afectaciones que se derivan del mismo.

El estrés es considerado como una reacción ocasionada en el ser humano ante una situación amenazante o de gran exigencia, y en donde juega un papel importante la supervivencia de sí mismo o de su especie. Si las respuestas obtenidas son eficaces y permiten una mejor adaptación al medio se denomina *eustrés*. A lo largo de la vida los seres humanos presentan estrés por diversas situaciones como lo son: falta de sueño, algún problema de trabajo, no entregar una tarea a tiempo, enterarse de una enfermedad terminal, problemas económicos, etcétera. Estas situaciones pueden generar respuestas incorrectas en la adaptación del sujeto y si estas respuestas son prolongadas ocasionarán sobrecarga en el organismo que puede originar una enfermedad, esto se denomina *diestrés* (Vales, 2011).

En ese sentido, se considera el estrés como un fenómeno positivo que permite estar alerta, y rendir adecuadamente ante las diferentes demandas del ambiente. De otro lado, el estrés se identifica como un fenómeno negativo cuando sus niveles son elevados y sobrepasan los recursos internos de la persona, creando en el individuo consecuencias que afectan significativamente el rendimiento académico y negativamente la salud física y mental (Bedoya, Perea y Ordeño, 2006).

El ámbito universitario se identifica por la presencia de elevados niveles de estrés, debido a que este se percibe como un ambiente nuevo de interacción social, que exige la atención del estudiante y ejecución de responsabilidades y obligaciones académicas (Mazo, Londoño y Gutiérrez, 2013). De esta forma, el estrés académico es un fenómeno que se manifiesta en los estudiantes de todas las edades y niveles educativos, generando en ellos alteraciones negativas en su respuestas cognitivas, motoras y fisiológicas, lo cual se evidencia de forma desfavorable en el rendimiento académico de los estudiantes, influyendo, tanto en sus bajas calificaciones como en el abandono o deserción de los procesos académicos (Feldman et al., 2008).

De igual manera, la presencia de niveles adecuados de estrés académico en estudiantes universitarios, genera un estado de alerta pertinente para la consecución y cumplimiento de las tareas y exigencias propias de la vida universitaria (Román, Ortiz, y Hernández, 2008). Barraza, (2006) clasifica los síntomas del estrés académico como físicos, psicológicos y comportamentales. Los primeros derivan en síntomas como: insomnio, cansancio ante las actividades extracurriculares, dolor de cabeza, problemas de digestión, temblor en las manos o pies, entre otros. Entre los comportamentales se destacan el aislamiento, apatía, desinterés en la realización de tareas académicas, surgimiento de conflictos, peleas entre los mismos estudiantes y docentes, confrontaciones que afectan significativamente las áreas académicas como las personales e ingesta de consumo de sustancias psicoactivas.

En cuanto a los síntomas psicológicos se hallan inquietud, tristeza, angustia ante la percepción de no poder manejar una situación, problemas de concentración a la hora de estudiar o en los diferentes contextos de aprendizaje, bloqueos mentales en exámenes o exposiciones y por último olvidos. Estas descripciones podrían repercutir de forma negativa en el rendimiento

académico, a nivel social, en la salud física y mental de los estudiantes universitarios (Mazo, Londoño y Gutiérrez, 2013).

Es así como, el siguiente estudio nace de la inquietud del investigador por identificar la relación que existe entre las estrategias de afrontamiento y el rendimiento académico en 150 estudiantes universitarios de la Ciudad de Bucaramanga, entre los 18 y 28 años de edad. A través de esta investigación se pretende identificar si existe una relación entre el rendimiento académico y las estrategias de afrontamiento presentes en los estudiantes universitarios de la región.

La investigación presenta un enfoque cuantitativo, de alcance descriptivo correlacional y de corte transversal. Como instrumento de medición se utilizará la encuesta y el cuestionario *Brief Cope*<sup>1</sup>, constituido por 28 ítems a fin de medir estrategias de afrontamiento y el promedio acumulado ponderado de los estudiantes de pregrado. Este estudio tiene la finalidad de contribuir al conocimiento sobre las estrategias de afrontamiento que pueden ayudar a que los estudiantes obtengan mejor rendimiento académico y por ende a culminar sus estudios satisfactoriamente.

A su vez, se busca incentivar el desarrollo de estrategias que favorezcan y promuevan la formación de habilidades en los estudiantes universitarios, que les permitan adaptarse a los cambios, gestionar demandas tanto externas como internas percibidas como excesivas para los recursos que se poseen y superar las adversidades de la vida.

La estructura de la presente investigación se desarrollará en diferentes apartados, partiendo por la descripción del problema, los objetivos y la pregunta de investigación. Seguidamente se desarrollará el marco teórico que incluirá referencias internacionales y nacionales de investigaciones precedentes, así como los principales conceptos sobre estrategias de afrontamiento, sus clases, rendimiento académico, prosiguiendo con la metodología, el

---

<sup>1</sup> Este término, traducido al español significa “afrontamiento”.

procedimiento, posteriormente se dará la presentación de los resultados y su discusión, haciéndose una descripción de la muestra poblacional, todo ello a través de estadística descriptiva y correlacional, realizando el correspondiente análisis de frecuencia, medidas de Tendencia Central y pruebas paramétricas para establecer correlaciones entre las variables.

Como conclusión, el estudio puntualizará en la correlación entre las variables de estudio, permitiendo visualizar esa relación. Del mismo modo, se resalta la necesidad de realizar investigaciones acerca del estrés académico, sus estrategias de afrontamiento y la relación que existen con el rendimiento académico en estudiantes universitarios colombianos. Las pocas investigaciones desarrolladas en Colombia encontraron que los principales estresores son: la presentación oral y la sobrecarga académica; a su vez, se encuentra que los estudiantes que presentan niveles elevados de estrés académico tienden a presentar mayor riesgo de sufrir depresión.

## **Problematización**

### **Planteamiento del problema**

De conformidad con la postura de Pariat et al. (2014), la etapa universitaria es una de las experiencias más destacadas en la vida de los jóvenes y adolescentes, puesto que en la universidad es donde se abren camino para conocer, disfrutar nuevos ambientes, relacionarse y adquirir habilidades académicas, lo cual los prepara para la vida adulta. Sin embargo, en este nuevo conocer del mundo, se encuentran también con una serie de desafíos y obstáculos de la vida cotidiana que contribuyen al desarrollo de niveles elevados de estrés que, de no ser tratados, pueden afectar el rendimiento académico, emocional y el bienestar social del estudiante.

Cuando el estrés se manifiesta como un fenómeno positivo, genera un estado de alerta que permite tener un rendimiento físico y mental que da lugar a una sensación de confianza y control para llevar a término tareas y retos de forma exitosa. Por el contrario, se empieza a hablar de la presencia del estrés académico como un problema cuando sus niveles se encuentran elevados o sobrepasan los recursos internos de afrontamiento de la persona, en este punto es importante considerar lo expuesto por Bedoya, Perea y Ordeño (2006) cuando expresan que los estudiantes “pueden llegar a afectar su rendimiento lo académico, la salud física y mental, y problemas en áreas sociales” (p.34).

En este sentido, al hablar de estrés académico es necesario establecer un diagnóstico que dé cuenta de las investigar cuáles son los desencadenantes de esta problemática en los estudiantes dentro del ambiente educativo, es así como se empieza a indagar cuáles son los principales estresores académicos, en donde se destacan la sobrecarga de tareas y el limitado tiempo para hacerlas (Mendoza et al., 2010), percepción de los docentes como muy exigentes (Pulido et al.,

2011), situaciones relacionadas con la época de exámenes, deficiencias en la metodología de los docentes, presentaciones en público (Vizoso y Arias, 2016), falta de tiempo para realizar el trabajo académico, exámenes y evaluaciones y trabajos obligatorios (Alfonso et al., 2015).

A su vez, se ha encontrado que, a mayores niveles de estrés académico, los estudiantes universitarios se exponen a la probabilidad de sufrir síntomas que afectan la salud física, psicológica, mental y comportamental, derivando en síntomas como insomnio, cansancio, problemas de digestión, tristeza, angustia, bloqueos mentales, aislamiento, trastornos del estado del ánimo como depresión y ansiedad (Nonterah et al., 2015). Del mismo modo, traen consigo consecuencias negativas que pueden repercutir en el bajo rendimiento académico (Barraza y Quiñones, 2007), y otros riesgos que van desde variaciones en el sueño, hábitos tóxicos como el consumo de sustancias psicoactivas, uso del tiempo de ocio de forma negativa, sexualidad afectada, hasta la posibilidad de llegar a presentar ideación suicida (Nieves et al., 2013).

Sin embargo, los seres humanos poseen herramientas para hacer frente a situaciones que se perciben como estresantes, tales como las estrategias de afrontamiento adaptativas, que según Ávila et al. (2014), debilitan los estresores beneficiando el afrontamiento activo, empleando estrategias como aceptación, planificación, reinterpretación positiva y humor. En ese sentido, se plantea que la solución de problemas y la búsqueda de apoyo social son estrategias de afrontamiento que favorecen el bienestar psicológico y la reducción de los elevados niveles de estrés académico.

Teniendo en cuenta lo anterior, y con base en una revisión teórica, se encuentra que en Colombia es poca la investigación empírica sobre el estrés académico, a pesar de su efecto en el rendimiento académico. Asimismo, no se encontraron investigaciones sobre las estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios. En resumen, se desconocen los niveles de estrés en el

país específicamente en la Ciudad de Bucaramanga, y sus consecuencias en los estudiantes universitarios. Para resolver esto se requiere adelantar una investigación que incluya diferentes etapas que permitan no sólo conocer el estado del fenómeno, sino proponer acciones que lo atenúen.

Por otra parte, las políticas de educación en el país han sido un tema controversial y sometido a muchos cambios estructurales para lograr que toda la población puedan tener un desarrollo integral completo, colocando como prioridad la educación para todos, con la convicción de que así se puede mejorar la prosperidad económica y social del país tal. Y es que de esa manera lo señala la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico (OCDE) en su libro *Education in Colombia* (2016). Pero, a pesar de que en el país existen universidades oficiales con costos de matrícula asequibles que permiten acceder a la educación con bajo costo y programas al mérito como *Ser pilo paga*, su cobertura aún es muy poca, obligando a que los estudiantes de bajos recursos tengan que buscar en el sector privado y asumir costos de financiación que muchas veces son imposibles de mantener.

Por otra parte, la posibilidad de que los estudiantes no se gradúen o repitan, está determinado por la preparación académica precedente que muchas veces es muy pobre ya que se ve condicionada con los bajos ingresos de los estudiantes y de su familia y la falta de educación de los padres, resultando en jóvenes y adultos poco preparados, aumentando el índice de deserción. Estas restricciones tanto de preparación como de liquidez para los individuos con talento reducen no sólo la equidad sino también la eficiencia, puesto que los estudiantes con mayores habilidades e ingresos bajos son más propensos a desertar que sus pares más favorecidos (Ferreira et al., 2017).

Ahora bien, según estadísticas del Banco Mundial (2017) alrededor de la mitad de la población de 25-29 años de edad que comenzaron la educación superior, en algún momento no

finalizaron sus estudios, sea porque aún están estudiando o porque desertaron. Adicionalmente usando datos administrativos para Colombia, se estimó que en torno al 42% de los estudiantes que comienzan un programa universitario abandonan el sistema de educación superior, siendo Colombia el segundo país en América Latina con mayor tasa de deserción universitaria.

Igualmente, el MEN (2012), en un estudio realizado con cohorte 2012, mostró que 45.3% de los estudiantes que ingresaron a la educación superior se retiraron de sus estudios. Además, la deserción anual para el 2012 fue de 11.1%. Con esto queda en evidencia que la población estudiantil universitaria del país, tiene un alto índice de bajo rendimiento académico u abandono. Este hecho ha traspasado el ámbito meramente educativo, para convertirse en un problema social que preocupa a educadores, economistas, políticos y a la sociedad en general. Esto podría relacionarse con el hecho de que diferentes factores tanto familiares como sociales afectan la vida de los individuos y que a su vez se ven reflejados en todas las áreas donde se desarrolla el individuo. Así, las estrategias de afrontamiento de los ciudadanos, resultan no ser suficientes y el entorno en el que se desenvuelve el estudiante, no es favorable para que jóvenes y adultos puedan culminar sus estudios.

Por otra parte, es menester identificar los factores de riesgo que conllevan a la deserción escolar y los factores protectores que conllevan a un mejor Rendimiento Académico (Aguiar y Acle-Tomasini, 2012). Adicionalmente los estudios sobre el rendimiento académico y el contexto familiar en los estudiantes se han realizado en niveles educativos primarios y muy poco en los universitarios (Torres y Rodríguez, 2006). Actualmente no existen datos departamentales sobre como los factores protectores Familiares pueden influir directa o indirectamente en un mejor rendimiento académico en los estudiantes por eso es de gran importancia evaluar dichas relaciones.

## **Pregunta de investigación y objetivos**

Con referencia a lo anterior, se propone la siguiente pregunta de Investigación: ¿existe relación entre las estrategias de afrontamiento frente al estrés y el rendimiento académico en estudiantes Universitarios de Bucaramanga?, bajo la pregunta sustentadora ¿cuál es la relación entre las estrategias de afrontamiento del estrés y el rendimiento académico en estudiantes universitarios?

De esta manera, surgen como objetivos:

### ***Objetivo general***

Determinar la relación entre las estrategias de afrontamiento frente al estrés y el rendimiento académico en estudiantes Universitarios.

### ***Objetivos específicos***

- Establecer un diagnóstico del rendimiento académico de los estudiantes universitarios.
- Identificar acciones de afrontamiento de los estudiantes frente al manejo del estrés.
- Describir posibles acciones de abordaje para la solución de los problemas de estrés que causan el bajo rendimiento académico.

Y como hipótesis principales:

H1: Si se evalúa el rendimiento académico de los estudiantes Universitarios de la Ciudad de Bucaramanga, se encontrará que no se ve afectado por las Estrategias de Afrontamiento.

H2: Se evalúa el rendimiento académico de los estudiantes Universitarios de la Ciudad de Bucaramanga, encontrándose que los que presentan mejor rendimiento académico tienen un mayor

nivel de Estrategias de Afrontamiento, con respecto a los que presentan bajo rendimiento académico.

### **Justificación**

La presente investigación busca contribuir al entendimiento de cómo las estrategias de afrontamiento inciden en los estudiantes universitarios a nivel Académico. Entendiendo que la educación se instituye como una herramienta de desarrollo social y humano, y actúa como el gran igualador, constituyéndose, como el mecanismo definitivo para lograr la igualdad de oportunidades y la esperanza máxima de los padres que desean un futuro mejor para sus hijos. (Ferreyra et al., 2017).

Generalmente, la época universitaria inicia durante la adolescencia, esta constituye un conjunto de nuevas situaciones que permiten el desarrollo a nivel, personal, familiar, social, profesional, cognitivo y emocional de los jóvenes, quienes se encuentran en una etapa de transición la cual está relacionada con procesos de formación de identidad, autonomía, y toma de decisiones (Martín, Trujillo y Moreno, 2013).

Adicionalmente, esta etapa se caracteriza por ser un período principalmente adaptativo en el que se presentan desajustes y situaciones de crisis, en donde la persona deberá utilizar sus recursos internos y del ambiente para encajar en el contexto; por esto, el joven deberá reestructurar aspectos de su vida con el fin lograr un equilibrio en las nuevas interacciones sociales con sus pares, establecer relaciones con personas del sexo contrario, cumplir con las demandas propias de la vida académica, y a su vez, mantener su rol en el ámbito familiar y personal, lo cual podría desencadenar niveles elevados de estrés (Morales y Moysén, 2015; Nieves et al., 2013).

Es aquí donde la universidad cobra un rol relevante en el desarrollo de los estudiantes universitarios, quienes la identifican como un nuevo contexto de formación, educación y salud, esto implica que los estudiantes deberán poner en práctica sus recursos internos para mediar y afrontar las dificultades que se presentan en este contexto, a través de estrategias que permitan disminuir sus niveles de estrés como: planificación, búsqueda de apoyo emocional, reinterpretación positiva y crecimiento, aceptación, negación, focalización y expresión de emociones (Díaz, 2010), con la finalidad de lograr un balance entre estas nuevas exigencias y el bienestar del estudiante.

