

**Construcción de un instrumento para medir el estrés académico en
estudiantes universitarias becados de Lima Metropolitana (EEAB)**

Fernanda Liliana De Los Ríos Legua
Pontificia Universidad Católica del Perú

Mabbel Patricia Baca Huaman
Pontificia Universidad Católica del Perú

Samira Miguelina Pablo Gonzales
Pontificia Universidad Católica del Perú

El estrés académico es un fenómeno psicológico que afecta significativamente a lxs estudiantes universitarixs. Desde la perspectiva de la Psicología de la Salud, este concepto se enmarca en el modelo transaccional de Lazarus y Folkman (1984), quienes lo definen como los procesos cognitivos que se desencadenan en una persona al enfrentarse a situaciones estresantes derivadas de su interacción con el entorno académico.

Barraza, basándose en el modelo sistémico cognoscitivo, conceptualiza el estrés académico como un proceso sistémico, adaptativo y psicológico que se inicia cuando el estudiante percibe las exigencias del entorno educativo como estresantes. Este modelo ha sido ampliamente utilizado en investigaciones sobre el tema (Cassaretto et al. 2021; Moreno-Montero et al., 2020; Zamora & Leiva, 2022).

El estrés académico, según Barraza (2006, 2007, 2008), presenta tres dimensiones: síntomas, estresores y estrategias de afrontamiento. Sin embargo, la mayoría de los estudios se centran principalmente en las dos primeras dimensiones: estresores y síntomas (Kloster & Perrotta, 2019). Los estresores incluyen factores como la competitividad entre compañeros, los plazos de entrega, la sobrecarga académica y los conflictos con profesores o compañeros. Los síntomas, por su parte, se manifiestan a nivel fisiológico (como dolores de cabeza o insomnio), psicológico (ansiedad, baja autoestima) y conductual (ausentismo, aislamiento social).

La relevancia de este tema se evidencia en las cifras del Ministerio de Educación del Perú (2019), que indican que el 85% de lxs estudiantes universitarixs sufren estrés académico. Además, un estudio realizado en seis ciudades peruanas encontró que el 83% de lxs estudiantes universitarixs había experimentado estrés académico (Cassaretto et al., 2021).

En el Perú, el Ministerio de Educación (2021) reportó la otorgación de 3975 becas del programa Beca 18 en pregrado, 8000 por Beca Permanencia y 151 por Beca Generación del Bicentenario. Esta población de estudiantes becados merece especial atención, ya que la obtención de una beca puede convertirse en un factor adicional de estrés académico. Además, para lxs estudiantes becads, la adquisición de una beca conlleva estímulos estresores adicionales dado los requisitos para mantenerla, los cuales impactan en su bienestar psicológico y cognitivo, pudiendo afectar su

desempeño académico y su bienestar general (Bendezu, 2023).

Si bien existen instrumentos confiables para medir el estrés académico en estudiantes universitarios, estos tienden a analizar el constructo de forma general, sin enfocarse en grupos específicos que pueden presentar experiencias diferentes. Un grupo particular de interés son los estudiantes becados, quienes enfrentan desafíos únicos relacionados con su condición socioeconómica, su procedencia y su adaptación a nuevos entornos académicos y sociales (Cottler, 2016; Cornejo, 2020). Pese a esto, la literatura nacional e internacional no cubre esta particularidad.

Dado este contexto, el objetivo de este trabajo es construir un instrumento psicológico que mida el estrés académico en estudiantes universitarios becados de Lima Metropolitana y analizar sus propiedades psicométricas. Se espera que el instrumento demuestre evidencias de validez y confiabilidad adecuadas para su uso en esta población específica.

Metodología

Participantes

La muestra estuvo compuesta por 152 estudiantes universitarios becados de Lima Metropolitana, con edades entre 18 y 35 años ($M = 19.99$, $DE = 2.06$). El 65.1% fueron mujeres, el 33.6% hombres, y el 1.3% prefirió no especificar su sexo. La mayoría (94.1%) provenía de universidades privadas. Las áreas de estudio más representadas fueron Ciencias e Ingenierías (34.9%) y Ciencias de la Salud (20.4%). Los participantes se distribuyeron entre diferentes ciclos académicos, con mayor frecuencia en el octavo (17.1%), tercero (13.2%) y sexto (13.2%). El 21.7% de los participantes trabajaba, y el 73% vivía con su familia. Asimismo, como criterio de inclusión, los participantes debían ser estudiantes universitarios mayores de edad. Como criterios de exclusión, no participaron aquellos estudiantes que estaban cursando el primer ciclo.