Asimismo, las instituciones educativas tienen como deber crear estrategias educativas con el objetivo de brindarle a los estudiantes herramientas que les permitan disminuir las consecuencias negativas de los eventos estresores propios de la vida universitaria y que favorezcan la permanencia estudiantil (Satchimo, Nieves y Grau, 2013). Y es que, con base en la información revisada sobre el estrés académico, se ha encontrado que en Colombia no se presentan suficientes investigaciones que permitan conocer cómo funciona este fenómeno, del mismo modo no se hallaron evidencias de estudios realizados sobre las estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios colombianos, desconociéndose su efecto en el rendimiento académico.

Por lo tanto, se concluye que, en el departamento de Santander, específicamente en el municipio de Bucaramanga, no se han realizado investigaciones que arrojen datos sobre esta problemática. Este trabajo realiza una revisión teórica que permite conocer las investigaciones realizadas en diferentes contextos, encontrando que a nivel internacional y latinoamericano se interesaron por medir los niveles de estrés académico y las estrategias para afrontarlo.

Del mismo modo, se buscó indagar la relación de este fenómeno con variables como: rendimiento académico, ansiedad, depresión, autoestima, entre otras. Por otro lado, a nivel

nacional, se hallaron dos investigaciones, la primera tuvo como objetivo medir los niveles de estrés académico, en relación a la edad, sexo, y tipo de carrera (Mazo, Londoño y Gutiérrez, 2013), mientras que la segunda investigación, buscó relacionar la depresión con los factores generadores de estrés, sexo, edad y nivel de formación (Gutiérrez et al., 2010).

Teniendo en cuenta lo anterior, el presente trabajo beneficiará, por un lado, el reconocimiento de las dificultades que presentan los estudiantes universitarios frente a los niveles elevados de estrés académico, cómo puede afectar su rendimiento académico, salud y bienestar personal; y a su vez se exponen las estrategias de afrontamiento para disminuir estas consecuencias. Del mismo modo, favorece a los docentes universitarios e instituciones académicas de educación superior, en la creación y aplicación de nuevas metodologías pertinentes a la hora de ejercer su pedagogía en relación a esta problemática.

En este sentido esta investigación es una revisión teórica acerca de las estrategias de afrontamiento y su relación con el rendimiento académico; de esta forma se resalta la importancia de desarrollar investigaciones en Colombia que permitan conocer datos de este fenómeno a nivel nacional y regional, con el objetivo de diseñar posibles intervenciones para contrarrestar los efectos adversos en el rendimiento académico, la salud física y mental (Berrío y Mazo, 2011).

Esta problemática se ubica dentro de los parámetros de la línea nacional de investigación Educación Social e Intervención Psicosocial, la cual permite entender y conocer cómo se producen los procesos cognitivos en la educación psicosocial, así como buscar transformaciones que impacten a nivel social y educativo. Los resultados del seguimiento del fracaso y la deserción estudiantil en educación superior demuestran que los principales factores determinantes para el mal rendimiento y abandono de estudios se sitúa en la dimensión académica con la cual ingresan los

estudiantes a la universidad, además de factores financieros y socioeconómicos, situación que tiene su origen en la familia de donde procede el estudiante (Guzmán, Durán, Franco, 2009).

La familia influye de forma positiva o negativa en el desarrollo psicosocial y cultural del estudiante, se ha comprobado que el tipo de estimulación recibida en el hogar, entre el nacimiento y el comienzo de la escolaridad y durante los periodos de vacaciones, y las actividades recreativas, resultan fundamentales para estimular sus habilidades cognitivas, su desarrollo emocional y social y por ende, su rendimiento académico (Mata, 2014).

En cuanto a la utilidad teórica de esta investigación, hay una fundamentación principalmente en el establecimiento de la relación que existe entre las estrategias de afrontamiento y rendimiento académico de los estudiantes universitarios. Esta información, junto con las investigaciones precedentes de deserción escolar en el país, proporciona gran utilidad para las instituciones educativas públicas y privadas encargadas de brindar la educación superior a los jóvenes y adultos del país, en aras de mejorar el bienestar e incentivar la conciencia del estado y de la población en general sobre la importancia de la educación superior para el desarrollo económico del país.

Además, también se busca el establecimiento de estrategias que permitan la intervención sobre destrezas de afrontamiento en estudiantes universitarios, con el fin de una innovación educativa que permita un acercamiento a la igualdad de oportunidades en la educación, favoreciendo a aquellos estudiantes que presenten bajos niveles académicos con programas que permitan fortalecer la capacidad adaptativa y de afrontamiento en los alumnos, a fin de alcanzar metas y logros académicos de forma satisfactoria.

## **Contexto y sujetos de la investigación**

Según el Observatorio de la Universidad Colombiana (2020), en Bucaramanga y Santander hay 4.792 estudiantes en promedio por cada IES con presencia en una región con una cobertura muy por encima del promedio nacional. El promedio nacional, por IES, a 2018, es de 8.161, aclarando que esto incluye los datos de las grandes, como el Servicio Nacional de Aprendizaje (SENA), la Universidad Nacional Abierta y a Distancia (UNAD) y Corporación Universitaria Minuto de Dios (UNIMINUTO). Según la información oficial del Ministerio de Educación, a 2018, la matrícula en educación superior del departamento de Santander fue de 129.391 estudiantes, lo que representa un 5.30 % de todo el país.

En términos de cobertura, frente a un dato nacional de 52.8% (2018), el departamento de Santander llega al 64.6%, ubicándose casi 12 puntos porcentuales por encima de la media nacional. Santander registra, según el último censo del DANE, una población estimada que rodea los 2.2 millones de habitantes, frente al total nacional que rodea los 50 millones, lo que representa una participación del 4.4 % de todo el país. Es uno de los departamentos con menor porcentaje de índice de juventud del país, con el 24.95%, por debajo del promedio nacional de 25,98%.

En cuanto a la presencia en instituciones de educación superior, en Santander la pública Universidad Industrial de Santander (UIS) y las privadas universidades Universidad Autónoma de Bucaramanga (UNAB) son las que más posicionamiento tienen en el imaginario nacional, por su presencia en Bucaramanga y Santander, pero en total son 27 las IES que hacen presencia directa en esta región. Son 19 las IES que tienen asiento, por origen y personería jurídica, en Bucaramanga o los municipios del Departamento.

En Bucaramanga se encuentran: Corporación Educativa ITAE, Corporación Escuela Tecnológica del Oriente, Corporación Interamericana de Educación Superior Corpocides,

Corporación Universidad de Investigación y Desarrollo UDI, Fundación Universitaria Comfenalco Santander, Fundación Universitaria de San Gil – Unisangil (en San Gil), Fundación Universitaria FCV (en Floridablanca), Instituto Universitario de la Paz – Unipaz (en Barrancabermeja), Tecnológica Fitec, Unidades Tecnológicas de Santander, Unidad Tecnológica del Magdalena Medio – UTEM (en Barrancabermeja), Universidad Autónoma de Bucaramanga UNAB, Universidad Cooperativa de Colombia (también en Barrancabermeja), Universidad de Santander UDES, Universidad Industrial de Santander, Universidad Libre (en Socorro), Universidad Manuela Beltrán, Universidad Pontifica Bolivariana y Universidad Santo Tomás.

Para los cerca de 800 programas académicos activos (en pregrado y posgrados) que se ofertan en la región, además de estas 19 IES y de las que llegan en modalidad virtual y extranjeras, se halla oferta de estas otras 8 IES: Universidad Externado de Colombia, Universidad CES, Universidad de La Sabana, Universidad EAN, Corporación Universitaria de Ciencia y Desarrollo UNICIENCIA, Universidad de La Salle, Universidad Manuela Beltrán, Universidad Antonio Nariño.

La distribución de la matrícula por área de conocimiento es la siguiente: Ingeniería, arquitectura y urbanismo: 33,09,6%, Economía, administración, contaduría: 24,48%, Ciencias sociales y humanas: 15,35%, Ciencias de la educación: 12.0%, Ciencias de la Salud: 7,29%, Matemáticas y ciencias naturales: 2.98%, Bellas artes: 2,47%, Agronomía, veterinaria y afines: 2,36% (SNIES, 2018).

En Bucaramanga y Santander hay 162 estudiantes promedio por programa en las 58 IES con presencia allí. Las IES de la región se agrupan, voluntariamente, especialmente en torno de UNIREDA, o Corporación Red de Instituciones de Educación, Investigación y Desarrollo del Oriente Colombiano. En cuanto al trabajo, según los datos del Sistema de Información de la

Educación Superior para el Trabajo y el Desarrollo Humano, en Santander se registra la presencia de 229 instituciones de formación para el trabajo y el desarrollo humano, con 967 programas ofertados, para una matrícula, a 2019, de 19.578 estudiantes. Esto es, cada una de las Instituciones de Formación para el Trabajo y Desarrollo Humano (IETDH) ofrece, en promedio, 4.22 programas, con un promedio de 85 estudiantes por institución y 20 estudiantes por programa (Sistema Nacional de Información de la Educación Superior SNIES, 2018).

Así pues, la población objeto de estudio incluirá estudiantes universitarios de la ciudad de Bucaramanga, Santander, de donde se obtendrá una muestra de 150 adultos, mayores de edad entre mujeres y hombres, cuyo rango de edad esté comprendido entre los 18 y 28 años. Para seleccionar a los participantes, se empleará el muestreo por conveniencia que, según Cohen, Manion y Morrison (2003), compone la muestra con aquellos participantes que sean más convenientes, se seleccionan a los individuos más cercanos para participar y se repite el proceso hasta que se obtenga el tamaño de la muestra deseado.

En cuanto a los criterios de inclusión, se tomará en cuenta que: sean adultos, estudiantes activos matriculados en pregrado en universidades de la Ciudad de Bucaramanga, y que brinden consentimiento informado para su participación en la presente investigación, debidamente firmado, con número de documento de identidad. Y los de exclusión, se determinan por: estar fuera del rango de edad postulado en la investigación, no ser estudiante universitario de pregrado, no firmar el consentimiento informado y datos faltantes en la encuesta y el cuestionario *Brief Cope*.

### **Estado de la cuestión**

El estado de la cuestión o estado del arte permitió el estudio del conocimiento acumulado (escrito en textos) dentro del área de la psicología y el estrés universitario. Los estudios aquí

planteados, se tomaron como referencia para el desarrollo del marco teórico y brindaron pautas sobre la metodología y la posibilidad de obtener resultados positivos. Con el fin de hacer balances sobre las tendencias de investigación y como punto de partida para la toma de decisiones, el estado del arte es una modalidad de investigación de la investigación. Por ende, su importancia radica en que es sustancial su desarrollo para conocer los antecedentes que ha tenido el problema de investigación y ver qué tanto se ha resuelto sobre el tema.

Para ello, se tomaron referentes a nivel internacional, nacional y local. En la parte internacional, las investigaciones concernientes corresponden a dos, la primera se titula *Efectos del estrés universitario en la salud y bienestar de los estudiantes, 2019* realizada por Mayorga y Lazcano (2020) para la Revista Con-Sciencias Sociales de la Universidad Católica Boliviana. Esta tuvo como objetivo determinar si el estrés universitario genera efectos a nivel de salud y bienestar en los estudiantes de la Universidad Católica Boliviana “San Pablo” en la ciudad de Cochabamba.

Se identificó la percepción que tienen los estudiantes sobre el estrés universitario y su relación con la salud y bienestar, así como los factores que consideran generadores de estrés y los efectos que causa. El tipo de investigación elegida es descriptiva y explicativa, permite desarrollar las características del tema de una forma neutral y objetiva. Se presenta un enfoque metodológico cualitativo y humanista, teniendo como herramienta la observación y entrevistas realizadas a la población seleccionada como muestra, concluyendo con que el estrés universitario tiene causas y consecuencias influyentes en la salud y bienestar de los estudiantes.

La segunda investigación internacional fue realizada en Perú y se titula *Estrés académico: una revisión sistemática de la literatura científica en los últimos diez años*, realizada por Ayesta Ancajima y Pastor Romero (2020) para la Universidad Privada del Norte. Esta fue de carácter descriptivo y tuvo como objetivo analizar, a través de un estudio sistemático, los avances e

investigaciones presentes sobre el estrés académico, por medio de una revisión bibliográfica de artículos científicos de los últimos diez años. Como parte de los resultados se obtuvo que, el estrés académico, es una variable que se encuentra relacionada con diferentes factores propios del contexto educativo. Este, constituye un fenómeno que afecta al proceso de enseñanza y aprendizaje de los estudiantes y trae consigo efectos perjudiciales en su bienestar tanto físico como psicológico.

A nivel nacional, se tomaron dos investigaciones. La primera se titula *Estrategias de afrontamiento frente al estrés universitario en estudiantes de 11 y IX semestre de Psicología*, realizada por Correa y Ramírez (2020) para la Institución Universitaria Tecnológica de Antioquia. El presente texto surge como un tema de interés a la hora de analizar los mecanismos de afrontamiento que implementaron los estudiantes de segundo y noveno semestre de la carrera de psicología de la IUT de Antioquia de la sede de Itagüí frente al estrés académico, con el fin de reconocer las diversas variables que surgen entorno al estrés y su incidencia en la calidad de vida de los estudiantes. Por ello, se analizó las estrategias de afrontamiento en quienes cursaban un nivel inicial y uno final, debido a que, al tener una carga académica diferente, el estrés iba a variar y la manera de afrontarlo también. Todo ello, se pudo recopilar y conocer a través de instrumentos como una el test de escala de estrategias de *coping*<sup>2</sup>, y algunas entrevistas que complementaron el estudio investigativo.

Entre los principales factores estresores se encontraron: la carga académica, el no comprender bien un tema, y también coinciden en que ir avanzando en el programa, les incrementa sus niveles de estrés. Adicionalmente a ello, se encontró que muchos de estos estudiantes hacen otras actividades además de asistir a la universidad, como trabajar o algunas son madres cabeza de familia. Esto también, aparentemente, incrementa sus síntomas ansiosos y al final, se les dificulta

---

<sup>2</sup> *Coping skills* o estrategias para enfrentar problemas

encontrar maneras asertivas de afrontamiento. Es importante resaltar que cada uno de los estudiantes evaluados busca la mejor manera de afrontar la ansiedad que presentan en el momento, algunos deciden escuchar música, comer, hacer ejercicio, ver Netflix, ingerir licor o sustancias psicoactivas.

Aunque, si bien, estas formas de afrontamiento los ayudan, algunas de ellas no favorecen estilos de vida saludable y, por el contrario, afectan su bienestar personal. Es importante que además de reconocer las estrategias de afrontamiento, también se procure favorecer en los estudiantes universitarios aspectos relacionados con la tolerancia a la frustración, como mecanismo psicológico fundamental para enfrentar factores estresores que su medio inmediato les demanda. De lo contrario, van a acentuar más los síntomas ansiógenos y desencadenar más estrés, y en un intento por tratar de lograr su autorregulación van a optar por entrar en un estado de desesperación que no les permitirá implementar adecuadas estrategias. De ahí la importancia de esta investigación.

La segunda investigación a nivel nacional se titula *Estrés académico de los estudiantes de Instrumentación Quirúrgica frente a las prácticas quirúrgicas I de una institución universitaria privada de la ciudad de Santiago de Cali, periodo 2020a*, realizada por Bañol, Pedroza y Rengifo (2020) para la Universidad de Santiago de Cali. La investigación realizada permite establecer que, si bien, los estudiantes de quinto semestre, enfrentan situaciones de estrés durante las prácticas quirúrgicas, la proporción que se ve afectada en promedio es menos del 50% de ellos. Además, los efectos del estrés derivados de la práctica son variados en frecuencia y se manifiestan en diversas maneras, en la mayoría de los casos de poca duración. En este sentido, puede decirse que el nivel de estrés obtenido es de bajo a medio.

En este estudio no se determinó cual es el sexo más afectado por estrés, ni en que edad los efectos de este son más pronunciados. Lo que sí pudo constatarse es que casi la totalidad de la población evaluada vive en la ciudad de Cali y que en más del 90% son personas solteras que pertenecen al estrato socioeconómico 3 mayormente. Las edades predominantes van de los 20 a los 24 años y más del 80% de los estudiantes de práctica de quinto semestre son mujeres.

Los factores internos que provocan estrés entre la población en estudio son el miedo y la inseguridad, mientras que de forma externa o en el entorno, algunas de las causas del estrés son: el tener que cumplir con los procedimientos, las dificultades de relacionamiento, el tráfico vehicular que puede presentarse durante el desplazamiento hacia el sitio de práctica y el ambiente de trabajo. Algunos de los síntomas psicológicos que se presentan en los estudiantes que se sienten estresados debido a las prácticas, incluyen desmotivación, tristeza y desánimo. A nivel físico algunas de las dolencias son: dolor de cabeza y dolor de espalda. Mientras que en el apartado conductual se observa falta de concentración, tendencia a olvidarse de algunos aspectos de los procedimientos.

Para finalizar este apartado, se prosiguen con los antecedentes locales. La primera investigación se titula *Niveles subjetivos de estrés en estudiantes universitarios de pregrado en Bucaramanga*, realizada por Cadena (2020) para la Universidad Cooperativa de Colombia. Este estudio buscó determinar el nivel de estrés subjetivo en estudiantes universitarios de pregrado de la ciudad de Bucaramanga a través de la implementación del inventario de estrés académico SISCO. Se identificó que las situaciones que los participantes perciben como situaciones y condiciones estresantes, principalmente es la forma de evaluaciones de los profesores en un seguida por la sobrecarga de tareas y trabajos escolares y el tiempo limitado para realizarlos.

En cuanto a las reacciones del estrés los estudiantes presentan altos porcentajes en las reacciones físicas, psicológicas y comportamentales, superando el 60% en estas, lo cual es un dato alarmante porque sugiere que existen altos niveles de estrés académico en estos, porque cumplen con la sintomatología. Estas cifras son significativas para continuar investigando y profundizando sobre el tema e identificar causas específicas y con base a estas, crear estrategias de abordaje psicosocial desde las universidades para su prevención, atención y tratamiento del estrés académico.

La segunda investigación local se titula *Sucesos vitales estresantes, ansiedad y depresión en estudiantes de una universidad privada de Bucaramanga*, realizada por Jerez et al. (2021) para la Revista Científica Informes Psicológicos de la Universidad Pontificia Bolivariana. El objetivo de la investigación fue evaluar la relación entre los niveles de estrés, la valencia y la predictibilidad de sucesos vitales en relación con el índice de ansiedad y depresión de estudiantes de una universidad privada en el nororiente de Colombia.

Se trabajó bajo una metodología cuantitativa, con diseño transversal de tipo no experimental y alcance descriptivo-correlacional. La muestra fue de carácter no probabilístico a conveniencia constituida por un 33.7% (n = 186) de hombres y 66.3% (n = 366) de mujeres, con una edad promedio de 18.9 años. Las variables del estudio se evaluaron con: el Inventario de Depresión de Beck II, el Inventario de Ansiedad de Beck y el Cuestionario de Sucesos Vitales. Se encontraron correlaciones estadísticamente significativas entre los niveles de ansiedad y depresión con la valencia negativa y la predictibilidad del suceso. Estos resultados apoyan la teoría de indefensión-desesperanza y discrepan de evidencia científica existente sobre esta temática.

Es importante anotar que los trabajos anteriormente mencionados recalcan la importancia de desarrollar estrategias que permitan reducir el estrés en estudiantes universitarios para fomentar

su bienestar y una educación integral. Asimismo, estas investigaciones contribuyeron al presente proyecto en cuanto al desarrollo de la metodología, la base teórica al planteamiento del problema y la posibilidad de obtener resultados positivos. Además, se concluyó con todas que entre las causas más importantes que generan estrés universitario están la carga académica, la falta de metodologías inclusivas y escasas explicaciones por parte del docente, así como el poco tiempo para desarrollar los deberes.

## **Marcos de referencia**

### **Marco de Referencia**

La presente investigación se adscribe a los diferentes autores que profundizaron en las categorías de la propuesta, donde se indagaron muchas fuentes para vincularse a los que más aportaron al vacío de investigación en cuanto a argumentación y profundización de la temática. Por ende, se realizó una revisión de teorías y conceptos, sobre el estrés universitario, la educación y las estrategias de afrontamiento.

#### ***La educación: resignificación del individuo***

En primera medida, se presenta la definición de algunos conceptos relevantes para la comprensión y desarrollo de la investigación planteada. Entendiendo el concepto de educación, como aquello que promueve el desarrollo de ciertas capacidades del ser humano como lo son, la adquisición de conocimiento y habilidades, el desarrollo intelectual, moral y afectivo entre muchas más. Se debe reconocer la conceptualización que le dan algunos autores, dependiendo de sus perspectivas.

Para León (2007). La educación es un proceso humano y cultural complejo. Para establecer su propósito y su definición es necesario considerar la condición y naturaleza del hombre y de la cultura en su conjunto, en su totalidad, para lo cual cada particularidad tiene sentido por su vinculación e interdependencia con las demás y con el conjunto.

También, León (2007), menciona que, por la educación, el individuo se asegura la creación científica, poética, artística, técnica, laboral, religiosa, independiente de los peligros que entrañan. Es el individuo el que lleva el mundo a cuesta, que vive en otros y no se despoja de su compromiso

y amor al otro. La educación es del individuo y no de la masa. La educación se dirige a cada individuo con su rostro diferenciado, que no se pierde, que no es imperceptible entre los otros sin hacer ruido.

### ***Aprendizaje: un proceso subjetivo***

El concepto de aprendizaje está relacionado directamente con el concepto de educación. Por eso mismo, se presenta de igual forma, la conceptualización que se tiene de éste por parte de varios autores. En primer lugar, Guerrero y Faro (2012), definen al aprendizaje como “un cambio en la disposición o capacidad de las personas que puede retenerse y no es atribuible simplemente al proceso de crecimiento”. Es decir, los procesos cognitivos involucrados se van precisando y conservando.

Del mismo modo, Guerrero y Faro (2012), lo definen como los procesos subjetivos de captación, incorporación, retención y utilización de la información que el individuo recibe en su intercambio continuo con el medio. Lo cual plantea una relación existente del individuo, con su entorno. El medio que lo rodea desde el punto familiar, social, educacional establece una pauta importante en el cómo utilizará el estudiante la nueva información suministrada.

A su vez, estos exponen la definición de Zabalza (2001), el cual desglosa un poco más el concepto y considera que “el aprendizaje se ocupa básicamente de tres dimensiones: como constructo teórico, como tarea del alumno y como tarea de los profesores; esto es, el conjunto de factores que pueden intervenir sobre el aprendizaje” como cambios continuos de la persona en relación al algún objetivo.

Siguiendo con la publicación de Guerrero y Faro (2012), basándose en otros autores presentan que el aprendizaje es en esencia un cambio producido por la experiencia, pero distinguen entre el aprendizaje como producto, que pone en relieve el resultado final o el desenlace de la experiencia del aprendizaje; el aprendizaje como proceso, que destaca lo que sucede en el curso de la experiencia de aprendizaje para posteriormente obtener un producto de lo aprendido; y el aprendizaje como función, que realza ciertos aspectos críticos del aprendizaje, como la motivación, la retención, la transferencia que presumiblemente hacen posibles cambios de conducta en el aprendizaje humano.

### ***Rendimiento académico***

Edel (2003), expone que probablemente una de las dimensiones más importantes en el proceso de enseñanza-aprendizaje, lo constituye el rendimiento académico del alumno. Cuando se trata de evaluar el rendimiento académico y cómo mejorarlo, se analizan en mayor o menor grado los factores que pueden influir en él, generalmente se consideran, entre otros, factores socioeconómicos, la amplitud de los programas de estudio, las metodologías de enseñanza utilizadas, la dificultad de emplear una enseñanza personalizada, los conceptos previos que tienen los alumnos, así como el nivel de pensamiento formal de los mismos.

Sin embargo, Jiménez (2000) refiere que “se puede tener una buena capacidad intelectual y unas buenas aptitudes y sin embargo no estar obteniendo un rendimiento adecuado”, ante la disyuntiva y con la perspectiva de que el rendimiento académico es un fenómeno multifactorial es como iniciamos su abordaje. Edel (2003), postula que el rendimiento escolar es un “nivel de conocimientos demostrado en un área o materia comparado con la norma de edad y nivel

académico”. Esto es, que el rendimiento del alumno debería ser entendido a partir de sus procesos de evaluación. No obstante, la simple medición y/o evaluación de los rendimientos alcanzados por los alumnos no provee por sí misma todas las pautas necesarias para la acción destinada al mejoramiento de la calidad educativa.

Lo mencionado anteriormente, ilustra un punto importante en el objetivo de esta investigación, ya que establece que la evaluación del rendimiento de un estudiante no presenta una propuesta para la mejora de la educación de un individuo. Por lo cual, se deben buscar estrategias que ayuden de forma eficiente a la mejora en la calidad educativa, como podrían llegar a ser, las estrategias de afrontamiento.

Siguiendo esta idea, para Edel (2003), en el mejor de los casos, si se pretende conceptualizar el rendimiento académico a partir de su evaluación, es necesario considerar no solamente el desempeño individual del estudiante sino la manera como es influido por el grupo de pares, el aula o el propio contexto educativo. En este sentido Cominetti y Ruiz (1997), en su estudio denominado *Algunos factores del rendimiento: las expectativas y el género*, refieren que se necesita conocer qué variables inciden o explican el nivel de distribución de los aprendizajes.

Los resultados de su investigación plantean que las expectativas de familia, docentes y los mismos alumnos con relación a los logros en el aprendizaje, reviste especial interés porque pone al descubierto el efecto de un conjunto de prejuicios, actitudes y conductas que pueden resultar beneficiosos o desventajosos en la tarea escolar y sus resultados. Asimismo, el rendimiento de los alumnos es mejor, cuando los maestros manifiestan que el nivel de desempeño y de comportamientos escolares del grupo es adecuado (Cominetti y Ruiz, 1997).

Fajardo et al. (2017), afirman que en el rendimiento escolar interactúan, de forma simultánea, diversos factores que pueden describir la naturaleza de las variables asociadas al éxito o fracaso escolar. Entre estas variables existen algunas cuya influencia está más que demostrada y aceptada por la mayoría de los autores, como la inteligencia (como factor individual), personalidad del sujeto, influencia ambiental, familiar, social. Asimismo, establecen que desde diferentes disciplinas científicas se ha demostrado la influencia de factores ajenos al propio alumno, tales como la familia, el medio social y los centros educativos, haciendo evidente el carácter integral del rendimiento académico y su importancia a nivel escolar y social.

El rendimiento escolar se ha analizado a lo largo del tiempo, en base a dos aspectos básicos. Por una parte, teniendo en cuenta aquellos datos relacionados con la escuela como sistema educativo y por otro lado en base a las características que los alumnos presentan a partir de su contexto social. Con todo esto, se puede dar paso a la conceptualización de términos que, desde el contexto social, afectan el rendimiento académico de estudiantes universitarios. Dando paso a conceptos como estrés académico, inteligencia emocional.

### ***Estrés: factor psicosocial***

Feldman et al. (2008), presentan que el estrés constituye uno de los factores psicosociales más estudiados en la actualidad, especialmente por su relación con la aparición de cierto tipo de enfermedades, el manejo y adaptación a situaciones difíciles y el desempeño en general. El conjunto de actividades académicas propias de la universidad constituye una importante fuente de estrés y ansiedad para los estudiantes y pueden influir sobre su bienestar físico/psicológico, su salud, y el despliegue de conductas saludables.

También, Feldman et al. (2008), exponen que, en el ámbito académico, se ha encontrado que el apoyo social podría actuar, además, como un potenciador en el logro de un desempeño satisfactorio de los estudiantes, ya que contribuiría a que afronten a los estresores propios de su ambiente, con mayores probabilidades de éxito. El apoyo social puede darse a través de todos aquellos que rodean a la persona y los recursos que le brindan, lo cual proporciona un soporte emocional tangible, la oportunidad para compartir intereses comunes y unas condiciones por las cuales se sienta comprendida y respetada. Es importante destacar que no se trata sólo de la presencia de los elementos que brindan el apoyo social, sino de la percepción que la persona tenga de ellos.

Sobre el estrés académico, Martín (2007), explica que implica la consideración de variables interrelacionadas: estresores académicos, experiencia subjetiva de estrés, moderadores del estrés académico y finalmente, efectos del estrés académico. Todos estos factores aparecen en un mismo entorno organizacional: la universidad. En particular, este entorno sobre el que se centra esta investigación, representa un conjunto de situaciones altamente estresantes debido a que el individuo puede experimentar, aunque sólo sea transitoriamente, una falta de control sobre el nuevo ambiente, potencialmente generador de estrés y, en último término, potencial generador – con otros factores- del fracaso académico universitario.

En su trabajo de investigación Martín (2007), presenta diferentes factores implicados en el estrés académico, cabe incluir a los moderadores biológicos (edad, sexo), psicosociales (patrón de

conducta tipo A<sup>3</sup>, estrategias de afrontamiento, apoyo social), psicosocioeducativos (auto concepto académico, tipo de estudios, curso) y socioeconómicos (lugar de residencia, disfrute de becas). Dichas variables moduladoras inciden en todo el proceso del estrés, desde la aparición de los factores causales, hasta las propias consecuencias, por lo que unas y otras pueden contribuir a que se afronte el estresor con mayores probabilidades de éxito.

Un punto importante del trabajo realizado por Martín (2007), es la contextualización que realiza acerca del auto concepto académico, entendido como el conjunto de conocimientos y actitudes que tenemos sobre nosotros mismos, las percepciones que el individuo se adjudica a sí mismo y las características o atributos que usamos para describirnos, es estudiado por su posible relación con el rendimiento académico de los estudiantes. Recientemente se ha relacionado positivamente con el rendimiento de los estudiantes, con su motivación para el estudio y con su estado de salud y bienestar, y negativamente con la ansiedad de evaluación, nivel de estrés académicamente percibido y la reactividad a dicho estrés.

Con lo expuesto anteriormente, es evidente que el estrés académico producido en estudiantes universitarios y que, de acuerdo a su auto concepto académico, puede llegarse a plantear ciertos niveles de rendimiento académico que, en definitiva, estarán relacionados con el estilo de estrategias de afrontamiento que puedan llegar a seleccionar. Por ello, para la presente investigación se tomará como referencia esta definición de estrés académico y auto concepto.

---

<sup>3</sup> Fernández-Abascal, Díaz, Martín y Sánchez (2003), conciben a este patrón de comportamiento como un perfil multidimensional constituido por factores de naturaleza diversa: componentes formales (voz alta, habla rápida, excesiva actividad psicomotora y gesticulación), conductas abiertas o manifiestas (urgencia de tiempo, velocidad, hiperactividad e implicación en el trabajo), aspectos motivacionales (motivación de logro, competitividad, orientación al éxito y ambición), actitudes y emociones (hostilidad, impaciencia, ira y agresividad) y aspectos cognitivos (necesidad de control ambiental y estilo atribucional internalizador).

Respecto al concepto de estrés, Pulido et al. (2011), proponen que, es una reacción adaptativa del organismo ante las demandas de su medio; cuando éstas se originan en el contexto de un proceso educativo, es frecuente referirse a los mecanismos de adaptación del sujeto en términos de estrés académico. Todos los organismos experimentan reacciones de estrés durante su vida, pero cuando la reacción del sujeto se prolonga puede agotar las reservas del individuo y traducirse en una serie de problemas. Para una institución educativa es importante conocer los niveles de estrés académico en sus estudiantes, ya que el estrés se ha asociado a la depresión, enfermedades crónicas, enfermedades cardíacas y fallas en el sistema inmune, y complementariamente al fracaso escolar y a un desempeño académico pobre.