Instrumentos

Se desarrolló la Escala de Estrés Académico para estudiantes becados (EEAB), compuesta por 31 ítems divididos en dos factores: "Estrés" (16 ítems) y "Síntomas" (15 ítems), con respuestas registradas en una escala Likert de 5 puntos. Esta escala es una modificación del Inventario SISCO del Estrés Académico de Barraza (2007). Las propiedades psicométricas de dicho Inventario fueron evaluadas por Guzmán et al. (2022) mediante análisis factorial exploratorio, identificando 3 factores: estrés, síntomas y estrategias de afrontamiento. Las subescalas mostraron un alfa de Cronbach entre 0.85, 0.91 y 0.69, con 0.90 para la puntuación total. Además, el KMO fue igual a .89.

Adicionalmente, se utilizó el cuestionario International-Panas-Short Form (I-Panas-SF) de Thompson (2007), adaptado por Gargurevich (2010) para estudiantes universitarios de Lima Metropolitana. Este instrumento evalúa los estados afectivos positivos y negativos, y consta de 10 ítems divididos en dos factores: "Afecto positivo" y "Afecto negativo".

Para evaluar las propiedades psicométricas del instrumento, Gargurevich (2010) evaluó el I-Panas-SF en universitarios de Lima, realizando un análisis factorial exploratorio que reveló dos factores (KMO= .77; $p < .000$), explicando el 49.48% de la varianza total. La consistencia interna, analizada con el alfa de Cronbach, fue .72 para afectos negativos y positivos, con correlaciones ítem-test entre .33 y .60, y entre .36 y .56, respectivamente.

Análisis de datos

Se realizó un análisis factorial exploratorio (AFE) para evaluar la estructura interna de la EEAB, utilizando el método de Factorización de ejes principales y rotación Oblimin directo. Se calcularon el índice Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) y la prueba de esfericidad de Bartlett para determinar la adecuación de los datos al análisis factorial.

La confiabilidad se evaluó mediante el coeficiente alfa de Cronbach para cada factor. Se analizaron las correlaciones ítem-test corregidas para evaluar la capacidad discriminativa de los ítems. Para obtener evidencias de validez convergente y discriminante, se correlacionaron los puntajes de la

EEAB con los del I-Panas-SF utilizando el coeficiente de correlación de Pearson.

Consideraciones éticas

Se obtuvo el consentimiento informado de todos los participantes, garantizando la confidencialidad y el anonimato de sus respuestas. Se informó a los participantes sobre su derecho a retirarse del estudio en cualquier momento. Los datos recolectados se utilizaron exclusivamente con fines académicos y serán eliminados después de diciembre del 2023.

Principales resultados y discusión

El análisis factorial exploratorio arrojó un índice KMO de 0.90 y una prueba de esfericidad de Bartlett significativa ($\chi^2 = 2147.21$, $p < .001$), indicando la adecuación de los datos para el análisis factorial. Se identificaron dos factores que explicaron el 40.01% de la varianza total: el factor "Estresores" (31.89% de la varianza) y el factor "Síntomas" (8.12% de la varianza).

La estructura factorial resultante coincide con lo propuesto por Barraza (2008) y Cassaretto et al. (2021), aunque en el presente estudio se eliminaron dos ítems (uno de cada factor) debido a la falta de especificidad en la definición operacional.

En cuanto a la confiabilidad, el factor "Estresores" obtuvo un alfa de Cronbach de .84, con correlaciones ítem-test entre .38 y .67. El factor "Síntomas" presentó un alfa de Cronbach de .88, con correlaciones ítem-test entre .31 y .76. Estos resultados indican una alta consistencia interna para ambos factores, coincidiendo con los hallazgos de Moreno-Montero (2022), Barraza (2008) y Cassaretto et al. (2021).

Respecto a las evidencias de validez convergente y discriminante, se encontró una correlación significativa, positiva y grande entre ambos factores de la EEAB y el factor de Afecto Negativo del I-Panas-SF, lo que proporciona evidencia de validez convergente. Por otro lado, el factor "Estresores" mostró una correlación no significativa con el factor de Afecto Positivo, mientras que el factor

"Síntomas" presentó una correlación significativa, negativa y pequeña con el mismo, lo que aporta evidencia de validez discriminante.

Conclusiones, alcances y limitaciones

En conclusión, la Escala de Estrés Académico para estudiantes becadxs (EEAB) demuestra propiedades psicométricas adecuadas para su aplicación en estudiantes universitarixs becadxs del contexto peruano. La estructura factorial, la confiabilidad y las evidencias de validez convergente y discriminante son consistentes con la literatura previa sobre el estrés académico.

Este instrumento contribuye significativamente al conocimiento existente sobre el estrés académico en estudiantes becadxs, un área poco explorada en el contexto peruano. La EEAB permite una comprensión más profunda de los desafíos específicos que enfrentan estos estudiantes, lo que puede facilitar el diseño de intervenciones más efectivas y personalizadas.

Sin embargo, el estudio presenta algunas limitaciones. La muestra relativamente pequeña y la dificultad en la recolección de datos debido a la falta de canales establecidos con la población becada representaron desafíos importantes. Además, la escasez de estudios previos sobre estrés académico en estudiantes becadxs en Perú y Latinoamérica dificultó la contextualización de los hallazgos.