En su trabajo de investigación, Pulido et al. (2011), exponen que, los estudios superiores representan, pues, el punto culminante del estrés académico por las altas cargas de trabajo, pero también porque coinciden con una etapa de la vida en la que el estudiante debe enfrentarse a muchos cambios en su vida. Específicamente, el ingreso a la universidad coincide con el proceso de separación de la familia, la incorporación al mercado laboral y la adaptación a un medio poco habitual.

### ***Inteligencia emocional***

Para Aguilar et al. (2014), se define como la habilidad para percibir, asimilar, comprender y regular las propias emociones y la de los demás, promoviendo así el crecimiento emocional e intelectual. En el ámbito universitario la inteligencia emocional desempeña un importante papel en el aprendizaje, tanto así que podría ser un factor relevante a la hora de evaluar el rendimiento académico.

Y es que, para Aguilar et al. (2014), la inteligencia emocional toma un papel esencial en las personas, por ello, hay que tomar en cuenta factores como la autoeficacia, el locus de control y el adecuado manejo del estrés, pues, así como son de utilidad en un contexto vital y social, son indispensables cuando los jóvenes requieren formarse profesionalmente. Es importante que los estudiantes cuenten con estas habilidades –sobre todo en sus etapas de iniciación puesto que enfrentan sus primeras experiencias cercanas a la práctica laboral, pues les proporcionan las herramientas necesarias para determinar alternativas y estrategias para afrontar las diferentes situaciones que se presenten a lo largo de su vida académica para así poder continuarla.

Y es que esta investigación busca establecer si había alguna relación entre la inteligencia emocional y el rendimiento académico, teniendo en consideración el impacto que el estrés negativo (distrés) pueda generar; la influencia de la autoeficacia, es decir, la percepción que tienen de sí mismos para lograr sus objetivos, y el locus de control, que hace referencia a qué o a quién atribuyen sus logros o fracasos. Hasta este punto, se han conceptualizado algunos términos que poseen relación directa con el desarrollo de la presente investigación. Puntualmente, la inteligencia emocional y el rendimiento académico presentan cierto nivel de correlación, como se expondrá a continuación.

En la obra de Martínez, Piqueras y Cándido (2011), relaciones entre inteligencia emocional y estrategias de afrontamiento ante el estrés, se plantea que, en distintos trabajos se muestran que niveles altos en inteligencia emocional se relacionan con estrategias de afrontamiento basadas en la reflexión y la resolución de problemas, mientras niveles bajos se relacionan con estrategias de afrontamiento basadas en la evitación, la rumiación y la superstición. Las evidencias acumuladas hasta el momento indican que la inteligencia emocional juega un papel muy importante en el

autocontrol emocional y en la capacidad adaptativa del individuo para afrontar situaciones estresantes.

También exponen sobre el “esfuerzo” cognitivo y conductual que debe realizar un individuo para manejar esas demandas externas (ambientales, estresores) o internas (estado emocional) y que son evaluadas como algo que excede los recursos de la persona, es lo que se ha acordado denominar estrategias de afrontamiento. Luego, establecen que, algunas dimensiones de la inteligencia emocional están asociadas con el apoyo social. Concretamente, la claridad emocional está relacionada de forma positiva con el apoyo social que proporcionan los demás. Del mismo modo, el apoyo emocional se relaciona con la dimensión de reparación emocional y con una mejor salud mental. Por lo tanto, el rol de algunas de las dimensiones de la inteligencia emocional en las estrategias de afrontamiento al estrés es decisivo para preservar tanto la salud mental como la búsqueda de apoyo social ante una situación de estrés.

De lo mencionado anteriormente, es oportuno recalcar que, para la presente investigación estas conceptualizaciones se tomarán como referencia, ya que como se presenta en las definiciones de rendimiento escolar, en varios autores, éste se enfoca en su mayoría en el apoyo o contexto social. También, el hecho de relacionar la inteligencia emocional, con los niveles de rendimiento académico de estudiantes universitarios, como lo presentan Aguilar (2014) en su investigación Inteligencia emocional, estrés, autoeficacia, locus de control y rendimiento académico en universitarios, abre paso a las estrategias de afrontamiento, que para el caso de la presente investigación es el punto de atención por querer investigar la posible relación con el rendimiento académico en universitarios.

Para finalizar la conceptualización que se plantea sobre inteligencia emocional y su relación con las estrategias de afrontamiento, Martínez, Piqueras y Cándido (2011) proponen que las personas con altos niveles de inteligencia emocional adoptan estrategias de afrontamiento basadas en la reflexión, evaluación y planificación. Sin embargo, las personas que centran demasiado su atención hacia los sentimientos (subescala de atención o percepción a las emociones) presentan estrategias de afrontamiento desadaptativas centradas en la supresión de pensamientos, evitación, rumiación y auto culpabilidad.

### ***Estrategias de afrontamiento***

En la obra de Nava et al. (2010), presentan que las estrategias de afrontamiento están dirigidas a la acción, que son todas aquellas actividades o manipulaciones orientadas a modificar o alterar el problema, y el afrontamiento dirigido a la emoción, que implica las acciones que ayudan a regular las respuestas emocionales a las que el problema da lugar. Presentan ocho factores primarios de las estrategias de afrontamiento, los cuales son: resolución de problemas, autocrítica, expresión emocional, pensamiento desiderativo, apoyo social, reestructuración cognitiva, evitación de problemas y retirada social.

Siguiendo con lo anterior, Nava et al. (2010), definen de cierto modo cada uno de esos ocho factores principales del inventario de estrategias de afrontamiento.

1. Resolución de problemas (estrategias cognitivas y conductuales encaminadas a eliminar el estrés modificando la situación que lo produce.
2. Reestructuración cognitiva (estrategias cognitivas que modifican el significado de la situación estresante.

3. Apoyo social (estrategias referidas a la búsqueda de apoyo emocional.
4. Expresión emocional (estrategias encaminadas a liberar las emociones que acontecen en el proceso de estrés.
5. Evitación de problemas (estrategias que incluyen la negación y evitación de pensamientos o actos relacionados con el acontecimiento estresante).
6. Pensamiento desiderativo (estrategias cognitivas que reflejan el deseo de que la realidad no fuera estresante.
7. Retirada social (estrategias de retirada de amigos, familiares, compañeros y personas significativas asociadas con la reacción emocional en el proceso estresante.
8. Autocrítica (estrategias basadas en la autoinculpación y la autocrítica por la ocurrencia de la situación estresante o su inadecuado manejo).

Continuando con la contextualización de las estrategias de afrontamiento, Gonzáles et al. (2002), exponen del mismo modo que los autores anteriores, dos estilos de afrontamiento. Uno enfocado al problema (modificar la situación problemática para hacerla menos estresante) y el otro a la emoción (reducir la tensión, la activación fisiológica y la reacción emocional). El estudio de Gonzáles et al. (2002), centra su análisis respecto a la edad y el género de los individuos, de lo cual, presenta que los adolescentes más jóvenes utilizan con mayor frecuencia el estilo focalizado en la emoción, mientras que los mayores, el focalizado en el problema.

La variable edad, analizada en el estudio de investigación de Gonzáles et al. (2002), “relación entre estilos y estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en adolescentes”, determinó que otros estudios presentan la idea contraria respecto a la selección de estilo de aprendizaje según la edad de los jóvenes, por lo cual, definen que la edad no es un componente

único a la hora de seleccionar una estrategia de afrontamiento. Identifican que los jóvenes tienden a desarrollar una lista de estrategias conforme se avanza en edad, dada por el factor experiencia.

En el estudio desarrollado por Gonzáles et al. (2002), los estilos y estrategias de afrontamiento son los siguientes: dirigido a la resolución de problemas, el afrontamiento en relación a los demás (buscar apoyo espiritual, invertir en amigos íntimos, buscar apoyo social, buscar ayuda profesional, acción social) y por último el afrontamiento improductivo (auto inculparse, ignorar el problema, falta de afrontamiento, preocuparse, reservarlo para sí mismo, reducción de la tensión).

Por otro lado, para Figueroa et al. (2005), el afrontamiento es definido como las estrategias conductuales y cognitivas para lograr una transición y una adaptación efectivas. También, ponen en contexto la conceptualización de otros autores sobre las estrategias de afrontamiento. Del mismo modo, Figueroa et al. (2005), plantean la capacidad de afrontamiento como el conjunto de respuestas (pensamientos, sentimientos, acciones) que un sujeto utiliza para resolver situaciones problemáticas y reducir las tensiones que ellas generan. En su investigación identificaron 18 estrategias, las cuales se presentan en la tabla 1.

*Tabla 1: Estrategias de afrontamiento*

| No | Descripción estrategia de afrontamiento |
|----|-----------------------------------------|
| 1. | Buscar apoyo social.                    |
| 2. | Concentrarse en resolver el problema.   |
| 3. | Esforzarse y tener éxito.               |
| 4. | Preocuparse.                            |

|     |                                |
|-----|--------------------------------|
| 5.  | Invertir en amigos íntimos.    |
| 6.  | Buscar pertenencia.            |
| 7.  | Hacerse ilusiones.             |
| 8.  | Falta de afrontamiento.        |
| 9.  | Reducción de la tensión.       |
| 10. | Acción social.                 |
| 11. | Ignorar el problema.           |
| 12. | Auto inculparse.               |
| 13. | Reservarlo para sí.            |
| 14. | Buscar apoyo espiritual.       |
| 15. | Fijarse en lo positivo.        |
| 16. | Buscar ayuda profesional.      |
| 17. | Buscar diversiones relajantes. |
| 18. | Distracción física.            |

*Fuente 1: Figueroa, M., Contini, N., Lacunza, A., Levín, M. y Estévez, A. (2005)*

Se puede evidenciar, una cantidad mayor de estrategias de afrontamiento para jóvenes adolescentes en la obra publicada por Figueroa et al. (2005), sin embargo, algunas de ellas concuerdan con estrategias ya planteadas y presentadas anteriormente. Continuando con el trabajo de Figueroa et al. (2005), es preciso anotar que estos destacan el afrontamiento en dos tipos, uno como un proceso y otro, como la eficacia del mismo. El afrontamiento sería entonces, un proceso que el sujeto pone en marcha para hacer frente a situaciones estresantes, no siempre la puesta en marcha de este proceso garantiza su éxito. Si al hacerlo el individuo tiene éxito para solucionar la

situación problemática presente, repetirá el mismo ante situaciones similares; en caso contrario buscará otro recurso.

En la obra *Estrategias de afrontamiento frente a problemas académicos en estudiantes medios y universitarios*, Fernández et al. (2009), plantean que, las estrategias de afrontamiento, se describen como reacciones ante situaciones problemáticas. Estas estrategias engloban pensamientos, sentimientos y acciones que, frente a los problemas, instrumenta la persona con la finalidad última de resolverlos, reduciendo las tensiones que ellos generan. Así, el afrontamiento se define, desde esta perspectiva, como una modalidad de funcionamiento adaptativo en la que se produce una permanente interacción entre individuo y contexto. Se lo caracteriza como un conjunto de esfuerzos cognitivos y comportamentales que el individuo humano lleva a cabo con el objeto de controlar las demandas externas o internas, así como el posible conflicto entre ambas, productoras de estrés.

Respecto a estrategias, Fernández et al. (2009), plantean ocho tipos distintos de respuestas de afrontamiento a situaciones problemáticas o estresantes, divididos en dos grupos mayores de dimensiones: el afrontamiento por aproximación al problema y el afrontamiento evitativo. Dicho planteamiento se expone en la tabla 2.

Tabla 2: Tipos de afrontamiento

|                                 | <b>Afrontamiento por aproximación</b> | <b>Afrontamiento evitativo</b>       |
|---------------------------------|---------------------------------------|--------------------------------------|
| <b>Estrategias Cognitivas</b>   | Análisis Lógico                       | Evitación Cognitiva                  |
|                                 | Re-evaluación Positiva                | Aceptación o Resignación             |
| <b>Estrategias Conductuales</b> | Búsqueda de Orientación y Apoyo       | Búsqueda de Recompensas Alternativas |
|                                 | Resolución de Problemas               | Descarga Emocional                   |

Fuente 2: Fernández, Contini, Ongarato, Saavedra y De la iglesia (2009)

Por otra parte, Ávila et al. (2014), en su trabajo de investigación *Estilos y estrategias de afrontamiento y rendimiento académico: una revisión empírica*, señala que, el empleo de estrategias de afrontamiento de aproximación a los problemas se asocia a un mayor grado de ajuste y adaptación, mientras que un mayor empleo de estrategias de tipo evitativo se relaciona con menos ajuste y comportamientos más desadaptativos. De igual forma Fernández y Manga (2009) consideran que la madurez, las estrategias de afrontamiento adaptativas y la alta autoestima logran debilitar agentes estresores favoreciendo un afrontamiento activo, utilizando estrategias como aceptación, planificación, reinterpretación positiva y humor.

Ávila et al. (2014) también proponen que las estrategias de afrontamiento como la solución de problemas y la búsqueda de apoyo social que se asocian con bienestar psicológico. Figueroa et al. (2005) también dan cuenta de una correlación positiva entre bienestar psicológico y el uso de estrategias de afrontamiento que implican un papel activo por parte del sujeto. Los adolescentes con bajo bienestar tienden a utilizar estrategias de afrontamiento del tipo pasivo ya que no requieren de empeño por parte del sujeto, sino una evitación del problema y el alivio de la tensión.

Algo fundamental a considerar en el desarrollo de cualquier investigación acerca de estrategias de afrontamiento relacionadas con el rendimiento académico de estudiantes, lo mencionan Ávila et al. (2014), al decir que, la transición de la educación básica secundaria a la educación superior trae consigo cambios en los estilos de vida, que plantean retos para la adaptación de los jóvenes en procesos emocionales, familiares, sociales y académicos, siendo necesario estudiar las diferencias individuales de los jóvenes quienes implementan recursos cognitivos y comportamentales para favorecer el logro de sus metas, mientras otros por el contrario presentan dificultades en el rendimiento académico que interfiere con la planeación y ejecución de su proyecto de vida.

Ávila et al. (2014), presentan en su obra, un análisis descrito por otros autores, donde amplían su comprensión sobre el fenómeno del bajo rendimiento académico como multicausal teniendo presente la responsabilidad de los diferentes actores: estudiantes, institución y directivos y docentes y plantean estrategias para superarlo destacándose la motivación al estudiantado, la orientación profesional y la capacitación permanente por parte de los docentes.

Con lo mencionado hasta este punto, se presentaron los diferentes estilos de estrategias de afrontamiento, cuyos resultados fueron identificados en estudiantes universitarios. Cabe resaltar que dichos estudios son a nivel nacional e internacional, y que establecen la referencia del presente trabajo de investigación.

### ***Deserción académica***

Otro concepto por definir, es la deserción académica, puesto que, bajo algunas circunstancias relacionadas con la presente investigación, es una alternativa o solución que algunos

estudiantes con bajos niveles de rendimiento escolar optan por tomar. Yengle (2009), encontró que la deserción estudiantil se produce en los primeros tres o cuatro semestres o ciclos de estudio, principalmente en el primer semestre. La dificultad de adaptación está relacionada con la interacción de los estudiantes con sus compañeros de estudio.

También, Yengle (2009), propone que algunos factores que influyen en la deserción estudiantil son: económico, rendimiento académico y adaptación a la vida universitaria. Un alto porcentaje de la deserción se produce en los primeros ciclos y en varios de ellos se plantea como uno de los factores asociados, la adaptación a la vida universitaria.

Yengle (2009), en su obra, presenta un estudio realizado en la Universidad de Ibagué, donde plantea que uno de los argumentos para explicar el fenómeno de la deserción es que al bajar el promedio de edad, de ingreso a la universidad, se presentan diferentes tipos de fenómenos como bajo rendimiento por escasa madurez intelectual y emocional del estudiantado, que llega siendo adolescente a la educación superior y la alta deserción por la falta de una orientación profesional adecuada en relación con la experiencia biográfica y la trayectoria escolar del estudiante, problemas de adaptación a la vida universitaria, incoherencia entre los sistemas de evaluación en la educación media y básica y la universidad y otros.

La definición de Ariza y Marín (2009), para el estudio de la deserción es la que se plantea en la investigación realizada por la Universidad Pedagógica Nacional (2004), en la cual se define como “el hecho de que un número de estudiantes matriculados no siga la trayectoria normal del programa académico, bien sea por retirarse de ella o por demorar más tiempo del previsto en finalizarla”.

Ariza y Marín (2009), exponen la preocupación de distintas entidades educativas, del Ministerio de Educación y del Instituto Colombiano para el Fomento de la Educación Superior (ICFES), ya que las causas registradas incluyen variables sociales, familiares, económicas, personales e institucionales y, por lo tanto, es una problemática que debe ser abordada desde sus diferentes ámbitos. De acuerdo con los datos estadísticos encontrados en estudios realizados en Colombia (Universidad de los Andes, 2007; Fundación Universitaria Los Libertadores, 2008; UPN, 2004; Lopera, 2007; Malagón et ál., 2006; ICFES, 2002, entre otros), el porcentaje promedio de deserción es del 45%, teniendo en cuenta la investigación de Rodríguez y González (2005), en la cual se ve representada como una proporción alta de estudiantes que tuvieron que abandonar sus estudios antes de culminarlos.

Respecto a la problemática abordada, Ariza y Marín (2009), hacen referencia a factores causales, como las condiciones socioculturales, económicas y familiares en las que se encuentra el país. Por ejemplo, en un estudio se plantea que en el caso de Estados Unidos el índice de deserción y abandono es del 6% debido a la raza y la condición migrante, además de ciertas características socioeconómicas y de integración familiar.

Para el caso de los países latinos la tasa de deserción se encuentra alrededor del 40%, ya que aumentaban las presiones económicas de las familias y la forma de integración social, además de los niveles de violencia intrafamiliar y social, problemas de salud psicosomática, problemas con la justicia, problemas de disciplina, así como el arribo a la escuela en edad tardía. De esta manera, es evidente la multicausalidad que interviene en dicha problemática y que al mismo tiempo afecta a la calidad de las instituciones educativas. Por tal motivo, se tienen en cuenta las variables psicológicas, académicas, institucionales y socioeconómicas de mayor incidencia en la deserción escolar.

Por un lado, la contextualización de la variable académica. Ariza y Marín (2009), la definen como el conjunto de factores causantes de la deserción que tienen que ver con la situación del estudiante en el desarrollo de cada asignatura y el desempeño en las mismas, como: deficientes bases académicas, falta de disciplina en el estudio, pérdida de interés por el programa elegido, fallas en el método de estudio, limitado tiempo dedicado a las actividades académicas, dificultad en el empleo de estrategias de aprendizaje, pérdida del semestre, pérdida de asignaturas, insatisfacción con la planeación del programa académico y pérdida de cupo por bajo rendimiento; lo cual hace que no se sienta tranquilo, conforme y seguro con lo que realiza.

Ariza y Marín (2009), las variables psicológicas se relacionan con el bienestar psíquico, emocional y social del estudiante, durante el desarrollo de sus actividades académicas y el lugar donde las realiza. En este sentido, hace referencia a las herramientas que tiene el individuo para enfrentarse y adaptarse a las situaciones que se le presentan en el área educativa, ya que es una decisión que ha tomado como proyecto de vida; los factores que se presentan son: proyecto de vida no definido, baja tolerancia y control frente a la frustración, inadecuada orientación vocacional, dificultades emocionales, inconvenientes de adaptación a la universidad, problemas interpersonales, problemas con el aprendizaje, baja autoestima, baja motivación hacia el estudio y relaciones conflictivas con docentes.

Respecto a la variable institucional Ariza y Marín (2009), describe los factores que tienen que ver con las posibilidades y oportunidades que la universidad le ofrece al estudiante para comenzar o continuar con sus estudios; teniendo en cuenta la forma en que sus políticas favorecen el desempeño y permanencia en la institución; además, las variables que establecen criterios frente a la decisión de permanencia y deserción académica, entre las que se encuentran: deficiencia en los recursos físicos, tecnológicos y humanos, inconformidad con la universidad, falta de

planeación académica por los profesores, incomodidad con el ambiente universitario, inadecuado trato recibido en la universidad por profesores y administrativos, la propuesta institucional es limitada de acuerdo con sus expectativas, y limitadas oportunidades de financiamiento que brinda la universidad.

Por último, la variable socioeconómica, para Ariza y Marín (2009), se caracterizan por situaciones financieras tanto de la familia como del mismo estudiante que influyen en el ingreso y permanencia en la universidad y su manutención durante el periodo académico. Además, tienen que ver con el área laboral y sus obligaciones económicas. Los factores relacionados en la encuesta del presente estudio son: carencia de fuentes de financiamiento, cruce de horarios de trabajo y estudio, pérdida de beca, limitado apoyo familiar en los recursos económicos, pérdida de empleo, deficientes líneas de crédito de la universidad, incompatibilidad laboral y traslado de la ciudad o del país.

### **Marco teórico**

#### **Marco histórico**

Castillo (2017), afirma que el termino estrés fue poco conocido e identificado. Sin embargo, es sabido que los seres humanos a lo largo de la vida, en algún momento ha experimentado estrés ante las diferentes situaciones que se presenta en la cotidianidad. En el siglo XIX, se decía que el estrés es percibido por las personas cuando se enfrentan a estímulos estresores que puede desencadenar diferentes respuestas en el organismo, teniendo en cuenta la capacidad que se tenga de manejar el malestar generado ante la presencia de tensión y agobio (Bernard, 1867).

Es preciso decir que en el tiempo rupestre los factores generadores serían el hambre, frío y necesidad para defenderse.

Según Elena (2002), no fue sino hasta años más tarde en el siglo XX, donde se imprime vitalidad al concepto de estrés al considerarlo una perturbación de la homeostasis ante distintos estímulos, y aunque utiliza el término un poco por casualidad cuando se refiere a los sujetos que lo padecen, da a entender que el estrés tenía una gradación y que podía medirse (Cannon, 1932). Sin embargo, quien descubrió el mecanismo psico-fisiológico del estrés fue el Dr. Hans Selye, el cual se considera como el pionero científico del mismo, conceptualizando el término como un conjunto coordinado de reacciones fisiológicas ante cualquier forma de estímulo nocivo, incluyendo las amenazas (Selye, 1956). Además, implica una serie de secreciones hormonales, responsables de las reacciones que se muestran ante una situación estresante.

Ahora bien, el contexto que interesa y dentro del cual se realizará la investigación, es el departamento de Santander, específicamente, las IES de Bucaramanga. El siglo XX comenzó en Santander en medio de la Guerra de los Mil Días, siendo su campo de Palonegro uno de los escenarios más sangrientos. La crisis de la producción cafetera marcó la última década del siglo pasado y la primera de este siglo en la región. Sólo hasta la tercera década es que puede apreciarse un crecimiento económico sostenido, coincidiendo con el inicio de la explotación petrolera en los campos de Barrancabermeja, un municipio que experimentó un espectacular desarrollo en este siglo. Por otra parte, se registra en Bucaramanga una intensa inmigración proveniente de todos los municipios santandereanos y del Cesar, hasta el punto de involucrar a los vecinos en una extensa área metropolitana que incluye a Girón, Floridablanca y Piedecuesta.

Siguiendo el ritmo del país, Santander experimentó desde los años cincuenta una rápida modernización de la vida económica y social: caída abrupta de las tasas de natalidad y mortalidad,

secularización de la vida social, elevación de la escolaridad media y universitaria, movilidad social, debilitamiento de las tradiciones de origen campesino, intensificación del trabajo en la manufactura y en los servicios, migración masiva del campo a la ciudad, entre otros aspectos.

Hoy en día, el área metropolitana de Bucaramanga y Barrancabermeja acopian al grueso de los santandereanos, erigiéndose en ciudades modernas y polos del crecimiento en la región oriental del país. Las industrias petroquímica, constructora y manufacturera tienen allí sus sedes, así como la mayor concentración de servicios financieros y educativos (Siempre Santander Gobernación, 2017).

En cuanto a la educación superior, en el Departamento de Santander, entre 2005 y 2010 fueron evaluadas las IES que estaban consolidadas como Universidades e Instituciones Universitarias, ocho del sector oficial de las 57 a nivel nacional y 19 del sector privado de 135. La cobertura para este último año fue de 49,70%, lo cual demuestra que el departamento incrementó el acceso a la educación superior luego de contrastar que en 2017 la Tasa de Cobertura Bruta representa el 64,80% y la Tasa de Tránsito Inmediata un 45,70%. En cuanto a las matrículas por sector en el departamento, para el año 2010 el sector oficial contaba con 55.058 estudiantes y el sector privado con 39.762 estudiantes matriculados; para el 2017 esta disparidad disminuyó, 69.446 se encuentran en el sector oficial y 58.483 en el sector privado (Instituto Colombiano para la Evaluación de la Educación, 2017).

En lo referente al rendimiento académico de los estudiantes provenientes de IES en Santander, en el periodo 2016-2018, se presentó un aumento mínimo en el puntaje global obtenido en la prueba Saber Pro, pues de estar en 151 puntos pasó a 152, respectivamente. La diferencia entre los puntajes se contempla con mayor detenimiento al observar las diferencias en cada módulo de la prueba. En el caso de Comunicación Escrita y Competencias Ciudadanas, se ha presentado

un cambio negativo en cuanto el rendimiento promedio en dichos módulos, por el contrario, inglés, Razonamiento Cuantitativo y Lectura Crítica, han tenido un cambio promedio positivo durante este periodo (Lozano et al., 2020).

Por su parte, según las Estadísticas Generales de Educación Superior 2019 arrojadas por el SNIES (2019), la matrícula total de educación superior en el departamento de Santander fue de 123.878, la matrícula en programas de pregrado fue de 107.858, la matrícula en programas de posgrado de 16.020, la tasa de cobertura bruta en educación superior fue de un 58,6%, la tasa de tránsito inmediato a educación superior fue de un 46,4%.

Sin embargo, las cifras de graduados se reducen a 31.585. En cuanto a la tasa de deserción, estimada en el año 2018, se tiene un 7,8% de la población estudiantil del departamento, cifra que ha ido variando a través de los años: 8,3% en el 2010, 7,3% en el 2011, 7,8% en el 2012, 8,0% en el 2013, 8,5% en el 2014, 7,4% en el 2015, 8,1% en el 2016 y 8,3% en el 2017. De ahí la latente necesidad de detectar qué problemáticas están incidiendo en el aumento o estabilidad de las cifras de deserción y evaluar si una de las posibles causas, reside en el estrés universitario.

## **Marco conceptual**

- Bienestar: si bien, el bienestar parece ser un concepto similar al de salud, no lo es, pero sí van de la mano. Este “hace referencia al conjunto de aquellas cosas que se necesitan para vivir bien” (Pérez, Julián y Gardey, 2013). El bienestar viene a ser más una experiencia subjetiva, vivir bien puede significar cosas distintas para cada sujeto, en gustos, preferencias y objetivos. Sin embargo, estas metas en la etapa universitaria son las mismas. De manera general, se puede decir que todos los estudiantes buscan aprobar, vencer sus exámenes, salir

adelante y conseguir el título de la carrera que los apasiona. Esto forma parte del bienestar que los jóvenes desean sentir y que suele ser impedido debido al estrés.

- Estrés: es la respuesta inespecífica del organismo a cualquier demanda del exterior o del interior del individuo y pueden darse signos de respuesta en el ámbito físico o emocional (Oliveti, 2010). Por otra parte, Melgosa (2006) definió al estrés como “conjunto de reacciones físicas y psicológicas experimentada por un sujeto al exponerse a demandas del medio”.
- Estrés académico: el estrés se clasifica según su fuente, para este caso, es el estrés que encuentra su inicio en el ámbito escolar, es entonces la tensión que se vive al encontrarse en un ciclo de aprendizaje, sin importar el grado o nivel educativo que se está cursando, también incluye en su definición la tensión experimentada en las jornadas de estudio individuales (Dyson y Renk, 2006).

Para Martín (2007), es un fenómeno complejo en el que se conjugan variables como: estresores académicos, experiencia subjetiva de estrés, moderadores del estrés académico y finalmente, efectos del estrés académico. Cuando todos estos factores aparecen en la universidad, representa un conjunto de situaciones altamente estresantes debido a que el individuo puede experimentar, aunque sólo sea transitoriamente, una falta de control sobre el ambiente, factores específicos generadores de estrés y en ocasiones el fracaso académico universitario.

- Estrategias de afrontamiento al estrés académico: El afrontamiento “es el proceso a través del cual el individuo maneja las demandas de la relación individuo- ambiente que evalúa como estresantes y las emociones que ello genera”. Además, el afrontamiento se relaciona estrechamente con la evaluación cognitiva de las situaciones estresantes. Hay estrategias de

afrontamiento más estables o consistentes que otras, de acuerdo con la situación estresante, puesto que el afrontamiento depende del contexto. (Ortiz et al., 2015)

Según Castellanos, Guarnizo y Salamanca (2011), refieren que las estrategias de afrontamiento se refieren a las habilidades cognitivas y conductuales utilizadas por el individuo para hacer frente y sobrellevar los eventos internos o externos que son valorados como desafíos o amenazas, cuando estas funcionan, evitan las condiciones que causan el estrés, de lo contrario se puede buscar otro recurso que pueda ayudar, cabe resaltar que para cada situación se pueden adaptar diferentes estrategias, todo depende de la persona.

- Manifestaciones fisiológicas del estrés: Selye, identifica ciertos cambios físicos que se producen a raíz del estrés, además de que reconoce tres fases: una preparatoria, otra de mantenimiento y una tercera de agotamiento; en la primera fase se agudizan los sentidos y aumenta la frecuencia cardíaca y tensión muscular, generando un estado de súper-activación; en la segunda etapa los cambios se mantienen para hacerle frente a los cambios emocionales provocados por el evento estresante; y en la tercera se reduce la activación de una manera abrupta para evitar el desplome del organismo (Dyson y Renk, 2006).
- Manifestaciones psicológicas del estrés: El estrés es, por su naturaleza, una maniobra adaptativa del organismo, se encarga de facilitar la reacción adecuada ante imprevisto, cambios y situaciones. Estos cambios no siempre son negativos, sino también pueden ser positivos o apetitivos (Gutiérrez et al., 2018).

### **Marco legal**

En este trabajo, el marco legal se conforma por las bases legales que sustentan el objeto de estudio de esta investigación, el cual se centra en el estrés académico y las causas que lo originan.

Para ello, se tuvieron en cuenta artículos de la Constitución Política de Colombia, leyes, decretos, resoluciones y políticas públicas que amplían el análisis del tema en cuestión.

### ***Constitución Política de Colombia y Ley 115 de 1994***

En primer lugar, se toma como referente la Constitución Política de Colombia (1991), en la cual descansan todas las normas que rigen al país colombiano y entre ellas están las que giran en torno a la educación, es así como, en los derechos fundamentales en el capítulo 2 se encontró el artículo 67 que refiere al derecho de la educación: la educación es un derecho de la persona y un servicio público que tiene una función social; con ella se busca el acceso al conocimiento, a la ciencia, a la técnica, y a los demás bienes y valores de la cultura. (Constitución Política de Colombia, 1991, p.11).

Por ello, el presente proyecto busca que se desarrolle una educación integral, en la que el individuo afiance y fortalezca sus prácticas de oralidad y escucha, para que se convierta en un ciudadano activo y crítico en la sociedad. Lo anterior, precisa abordar la Ley 115 (1994) por la cual se expide la Ley General de Educación, que señala las normas generales para regular el Servicio Público de la Educación acorde a las necesidades e intereses de las personas, la familia y la sociedad. Dentro de la misma, se concibe la educación como un servicio público y un derecho con libertades de enseñanza y aprendizaje.