Para futuras investigaciones, se recomienda establecer contacto directo con las oficinas encargadas de los programas de becas en las universidades para facilitar el acceso a una muestra más amplia y diversa. Asimismo, se sugiere expandir el alcance del estudio para incluir una mayor variedad de tipos de becas, universidades y orígenes geográficos de los estudiantes, lo que permitiría una comprensión más completa y matizada del estrés académico en esta población específica.

A pesar de estas limitaciones, la EEAB representa un avance significativo en la evaluación del estrés académico en estudiantes becadxs y sienta las bases para futuras investigaciones e intervenciones en este campo.

Referencias

- Barraza A. (2006). Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 9(3), 110–129.
<https://www.revistas.unam.mx/index.php/repi/article/view/19028>
- Barraza, A. (2007). Estrés académico: Un estado de la cuestión. *Revista Electrónica Psicologiacientifica.com*.
<https://www.psicologiacientifica.com/estres-academico-un-estado-de-la-cuestion/>
- Barraza Macías, A. (2008). El estrés académico en alumnos de maestría y sus variables moduladoras: Un diseño de diferencia de grupos. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 26(2), 270–289. <https://www.redalyc.org/pdf/799/79926212.pdf>
- Bendezu Lavado, M. (2023). Relación entre autoeficacia académica y afrontamiento al estrés en estudiantes universitarios del Programa Beca 18. [Tesis de Licenciatura]. Universidad San Ignacio de Loyola.
<https://repositorio.usil.edu.pe/server/api/core/bitstreams/e78f8c1b-aab0-4bae-bb22-600c37dcf6a5/content>
- Cassaretto, M., Vilela, P., & Gamarra, L. (2021). Estrés académico en universitarios peruanos: importancia de las conductas de salud, características sociodemográficas y académicas. *LIBERABIT. Revista Peruana de Psicología*, 27(2), 1-18.
<https://dx.doi.org/10.24265/liberabit.2021.v27n2.07>
- Cornejo, R. (2020). *Estilos de afrontamiento al estrés académico en Estudiantes de beca 18 de la Universidad Científica del Sur-Lima 2017*. [Tesis de maestría, Universidad Andina Néstor Cáceres Velásquez].
http://repositorio.uancv.edu.pe/bitstream/handle/UANCV/4697/T036_30675109_M.pdf?sequence=3&isAllowed=y

- Cottler, J. (2016). *Educación superior e inclusión social: un estudio cualitativo de los becarios del programa Beca 18*. Programa Nacional de Becas y Créditos Educativos, Ministerio de Educación. <https://hdl.handle.net/20.500.12799/6128>
- Gargurevich, R. (2010). Propiedades psicométricas de la versión internacional de la Escala de Afecto Positivo y Negativo-forma corta (I-Spanas SF) en estudiantes universitarios. *Persona*, 13(013), 31-42. <https://doi.org/10.26439/persona2010.n013.263>
- Guzmán-Castillo, A., Bustos, C., Zavala, W., & Castillo-Navarrete, J. L. (2022). Inventario SISCO del estrés académico: revisión de sus propiedades psicométricas en estudiantes universitarios. *Terapia psicológica*, 40(2), 197-211. https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0718-48082022000200197&script=sci_arttext&tlng=en
- Kloster, G. & Perrotta, F. (2019). *Estrés académico en estudiantes universitarios de la ciudad de Paraná*. [Trabajo final de licenciatura para acceder al título de Licenciada en Psicología]. Universidad Católica Argentina. Recuperado de <https://repositorio.uca.edu.ar/bitstream/123456789/9774/1/estres-academico-estudiantes-universitarios.pdf>
- Lazarus, R., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer Publishing Company.
- Ministerio de Educación. (2019, 15 de octubre). *Minedu y el Minsa trabajan con 21 universidades públicas en el cuidado de la salud mental* [Nota de prensa]. <https://www.gob.pe/institucion/minedu/noticias/52741-minedu-y-el-minsa%20trabajan-con-21-universidades-publicas-en-el-cuidado-de-la-salud-mental>
- Ministerio de Educación. (2021). *Memoria Anual 2021*. Programa Nacional de Becas y Créditos Educativos. <https://hdl.handle.net/20.500.12799/8531>
- Moreno-Montero, M., Naranjo-Hidalgo, T., Poveda-Ríos, S., & Izurieta-Brito, D. (2022). Estrés académico en universitarios durante la pandemia de COVID-19. *Revista Médica Electrónica*, 44(3), 468-482. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1684-18242022000300468
-

Schedule (Panas). *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 38, 227-242.

<https://doi.org/10.1177/0022022106297301>

Zamora-Marin, A. & Leiva-Colos, F. (2022). Estrés académico y autoestima en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana en contexto COVID-19 durante el año 2021. *Revista de Investigación en Ciencias Sociales y Humanidades*, 9(2), 127-138.

<https://doi.org/10.30545/academo.2022.jul-dic.2>