Es así, como en el Título I, en las Disposiciones Preliminares, Artículo 5, en conformidad con el Artículo 67 de la Constitución Política de Colombia (1991), se consideran los fines de la educación, entre los cuales destacan los numerales 1 y 2, que están directamente relacionados con los objetivos de este trabajo de investigación: el pleno desarrollo de la personalidad sin más limitaciones que las que le imponen los derechos de los demás y el orden jurídico, dentro de un

proceso de formación integral, física, psíquica, intelectual, moral, espiritual, social, afectiva, ética, cívica y demás valores humanos. La formación en el respeto a la vida y a los demás derechos humanos, a la paz, a los principios democráticos, de convivencia, pluralismo, justicia, solidaridad y equidad, así como en el ejercicio de la tolerancia y de la libertad.

***Resolución 2646 de 2008***

Por la cual se establecen disposiciones y se definen responsabilidades para la identificación, evaluación, prevención, intervención y monitoreo permanente de la exposición a factores de riesgo psicosocial en el trabajo y para la determinación del origen de las patologías causadas por el estrés ocupacional (Ministerio de Protección Social, 2008).

***Ley 112 de 2011, Ministerio de Educación Nacional***

Ley que rige y regula el sistema de educación superior y la prestación de su servicio. En esta data la obligación de las instituciones de educación superior de ejecutar programas de bienestar para y con la comunidad académica, atendiendo la salud y el desarrollo humano. Deberán además promover el desarrollo integral de los estudiantes.

En base a sus metas y al nivel de formación que cada institución maneja, deben tener un área encargada del desarrollo humano de sus estudiantes, profesores y trabajadores, quienes están en la obligación de presentar y ejecutar proyectos que busquen mejorar la calidad de vida de los pertenecientes a la comunidad ( Ministerio de Educacion Nacional, 2011).

Por medio de este estudio, además de crear educación integral, se pone en práctica la investigación como generadora de saber y mejoradora de las condiciones de vida los estudiantes, además de ayudar con el fortalecimiento de la educación superior.

### ***Ley 1616 de 2013***

Se aplica en el Sistema General de Seguridad Social en Salud, específicamente al Ministerio de Salud y Protección Social, Superintendencia Nacional de Salud, Comisión de Regulación en Salud o la entidad que haga sus veces, las empresas administradoras de planes de Beneficios las Instituciones Prestadoras de Servicios de Salud, las Empresas Sociales del Estado. Las Autoridades Nacionales, Departamentales, Distritales y Municipales de Salud, los cuales se adecuarán en lo pertinente para dar cumplimiento a lo ordenado en la ley.

En el artículo 4 de la misma ley se da a conocer la garantía en salud mental, en donde el Estado a través del Sistema General de Seguridad Social en Salud garantizará a la población colombiana, priorizando a los niños, las niñas y adolescentes, la promoción de la salud mental y prevención del trastorno mental, atención integral e integrada que incluya diagnóstico, tratamiento y rehabilitación en salud para todos los trastornos mentales (Ministerio de Salud y Protección Social, 2013).

## **Proceder metodológico**

### **Enfoque metodológico**

La presente investigación se realizó bajo un enfoque metodológico cuantitativo de alcance descriptivo-correlacional. Según Hernández-Sampieri, Fernández-Collado y Baptista-Lucio (2006), el enfoque cuantitativo usa la recolección de datos para probar hipótesis, con base en la medición numérica y el análisis estadístico, para establecer patrones de comportamiento y probar teorías.

Por otra parte, se le da también a la investigación un enfoque humanista, que se definirá desde la perspectiva de Carl Rogers (1977), quien dice como parte de su teoría fenomenológica que los humanos tienden a la realización. La fuerza básica en el ser humano es positiva por naturaleza, donde lo que se busca es la satisfacción personal y entablar relaciones estrechas con los otros, por ende, se resalta la importancia de la experiencia subjetiva que cada uno tiene de sí mismo y del mundo que lo rodea (Mayorga y Lazcano, 2020)

Desde este enfoque se sabe que el ser humano busca un estado de estabilidad, de superar las adversidades y alcanzar su realización a partir del cumplimiento de metas y objetivos, lo que ayudará a observar y analizar detenidamente la información desde un punto de vista humanista y considerando la subjetividad de los estudiantes.

### **Perspectiva etimológica o alcance de la investigación**

Su alcance fue descriptivo-correlacional debido a que se buscó dar detalle de las características encontradas en el fenómeno a analizar (Fernández, Baptista y Hernández-Sampieri, 2014) y todos los datos encontrados fueron recolectados en un solo momento y no a través del

tiempo, es por esto que su diseño fue transversal. Para escoger a los participantes que hicieron parte de la investigación y del instrumento empleado, se tuvo en cuenta el tipo de muestra; en este caso se enfocó en un muestreo por oportunidad o por conveniencia, el cual está orientado a seleccionar a los participantes a los cuales se tiene acceso sin necesidad de citarlos en algún lugar determinado, es decir que no se tendría mayor esfuerzo en seleccionarlos.

En cuanto a lo correlacional, se refiere a ese tipo de estudios que tienen como propósito medir el grado de relación que exista entre dos o más conceptos o variables, miden cada una de ellas y después, cuantifican y analizan la vinculación.

Asimismo, mediante este alcance, se buscan especificar las propiedades, las características y los perfiles de personas, grupos, comunidades, procesos, objetos o cualquier otro fenómeno que se someten al análisis. Es decir, únicamente se pretende medir o recoger información de manera independiente o conjunta sobre los conceptos o las variables a las que se refiere la investigación. Además, se pretende conocer la relación o grado de asociación que existe entre dos o más conceptos, categorías o variables en un contexto en particular, por lo tanto, los estudios correlacionales pretenden responder a preguntas de investigación (Hernández, Fernández y Baptista, 2010).

### **Tipo de investigación o diseño metodológico**

El presente estudio parte de la hipótesis de que existe una relación entre Estrategias de Afrontamiento y Rendimiento académico en estudiantes universitarios de pregrado de la Ciudad de Bucaramanga, por ello, se busca comprobar dicha hipótesis y se plantea con un enfoque cuantitativo no experimental, que representa un conjunto de procesos de carácter secuencial y sistemático, que utiliza la recolección de datos para probar la hipótesis, con base en una medición

numérica y estadística (Hernández, Fernández y Baptista, 2014). Asimismo, se plantea de corte transversal, realizándose la medición de las variables estrategias de afrontamiento y rendimiento académico.

Este estudio responde a un diseño observacional transversal de naturaleza analítica o inferencial. Se trata de esta forma del estudio de un conjunto de variables en un momento temporal dado a través del cual se pretende establecer relaciones entre las mismas y así poder atribuir causalidad adecuada. En este caso no se ha producido ninguna manipulación de las variables por parte de los investigadores. La fuente de información básica es la descripción obtenida por medio de un cuestionario.

A su vez, el estudio se desarrolla mediante tres fases:

### ***Fase 1. Acercamiento y Caracterización de la muestra***

Se realizará el primer acercamiento a las diferentes Universidades de la Ciudad de Bucaramanga, solicitando permiso para la aplicación de la encuesta y la aplicación del cuestionario *Brief Cope* a los estudiantes, una vez dicho permiso sea concedido, se procederá a concurrir a las aulas, explicando el objetivo de la investigación, los criterios de inclusión y exclusión y aquellos estudiantes que de forma voluntaria quieran participar y cumplan los requisitos, integrarán la muestra poblacional de 150 estudiantes.

### ***Fase 2. Aplicación de prueba y recolección de datos***

La recolección de datos se realizará mediante la aplicación de la encuesta y la aplicación del cuestionario *Brief Cope* y de la obtención del reporte de notas del estudiante, donde se

evidencie el promedio ponderado y datos sociodemográficos a la muestra de 150 estudiantes, la aplicación se efectuará de forma grupal en cada una de las Universidades.

### ***Fase 3. Análisis de datos***

Una vez obtenidos todos los datos, se procederá a realizar el análisis utilizando el programa estadístico SPSS 21, se utilizará estadística descriptiva para cuantificar los valores obtenidos de las variables mediante el análisis de distribución de frecuencias y medidas de tendencia Central. “La estadística descriptiva está orientada a la presentación de datos mediante tablas y gráficas que permiten resumir o describir el comportamiento de los mismos, sin realizar inferencias sobre ellos debido a que son obtenidos de una parte de la población” (Posada, 2016, p.14), posteriormente, se realizará un análisis estadístico correlacional mediante el programa SPSS 20, teniendo en cuenta que “existe una correlación entre dos variables cuando los valores de una variable están de alguna manera asociados con los valores de la otra variable (Triola, 2018, p. 470), para ello se utilizará el coeficiente de correlación de Pearson, cuyo valor permite identificar si existe una relación entre las variables estudiadas.

### **Método de investigación**

La presente investigación, tiene un método deductivo, porque va de lo general a lo particular. Se van presentando conceptos, principios, afirmaciones o definiciones de las cuales van siendo extraídas conclusiones y consecuencias. Se puede conducir a los alumnos a conclusiones de aspectos particulares partiendo de principios generales. El método deductivo es muy válido cuando los conceptos, definiciones, fórmulas, leyes y principios ya están muy asimilados por el

alumno, pues a partir de ellos se generan las 'deducciones'. Evita trabajo y ahorra tiempo. Entre los procedimientos que utiliza el método deductivo están la aplicación, la comprobación y la demostración. La aplicación tiene gran valor práctico ya que requiere partir del concepto general, a los casos particulares.

### **Técnicas de recolección de información**

La observación es una técnica de recogida de la información que consiste básicamente, en observar, acumular e interpretar las actuaciones, comportamientos y hechos de las personas u objetos, tal y como las realizan habitualmente. (Guasch, 1996), afirma que para conocer bien a una cultura es necesario introducirse en ella y recoger datos sobre su vida cotidiana. Por ello, se hizo empleo de esta técnica para ver las experiencias cotidianas de los sujetos investigados, lograr empatía con ellos, conocer el contexto de investigación y hacer parte de él y de allí, buscar una solución óptima al problema. Esta permitirá recoger aquellos hechos al momento de aplicar el cuestionario, relacionados al desarrollo del tema para contribuir a un mejor análisis e interpretación.

### **Instrumentos**

#### ***Encuesta y cuestionario Brief Cope***

Para la recolección de datos, se utilizará la técnica de la encuesta y el instrumento a aplicar será el denominado cuestionario *Brief Cope*, creado por Carver Ch., en su versión reducida por el mismo autor, al cual se le realizarán algunas modificaciones en la redacción de los ítems orientándolo al estrés académico. Este cuestionario mide el uso de estrategias de afrontamiento en

relación al estrés general. Consta de 28 ítems con opciones de respuesta en una escala ordinal tipo Likert modificada de cuatro alternativas y con el siguiente puntaje: Nunca = 0, A veces = 1, Usualmente = 2 y Siempre = 3.

El cuestionario está estructurado en dos partes: datos sociodemográficos (edad, sexo, estado civil, número de veces que ha postulado a una universidad) y la confirmación del ingreso a una universidad.

El instrumento comprende los 28 ítems correspondientes a tres dimensiones:

- A. Las estrategias de afrontamiento centrado en el problema, comprende: afrontamiento activo: ítem 1 y 24, planificación: ítem 6 y 18.
- B. Las estrategias de afrontamiento centrado en la emoción, comprende: apoyo emocional: ítem 9 y 27, apoyo instrumental: ítem 2 y 22, reinterpretación positiva: ítem 7 y 20, aceptación: ítem 8 y 17 y religión: ítem 3 y 14.
- C. Las estrategias de afrontamiento centrado en la evitación del problema, comprende: desconexión conductual: ítem 13 y 23, desahogo: ítem 4 y 16, uso de sustancias: ítem 10 y 21, humor: ítem 12 y 26, autodistracción: ítem 5 y 19, negación: ítem 15 y 28 y autoinculpación: ítem 11 y 25.

Para identificar las estrategias de afrontamiento, utilizadas con mayor frecuencia por los estudiantes, se realizará el siguiente procedimiento:

1. Para cada estudiante se sacarán los promedios de los puntajes obtenidos en cada dimensión: dimensión centrada en el problema se promedian cuatro ítems, dimensión centrada en la

emoción se promedian diez ítems, dimensión centrada en la evitación del problema se promedian catorce ítems.

2. Se determinará como estrategia utilizada con mayor frecuencia, a la dimensión que obtenga mayor promedio por discente.
3. Para identificar las estrategias más utilizadas en cada dimensión, se promediarán los puntajes obtenidos por los estudiantes en los ítems de cada estrategia, por ejemplo: dimensión centrada en el problema (afrontamiento activo se promediarán valores de dos ítems, planificación se promediarán los valores de dos ítems). Así, se continuará con las estrategias de afrontamiento de las otras dimensiones.
4. Se identificará como estrategia de uso más frecuente a la estrategia que obtenga mayor promedio.

### ***Promedio Acumulados Ponderados***

Tomando la conceptualización de que el rendimiento académico es un constructo susceptible de adoptar valores cuantitativos y cualitativos, a través de los cuales existe una aproximación a la evidencia y dimensión del perfil de habilidades, conocimientos, actitudes y valores desarrollados por el alumno en el proceso de enseñanza aprendizaje, este constructo ofrece una medida del conocimiento demostrado en un área o materia comparado con la norma de edad y nivel (Navarro, 2003. p 13).

A partir de ello, en las Universidades Colombianas se creó una escala de calificación del rendimiento académico de los estudiantes, que va de cero (0,00) hasta cinco (5,00), siendo tres (3,00) la nota mínima requerida para aprobar una materia, un examen, un parcial, un trabajo, una

exposición. El cero (0,00) se obtiene cuando un estudiante no presenta una prueba académica, una vez el estudiante pase el primer semestre se obtendrá una calificación total, denominada promedio acumulado ponderado, donde el cociente que resulte de la suma de las notas definitivas obtenidas en todas las materias cursadas por el estudiante, multiplicadas por su valor en créditos y dividida por el número de créditos cursados, así mismo se considera que un estudiante pierde el semestre cuando obtiene una nota inferior a 3.00 en el promedio acumulado ponderado, sin embargo el promedio ponderado mínimo para las universidades varía entre 3.2 a 3.5 (Universidad Externando de Colombia, 2011).

De esta forma, se presenta en la Tabla 3 la interpretación del promedio acumulado Ponderado:

*Tabla 3: Interpretación Rendimiento Académico*

| Promedios Acumulados ponderados | Calificación de Rendimiento Académico |
|---------------------------------|---------------------------------------|
| <b>De 4.6 a 5.0</b>             | Muy Superior                          |
| <b>De 4.1 a 4.5</b>             | Alto                                  |
| <b>De 3.6 a 4.0</b>             | Medio                                 |
| <b>De 3.0 a 3.5</b>             | Condicional                           |
| <b>&lt; 3.0</b>                 | Bajo                                  |

*Fuente 3: autor investigador*

### **Tratamiento de la información**

En primera instancia, se informará mediante una carta el objetivo y las características del estudio a los directivos de los programas académicos de las universidades de Bucaramanga, Colombia implicadas en la investigación. En segundo lugar, se les explicará a los estudiantes voluntarios los aspectos relacionados con la confidencialidad, que incluye el consentimiento

informado y asentimiento, considerando las disposiciones éticas exigidas para la investigación con seres humanos, según la ley 1090 (2006) que rige el actuar ético del psicólogo en Colombia.

Luego de la revisión bibliográfica, se procede a la etapa diagnóstica, realizada mediante una encuesta a los estudiantes que data de tres dimensiones:

- **Estresores:** en donde se evalúan el nivel de inquietud que le generan a los estudiantes diversas situaciones en una escala de nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre. Estos aspectos son: la competencia con los compañeros del grupo, sobrecarga de tareas y trabajos escolares, la personalidad y el carácter del profesor, las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.), problemas con el horario de clases, el tipo de trabajo que piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.), no entender los temas que se abordan en la clase, participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc.), tiempo limitado para hacer el trabajo.
- **Síntomas:** se refiere a las reacciones físicas, psicológicas y comportamentales que se dan con niveles de estrés y ansiedad. Entre ellas, se evalúan las reacciones físicas como trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas); fatiga crónica (cansancio permanente); dolores de cabeza o migrañas; problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea; rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.; somnolencia o mayor necesidad de dormir. Psicológicas como inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo); sentimientos de depresión y tristeza (decaído); ansiedad, angustia o desesperación; problemas de concentración, sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad. Y, comportamentales como, conflictos o tendencia a polemizar o discutir; aislamiento de los demás; desgano para realizar las labores escolares; aumento o reducción del consumo de alimentos.

- Afrontamiento: estrategias para enfrentar la situación que causa la preocupación o el nerviosismo, tales como: habilidad asertiva (defender nuestras preferencias, ideas o sentimientos sin dañar a otros); elaboración de un plan y ejecución de sus tareas; concentrarse en resolver la situación que preocupa; elogios a sí mismo; la religiosidad (oraciones o asistencia a misa); búsqueda de información sobre la situación; fijarse o tratar de obtener lo positivo de la situación que preocupa; ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa).

Posteriormente, se procede al análisis mediante los siguientes ítems:

1. Deficiencia metodológica del profesorado: relativo a aspectos deficitarios en el proceso de enseñanza-aprendizaje desarrollado por el profesorado, así como aspectos relativos a las discrepancias entre el profesorado en temas académicos y dificultades del estudiante para identificar las exigencias académicas.
2. Sobrecarga del estudiante: referido a la percepción que el estudiante tiene de una excesiva demanda académica (número excesivo de asignaturas y de información no identificada como relevante) y la escasez de tiempo para abordarla.
3. Intervenciones en público: intervenciones que los estudiantes se ven obligados a desarrollar ante los demás (salir al tablero, hablar en voz alta en clase, dar una opinión, realizar una exposición, responder a preguntas).
4. Malas relaciones sociales en el contexto académico: percepción que el estudiante tiene del ambiente social del aula. Implica también situaciones como “falta de apoyo de los compañeros”, “la ausencia de un buen ambiente en clase” o “la excesiva competitividad existente en clase”.

5. Falta de control sobre el propio rendimiento académico: evidencia las dificultades del estudiante para controlar el proceso académico, e incluye situaciones como: “No sé qué puedo hacer para que se reconozca mi esfuerzo y trabajo” o “Los resultados obtenidos en los exámenes no reflejan, en absoluto, mi trabajo anterior de preparación, ni el esfuerzo desarrollado.
6. Carencia de valor de los contenidos: valoración del grado de preocupación que le produce que aquello que está estudiando carezca de interés, utilidad futura, valor práctico, etc.
7. Baja autoestima académica: referido a cuestiones del tipo “No sé cómo hacer bien las cosas” o “No creo que pueda lograr los objetivos propuestos”.
8. Exámenes: evaluación (hablar sobre los exámenes, prepararlos, la proximidad de las fechas, etc.).
9. Imposibilidad de participar en decisiones respecto del propio trabajo académico: referido a la posibilidad del estudiante de manifestar su opinión sobre el procedimiento de evaluación, sobre la metodología de enseñanza o sobre la elección de materias.

Para todo este análisis, se propone la rúbrica de evaluación:

*Tabla 4: Rúbrica de evaluación*

| Variable              | Dimensión                                          | Herramienta de medida                                                                                                                     |
|-----------------------|----------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Estresores académicos | Deficiencia metodológica del profesorado           | Cuestionario de estrés académico Brief Cope y evaluación observacional del investigador donde 1 representa nunca o casi nulo y 5 siempre. |
|                       | Sobrecarga del estudiante                          |                                                                                                                                           |
|                       | Intervenciones en público                          |                                                                                                                                           |
|                       | Malas relaciones sociales en el contexto académico |                                                                                                                                           |
|                       | Falta de control sobre el propio rendimiento       |                                                                                                                                           |

RELACIÓN ENTRE ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO DEL ESTRÉS Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS

|                                          |                                                                     |                                                                                                                                           |
|------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                          | Carencia de valor de los contenidos de aprendizaje y estudio        |                                                                                                                                           |
|                                          | Baja autoestima académica                                           |                                                                                                                                           |
|                                          | Exámenes                                                            |                                                                                                                                           |
|                                          | Imposibilidad de participar en las decisiones del trabajo académico |                                                                                                                                           |
| Síntomas de estrés                       | Agotamiento físico                                                  | Cuestionario de estrés académico Brief Cope y evaluación observacional del investigador donde 1 representa nunca o casi nulo y 5 siempre. |
|                                          | Dificultades con el sueño                                           |                                                                                                                                           |
|                                          | Irascibilidad                                                       |                                                                                                                                           |
|                                          | Pensamientos negativos                                              |                                                                                                                                           |
|                                          | Agitación física                                                    |                                                                                                                                           |
| Engagement o compromiso con la actividad | Vigor                                                               | Evaluación y análisis del contexto académico. Promedio estudiantil.                                                                       |
|                                          | Dedicación                                                          |                                                                                                                                           |
|                                          | Absorción                                                           |                                                                                                                                           |
| Rendimiento académico                    | Éxito                                                               | Sumatorio calificaciones x créditos / total créditos superados.                                                                           |

## **Resultados**

En este apartado se expondrán los resultados de la presente investigación en dos partes, el primero contendrá el análisis descriptivo de la población y las variables de estudio y el segundo presentará el análisis correlacional.

### **Descripción de la muestra**

Se mostrará mediante la tabla de distribución de frecuencia, la composición de la muestra poblacional de los 150 estudiantes Universitarios entre los 18 y 28 años.

### **Análisis descriptivo de las variables de Investigación**

En este apartado se presentarán los resultados de las estrategias de afrontamiento que están presentes en los estudiantes Universitarios de la Ciudad de Bucaramanga, al aplicar la encuesta y el cuestionario *Brief Cope*, durante el segundo semestre de 2021, El índice de Estrategias de Afrontamiento, es la Medida Global obtenida de las dimensiones que componen el la encuesta y el cuestionario.

Teniendo en cuenta que la encuesta y el cuestionario *Brief Cope*, mide 3 dimensiones de forma individual (estrategias de afrontamiento centrado en el problema, estrategias de afrontamiento centrado en la emoción, estrategias de afrontamiento centrado en la evitación del problema), los resultados obtenidos, se mostrarán para cada una de las dimensiones a través de tablas, gráficas y estadísticos descriptivos. Los resultados de cada una de las dimensiones de la encuesta y el cuestionario *Brief Cope*, se mostrarán de forma cualitativa (Alto, Promedio y Bajo); la calificación Baja refleja insuficiencia de factores protectores en la familia, mientras que la

calificación promedio indica lo normal u esperado en la población, y la calificación alta demuestra gran desarrollo de los factores protectores en la Familia.

### **Análisis Correlacional**

En este apartado se presentará el análisis correlacional entre las variables Rendimiento Académico Acumulado, frente al Nivel de Estrategias de Afrontamiento presentes en la muestra poblacional. Se iniciará con la prueba Kolmogorov-Smirnov para la medida total de Estrategias de Afrontamiento y Promedio Académico.

Asimismo, se presentará los resultados para la correlación entre las variables Estrategias de Afrontamiento y Rendimiento Académico. Inicialmente, se presentarán los resultados obtenidos, utilizando la medida estadística Kolmogorov-Smirnov para determinar la normalidad de los datos y posteriormente utilizar el coeficiente de correlación.

### **Discusión**

El objetivo que se persigue en la investigación es determinar la relación entre las estrategias de afrontamiento y el rendimiento académico en estudiantes universitarios de la Ciudad de Bucaramanga, lo que ampliamente se expondrá en este apartado.

### **Conclusiones**

El estudio puntualizó en la correlación entre las variables de estudio, para resaltar la necesidad de realizar investigaciones acerca del estrés académico, sus estrategias de afrontamiento y la relación que existe con el rendimiento académico en estudiantes universitarios colombianos. Las pocas investigaciones desarrolladas en Colombia encontraron que los principales estresores son: la presentación oral y la sobrecarga académica.

Se sugiere a las futuras investigaciones identificar factores de la dinámica social y cultural que pudieran estar vinculados al estrés y profundizar el estudio de la relación existente con los trastornos del estado de ánimo, el estrés y las dimensiones de personalidad. Se prevé continuar con esta línea de investigación superando las limitaciones relacionadas con el tipo de muestra empleada (tamaño muestral y tipo de muestreo). En este sentido, por tratarse de una muestra convencional y restringida a un número pequeño de sujetos, presenta conclusiones que no pueden generalizarse a la población. No obstante, se espera que se configuren como un potente punto de partida para futuros trabajos.

Asimismo, es preciso concluir que es probable que los estudiantes hayan puesto en práctica determinados estilos de afrontamiento, como la planificación, el afrontamiento activo, la reinterpretación positiva, y la búsqueda de apoyo instrumental (Ojeda, et al. 2001). El apoyo social

también influye. De hecho, existen estudios que afirman que cuando las personas se exponen a estresores sociales, estos tendrán efectos negativos sólo en aquellos individuos cuyo nivel de apoyo social haya sido bajo (León y Muñoz, 1992).

En definitiva, es interesante estudiar cómo un estresor presente de forma continua en la vida de un estudiante, puede afectar al microsistema del mismo, y al resto de sistemas interrelacionados (Moreno, 1996). Asimismo, pueden ser de gran utilidad desarrollar programas de prevención para combatir el estrés, empleando tácticas de afrontamiento ante situaciones estresantes en el entorno educativo, así como ejercicios de relajación (respiración abdominal y técnicas de relajación) para practicar durante las situaciones que causen estrés.

### **Recomendaciones**

Se señalarán las dificultades evidenciadas en este estudio, así como los desafíos que representó la investigación.

### Referencias Bibliográficas

- Aguiar, E., & Acle -Tomasini, G. (2012). Resiliencia, Factores de Riesgo y Protección en adolescentes Mayas de Yucatán: Elementos para favorecer la adaptación Escolar. *Acta Colombiana de Psicología*, 15(2), 53-64.
- Ministerio de Educación Nacional. (2011). *Proyecto de Ley 112*. Colombia.
- Aguiar, E., & Acle -Tomasini, G. (2012). Resiliencia, Factores de Riesgo y Protección en adolescentes Mayas de Yucatán: Elementos para favorecer la adaptación Escolar. *Acta Colombiana de Psicología*, 15(2), 53-64.
- Almonte C. , A. L. (2012). *Características familiares y sociales de alumnos en situación de pobreza con alto y bajo rendimiento escolar (Tesis para optar al título de Pregrado de Licenciada en Trabajo Social*. Santiago de Chile: Universidad Academia del Humanismo Cristiano.
- Amar, J., Abello, R., & Acosta, C. (2003). Factores protectores un Aporte a Investigativo desde la Psicología comunitaria de la Salud. *Psicología desde el Caribe. Universidad del Norte*, 107-121.
- Amaya, R. (1992). Factores familiares que intervienen en el progreso académico de los alumnos. *Aula abierta*, 23-40.
- Arriagada, I. (2013). La diversidad y desigualdad de las familias Latinoamericanas. Obtenido de [http://www.ucaldas.edu.co/docs/seminario\\_familia/PONENCIA\\_IRMA\\_ARRIAGADA.pdf](http://www.ucaldas.edu.co/docs/seminario_familia/PONENCIA_IRMA_ARRIAGADA.pdf)
- Ayesta Ancajima, M., & Pastor Romero, P. (2020). Estrés académico: una revisión sistemática de la literatura científica en los últimos diez años.

Banco Mundial. (Mayo de 2017). *Graduarse: solo la mitad lo logra en América Latina*.

Obtenido de <http://www.bancomundial.org/es/news/feature/2017/05/17/graduating-only-half-of-latin-american-students-manage-to-do-so>

Banguero, H. (s.f.). *El proceso migratorio en Colombia: Determinantes y Consecuencias*. Cali:

Universidad del Valle. Obtenido de

<http://bibliotecadigital.univalle.edu.co/bitstream/10893/5391/1/El%20proceso%20migratorio%20en%20Colombia%20Determinantes%20y%20consecuencias.pdf>

Bañol, R., Pedroza, V., & Rengifo, C. (2020). *Estrés académico de los estudiantes de instrumentación quirúrgica frente a las prácticas quirúrgicas I de una institución universitaria privada de la ciudad de Santiago de Cali, periodo 2020a*. Doctoral dissertation.

Bernard, C. (1867). *Rapport sur les progrès et la marche de la physiologie générale en France*.

Bezanilla, J., & Miranda, M. (2013). La familia como grupo social: una re-conceptualización.

*Alternativas en Psicología*, 17(29).

Black, K., & Lobo, M. (2008). A Conceptual Review of Family Resilience Factors. *Journal of Family Nursing*, 33-55.

Bueno, G. (2007). El Estudiante Universitario y su Entorno Familiar. *Revista Griot*, 29-35.

Cadena, A. (2020). *Niveles subjetivos de estrés en estudiantes universitarios de pregrado en Bucaramanga*.

Cannon, W. (1932). *Homeostasis. The wisdom of the body*. Norton, Newyork.

Cano, B. (2005). *La ética: arte de vivir 3: la alegría de crecer en familia*. Paulinas.

- Castellanos, M., Guarnizo, C., & Salamanca, Y. (2011). *Relación entre niveles de ansiedad y estrategias de afrontamiento en prácticas de psicología de una universidad colombiana*. Colombia : Universidad de San Buenaventura.
- Castillo, J. (2017). *Estrés Académico De Los Estudiantes De Enfermería En Una Universidad Privada de Puerto Rico y su asociación al rendimiento académico*.
- Chong, E., & C., C. (2016). Factores que inciden en el rendimiento académico de los estudiantes de la Universidad Politécnica del Valle de Toluca. *Revista Atlante: Cuadernos de Educación y Desarrollo*.
- Cohen, L., Manion, L., & Morrison, K. (s.f.).
- Cohen, L., Manion, L., & Morrison, K. (2003). *Research methods in education*. London: RoutledgeFalmer.
- Cominetti, J., & Ruiz, S. (1997). *Algunos factores del rendimiento*. España: Servicio de Publicaciones, Universidad La Coruña.
- Comisión séptima del senado de la Republica de Colombia. (2018).  
<http://www.comisionseptimasenado.gov.co/Familia/Familia/LA%20FAMILIA%20EN%20LA%20CONSTITUCION%20LA%20FAMILIA%20EN%20LA%20CONSTITUCION>. Obtenido de La Constitución en la familia:  
<http://www.comisionseptimasenado.gov.co/Familia/Familia/LA%20FAMILIA%20EN%20LA%20CONSTITUCION.pdf>,
- Correa, N., & Ramírez, L. (2020). Estrategias de afrontamiento frente al estrés universitario en estudiantes de 11 y IX semestre de Psicología.
- Corsi, J. (2003). *Maltrato y abuso en el ámbito doméstico*. Buenos Aires: Paidós.

- Covadonga Ruiz, M. (2001). Factores Familiares vinculados al bajo rendimiento. *Revista Complutense de Educación*.
- Cruz, F., & Quiñones, A. (2012). Autoestima y rendimiento académico en estudiantes de enfermería de Poza Rica, Veracruz, México. *Uni-pluri/versidad*, 25-35.
- DANE. (2018). *DANE INFORMACIÓN ESTRATÉGICA*. Obtenido de Proyecciones de población
- DANE. (4 de 12 de 2018). *Estimaciones y proyecciones de población*. Obtenido de Departamento Administrativo Nacional de Estadística:  
<https://www.dane.gov.co/index.php/estadisticas-por-tema/demografia-y-poblacion/proyecciones-de-poblacion>
- Donas, S. (2001). *Adolescencia y juventud en america latina*. Cartago: Libro Universitario Regional.
- Dyson, R., & Renk, K. (2006). Freshmen adaptation to university life: Depressive symptoms, stress and doping. *Journal of Clinical Psychology*, 62, 1231-1244.
- Elena, G. (2002). Estrés: Desarrollo Histórico Y Definición. *Rev. Arg. Anest*, 60, 350–353.
- Engels, F. (2011). El origen de la Familia, la Propiedad Privada y el Estado. México D.F: Editorial Colofón S.A, Reimpresión.
- Esguerra, G., & Guerrero, P. (2010). Estilos de aprendizaje y rendimiento académico en estudiantes de Psicología. *REVISTA DIVERSITAS - PERSPECTIVAS EN PSICOLOGÍA*, 97-109.
- Fernández, C., Baptista, P., & Hernández-Sampieri, R. (2014). *Metodología de la Investigación*. Editorial McGraw Hill.

- Fernández-Abascal, E., Díaz, M., Martín, D., & Sánchez, F. (2003). Factores de riesgo e intervenciones psicológicas eficaces en los trastornos cardiovasculares. *Psicothema*.
- Ferreiro, F., Ríos, D., & Álvarez, D. (2015). Influencia del entorno familiar en el rendimiento académico en Galicia (España). *Revista Iberoamericana de Educación*, 47-62.
- Ferreira, M., Avitabile, C., Botero, J., Haimovich, F., & Urzúa, S. (2017). *Momento decisivo: La educación superior en América Latina y el Caribe*. Washington DC : Banco Internacional de Reconstrucción y Fomento.
- Figuerola, M., Contini, N., Lacunza, A., Levín, M., & Suedan, A. (2005). *Las estrategias de afrontamiento y su relación con el nivel de bienestar psicológico. Un estudio con adolescentes de nivel socioeconómico bajo de Tucumán (Argentina)*. Anales .
- Gallego, A. (2012). Recuperación crítica de los conceptos de familia. *Revista Virtual Universidad Católica del Norte*(35).
- Gardner, L., Dussán, C., & Montoya, D. (2015). Aproximación causal al estudio de la deserción en la Universidad de Caldas. Periodo 2012-2014. *Revista Colombiana de Educación*, 319-340.
- Garrido, E. (2006). *La familia constructora de destinos personales y sociales en el ámbito de la discapacidad*. México: Editorial Fondo de Cultura.
- González, E., Zúñiga, C., & Medina, F. (2016). Factores relacionados con el bajo rendimiento académico en estudiantes de una institución universitaria de Popayán. *VII coloquio internacional de Educación*.
- González, J. (2003). EL Rendimiento Escolar, Un Análisis de las Variables que lo condicionan. *Revista Galeco portuguesa de Psicología e educação*, 247-258.
- Guasch, O. (1996). Observación participante. 20.

- Guevara, E., Tovar, S., & Jaramillo, R. (2013). Factores familiares y su relación con el rendimiento académico en estudiantes de psicología. *Revista Virtual Universidad Católica del Norte*, 122-140.
- Gutiérrez, J., Montoya, L., Toro, B., Briñón, M., Restrepo, E., & Salazar, L. (2018). Depresión en estudiantes universitarios y su asociación con el estrés académico. *Revista CES Med*, 24(1).
- Guzmán, C., Durán, D., Franco, J., & MEN. (2009). *Deserción estudiantil en la educación superior*. Bogotá: Ministerio de Educación Nacional.
- Guzmán, R., & Pacheco, M. (2014). Comunicación familiar y desempeño académico en estudiantes universitarios. *Revista del Instituto de Estudios en Educación de la Universidad del Norte*.
- Hernández, A. (2005). La familia como unidad de supervivencia, de sentido y de cambio en las intervenciones psicosociales: intenciones y realidades. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, niñez y juventud*.
- Hernández, S., Fernández, C., & B. M. (2014). *Metodología de la Investigación* (8 ed.). Mexico: McGraw Hill.
- Hernández, S., Fernández, C., & Baptista, M. (2010). *METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN* (5ta ed.). Mexico: MCGRAW-HILL.
- Hernández-Sampieri, R., Fernández-Collado, C., & Baptista-Lucio, P. (2006). *Análisis de los datos cuantitativos. Metodología de la investigación*.
- Instituto Colombiano para la Evaluación de la Educación. (2017). *Resultados 2005-2010 por departamentos y algunas ciudades capitales Santander*. Obtenido de

<https://portal.icfes.s3.amazonaws.com/datos/SANTANDER%20SABER%20PRO%202005>

- Jadue, G. (1996). Características familiares de los hogares pobres que contribuyen al bajo rendimiento o al fracaso escolar de los niños. *Revista de Psicología de la PUCP, II*(004), 35-45.
- Jadue, G., Galindo, A., & Navarro, L. (2005). factores protectores y los factores de riesgo para el desarrollo de la resiliencia en una comunidad educativa en riesgo social. *Estudios Pedagógicos XXXI*, 43-55.
- Jara, D., Velarde, H., Gordillo, G., Guerra, G., Arroyo, C., & Figueroa, M. (2008). Factores influyentes en el rendimiento académico de estudiantes del primer año de medicina. *Anales de la Facultad de Medicina*.
- Jauregui, C., & Suarez, P. (2004). *Promoción de la Salud y prevención de la enfermedad enfoque en salud Familiar* (2 ed.). Bogotá: Panamericana.
- Jerez, A., Ramírez, N., Ardila, J., Rivero, P., & Rodríguez, A. (2021). Sucesos vitales estresantes, ansiedad y depresión en estudiantes de una universidad privada de Bucaramanga. *Informes Psicológicos, 21*(2), 61-74.
- Jiménez, M. (1994). Competencia social: intervención preventiva en la escuela. *Infancia y sociedad: Revista de estudios, 24*, 21-48.
- La Declaración Universal de Derechos Humanos. (1948). Resolución 217 A (III), Carta de los Derechos del Hombre. 35. Obtenido de [https://www.ohchr.org/EN/UDHR/Documents/UDHR\\_Translations/spn.pdf](https://www.ohchr.org/EN/UDHR/Documents/UDHR_Translations/spn.pdf)
- León, J., & Muñoz, F. (1992). Incidencia de la evaluación académica sobre la salud de los estudiantes universitarios. *Revista de Psicología General y Aplicada*(45), 429-437.

- Lozano, M., Arenas, L., Villamizar, Á., & Ortiz, E. (2020). Educación superior en Santander, Colombia: determinantes del rendimiento académico de los estudiantes en las pruebas Saber Pro 2018. *Gestión y Desarrollo Libre*, 4(8).
- Martín, I. (2007). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Apuntes de Psicología*, 25, 87-99.
- Mata, E. (2014). Trabajo de Grado: La influencia de los factores familiares en el rendimiento académico. *Universidad de Valladolid. Facultad de Educación y Trabajo Social*.  
Obtenido de <http://uvadoc.uva.es/handle/10324/7044>
- Mayorga, V., & Lazcano, R. (2020). Efectos del estrés universitario en la salud y bienestar de los estudiantes, 2019. *Revista Con-Sciencias Sociales*, 12(23), 46-57.
- Mayorga, V., & Lazcano, R. (2020). Efectos del estrés universitario en la salud y bienestar de los estudiantes, 2019 . *Revista Con-Sciencias Sociales*, 12(23), 46-57.
- Medranda, R., & Romero, S. (2018). Los problemas familiares y el rendimiento académico de los y las estudiantes de 3er. nivel de la carrera de trabajo social de la Facultad de Ciencias Humanísticas y Sociales . *Revista Caribeña de Ciencias Sociales*.
- Melgosa, J. (2006). *¡Sin estrés!* . Madrid, España: Safeliz.
- MEN - MInisterio de Educación Nacional. (2012). *Estadísticas e Indicadores de Deserción Estudiantil*. Obtenido de  
[https://www.mineducacion.gov.co/sistemasdeinformacion/1735/articles-254702\\_archivo\\_pdf\\_indicadores\\_permanencia.pdf](https://www.mineducacion.gov.co/sistemasdeinformacion/1735/articles-254702_archivo_pdf_indicadores_permanencia.pdf)
- Ministerio de Protección Social. (2008). *Resolución 2646* .
- Ministerio de Salud y Protección Social. (2013). *Ley 1616* .

- Molina Nieto , C. J., & Martinez, C. (2006). Factores del contexto socio-cultural y familiar que influyen en el bajo rendimiento académico de los estudiantes de grado 601 de la Institución Educativa General Santander de la Sede Principal J.T. del municipio de Soacha. *Tesis de la Especialización en Gerencia Administrativa*. Soacha, Colombia.
- Molina Nieto, C. J., & Martinez Martinez , C. (2016). *Factores del contexto socio-cultural y familiar que influyen en el bajo rendimiento*. Colombia: Uniminuto.
- Montes, I., & Lerner, J. (2010). Rendimiento académico de los estudiantes de pregrado de la Universidad EAFIT: Perspectiva cuantitativa. *Departamento de Desarrollo Estudiantil, Universidad EAFIT. .*
- Moreno, M. (1996). *Las teorías y los métodos en la investigación sobre el desarrollo socio-personal*. Kronos.
- Navarro, E. (2015). *Relación entre el entorno familiar y el fracaso escolar*. España: Universidad de La Rioja, Servicio de Publicaciones.
- Navarro, R. (2003). El Rendimiento Académico: concepto Investigación y Desarrollo. *Revista Electrónica Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y Cambio en Educación*, 1(2), 13.
- Navarro, R. (2003). El rendimiento académico: concepto, investigación y desarrollo. *Revista Electrónica Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y Cambio en Educación*. Obtenido de <http://www.redalyc.org/html/551/55110208/>
- Nunez, M., Rigotto, D., Ferrari, H., & Marin, F. (2012). Soporte social, familiar y autoconcepto: relación entre los constructos. *Psicología desde el Caribe. Universidad del Norte. ,* 1-18.
- Observatorio de la Universidad Colombiana. (2020). *Presencia de la educación superior en Bucaramanga y Santander*. Obtenido de <https://www.universidad.edu.co/presencia-de-la-educacion-superior-en-bucaramanga-y-santander/>

- OCDE. (2016). La educación en Colombia . *Ministerio de Educación Nacional para esta versión en español*, 3. Obtenido de [https://www.mineducacion.gov.co/1759/articles-356787\\_recurso\\_1.pdf](https://www.mineducacion.gov.co/1759/articles-356787_recurso_1.pdf)
- Ojeda, B., Vallespín Montero, R., Calvo Francés, F., & Ramal López, J. (2001). Estrategias de afrontamiento al estrés y apoyo social. *Psiquis*(22), 49-62.
- Oliveti, S. (2010). *Estrés académico en estudiantes que cursan primer año del ámbito universitario*. Argentina: Universidad Abierta Interamericana .
- Ortiz, S., Tafoya, S., Farfán, A., & Jaimes, A. (2015). Rendimiento académico, estrés y estrategias de afrontamiento en alumnos del programa de alta exigencia académica de la carrera de medicina. *Revista Fac Med*, 21, 0-0.
- Páramo, M. (2011). Factores de Riesgo y Factores de Protección en la Adolescencia:Análisis de Contenido a través de Grupos de Discusión. *Terapia Psicológica.*, 85-95.
- Pérez, A., & Reinoza, M. (2011). El educador y la familia disfuncional. . *Educere*, 629.
- Pérez, Julián, & Gardey. (2013). *Definición de bienestar*. Obtenido de <https://definicion.de/bienestar/>
- Posada, G. (2016). *Elementos básicos de estadística descriptiva para el análisis de datos*. Medellín, Colombia: Fondo Editorial Luis Amigó.
- Quintero, Á. (2007). *Diccionario especializado en familia y género*. Buenos Aires: Lumen Humanitas.
- Rodríguez, E. (2014). La influencia de los factores familiares en el Rendimiento Académico. *Universidad de Valladolid* .
- Rodriguez, N., & Torres, L. (jul-dic de 2006). Rendimiento académico y contexto familiar en estudiantes universitarios. *Enseñanza e investigacion en Psicología*, 11(002), 255-270.

- Rojas, & M. (2001). *Teoría y Clinica de la Familia de Hoy*. Sao Pablo: Interacoes.
- Rojas, L. E. (2012). *Influencia del entorno familiar en el rendimiento académico de niños y niñas con diagnostico de maltrato en le Escuela Calarca de Ibague*. Bogotá, Colombia: Pontificia Universidad Javeriana.
- Romagnoli, C., & Gallardo, G. (2007). Alianza Efectiva Familia Escuela: Para promover el desarrollo intelectual, emocional, social y ético de los estudiantes. *Documentos Valoras UC*, 1-12.
- Romagnoli, C., Kuzmanic, V., & Caris, L. (2015). La familia y su rol en la prevención de conductas de riesgo: Factores protectores. *Ficha VALORAS* , 1-6.
- Ruíz, M. (2002). Factores que influyen en el rendimiento escolar de los adolescentes. *Memoria para optar al grado de Doctora en Psicopedagogía*.
- Ruiz, N. (2011). El desplazamiento forzado en Colombia: una revisión histórica y demográfica. *Estudios demograficos y urbanos*. Obtenido de [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0186-72102011000100141](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0186-72102011000100141)
- Selye, H. (1956). *The stress of life*.
- Siempre Santander Gobernación. (2017). *Descripción histórica de Santander*. Obtenido de <https://www.santander.gov.co/index.php/gobernacion/departamento/historia-de-santander>
- SINIES - Sistema Nacional de Información de la Educación Superior. (2017). *Anuario Estadístico de la Educación Superior Colombiana*. Bogotá: Ministerio de Educación Nacional.
- SNIES . (2018). *Programas y coberturas. Base de datos de matrículas 2014-2018*.

- SNIES. (2018). *Estadísticas Generales de Educación Superior – 2018. Subdirección De Desarrollo Sectorial.*
- SNIES. (2019). *ESTADISTICAS GENERALES DE EDUCACIÓN SUPERIOR 2019 SANTANDER* . Obtenido de <https://snies.mineducacion.gov.co/portal/Informes-e-indicadores/Perfiles-departamentales-de-Educacion-Superior/>
- Sotelo, M., Ramos, D., & Vales, J. (2011). Clima familiar y su relación con el rendimiento académico en estudiantes universitarios. *XI Congreso Nacional de Investigación Educativa* , Aprendizaje y Desarrollo Humano - Ponencia .
- Strauss, L. (1981). Las estructuras elementales del parentesco. Barcelona: Paídos.
- Tonconi, J. (2010). Factores que Influyen en el Rendimiento Académico y la Deserción de los Estudiantes de la Facultad de Ingeniería Económica de la UNA-Puno (Perú). *Cuadernos de.*
- Torres, L., & Rodríguez, N. (2006). Rendimiento académico y contexto familiar en estudiantes Universitarios . *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 255-270.
- Triola, M. (2018). *Estadística* (12 ed.). México: Pearson Educación .
- UNICEF. (2003). Nuevas formas de familia perspectivas nacionales e internacionales. Obtenido de [http://files.unicef.org/uruguay/spanish/libro\\_familia.pdf](http://files.unicef.org/uruguay/spanish/libro_familia.pdf)
- Universidad Externando de Colombia. (2011). Manual de procedimientos de pregrado., (págs. 7-9). Bogotá. Obtenido de <https://www.uexternado.edu.co/wp-content/uploads/2017/01/manualProcedimientoPregradoFinanzasEnero16.pdf>
- Vallejo, A., & Mazadiego, T. (2006). Familia y rendimiento académico. *Revista de Educación y Desarrollo*, 55-59.

- Vélez, A., & Roa, C. (2005). Factores asociados al rendimiento académico en estudiantes de medicina. *Educación Médica*, 74-82.
- Vieira, C., Rodrigues, B., Costa, V., & Aguiar, M. (2014). Adaptación y Validación del Instrumento Inventory of Family Protective. *Latino-Am. Enfermagem*.
- Willcox, M. (2011). Factores de riesgo y protección para el rendimiento académico: Un estudio descriptivo en estudiantes de académico: Un estudio descriptivo en estudiantes Psicología de una universidad privada. *Revista Iberoamericana de Educación* , 1-15.
- Zabalza, M. (2001). *La enseñanza universitaria. El escenario y sus protagonistas*. España.
- Yengle, C. (2009). Adaptación a la vida universitaria de estudiantes que desertaron asociada a la relación con compañeros de estudio. UCV – Scientia- 1(1). Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/6181544.pdf>