



Recibido: 06/08/2022  
Aceptado: 23/08/2022  
Publicado: 15/05/2023

## Artículo científico

### Estrés académico y desempeño de estudiantes de bachillerato durante la pandemia del COVID-19

Academic stress and performance of high school students during the COVID-19 pandemic

#### Chess Emmanuel Briceño Nuñez

Magister Scientiarum en Ciencias de la Educación

Universidad Nacional Abierta. Caracas, Venezuela

<https://orcid.org/0000-0002-1712-4136>

[chesspiare@gmail.com](mailto:chesspiare@gmail.com)

#### Referencia

Briceño Nuñez, C. E. (2023). Estrés académico y desempeño de estudiantes de bachillerato durante la pandemia del COVID-19. *Revista Académica CUNZAC*, 6(1), 6–14. <https://doi.org/10.46780/cunzac.v6i1.88>

#### Resumen:

**PROBLEMA:** la pandemia mundial del COVID-19 ha influido directamente sobre la práctica académica de los estudiantes de Bachillerato General Unificado, y es importante conocer los factores asociados a su desempeño. **OBJETIVO:** establecer el impacto que los estresores académicos han tenido sobre el desempeño de estudiantes en la ciudad de Guayaquil-Ecuador, durante la pandemia del COVID-19. **MÉTODO:** se siguió una investigación cuantitativa no experimental con un diseño transversal.

La muestra estuvo compuesta por 600 estudiantes activos en el sistema educativo público y privado, cursantes del primer, segundo y tercer año de Bachillerato. **RESULTADOS:** la pandemia del COVID-19 ha ocasionado que el estudiantado participante esté frecuentemente con estrés. Los estresores académicos, tales como: las deficiencias metodológicas del profesorado que imparte las clases, la sobrecarga en el cumplimiento de las actividades, la existencia de un clima social negativo durante las clases virtuales, la dificultad existente para que haya una participación real del estudiantado en los procesos educativos, la naturaleza y propósito de las asignaturas que están cursando, la manera como se percibe el rendimiento escolar, las evaluaciones académicas que son impuestas y por último las intervenciones durante las clases virtuales, son efectivamente factores incidentes sobre los altos niveles de estrés en

los participantes. **CONCLUSIÓN:** los estudiantes participantes se encuentran afectados por el estrés académico que generó la pandemia del COVID-19 y esto ha tenido importantes repercusiones escolares.

**Palabras clave:** educación, estrés, estrés mental, pandemia.

## Abstract

**PROBLEM:** the global COVID-19 pandemic has directly influenced the academic practice of Unified General Baccalaureate students, and it is important to know the factors associated with their performance. **OBJECTIVE:** to establish the impact that academic stressors have had on the performance of students in the city of Guayaquil-Ecuador, during the COVID-19 pandemic. **METHOD:** a non-experimental quantitative research with a cross-sectional design followed. The sample consisted of 600 active students in the public and private educational system, students in the first, second and third year of High School. **RESULTS:** the COVID-19 pandemic has caused the participating student body to be frequently stressed. The academic stressors, such as: the methodological deficiencies of the teaching staff who teach the classes, the overload in the fulfillment of the activities, the existence of a negative social climate during the virtual classes, the existing difficulty for there to be a real participation of the student body in the educational processes, the nature and purpose of the subjects they are studying, the way school performance is perceived, the academic evaluations that are imposed and, finally, the interventions during virtual classes, are effectively incident factors on the high levels of stress in the participants. **CONCLUSION:** the participating students are affected by the academic stress generated by the COVID-19 pandemic and this has had significant school repercussions.

**Keywords:** education, stress, mental stress, pandemic.

## Introducción

La intempestiva emergencia sanitaria global ha impactado absolutamente todas las áreas del quehacer humano escalando en todos los niveles de acción. Un informe de Samaniego (2021), auspiciado en conjunto por la Pontificia Universidad Católica de Ecuador (PUCE) y del Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF), da evidencias que los hogares ecuatorianos no recibieron asistencia apropiada para afrontar los desafíos educativos asociados a la pandemia del COVID-19.

El impacto de distintos factores sobre el desempeño del estudiantado es un terreno fértil para el diagnóstico, estudio y la elaboración de planes que procuren el incremento de la calidad académica. En el

sistema educativo ecuatoriano, la fase final de preparación escolar para los jóvenes está dada por el Bachillerato General Unificado (BGU). Es por ello que el objetivo del artículo que se presenta es conocer el impacto que los estresores académicos han tenido sobre el desempeño del estudiantado de Bachillerato General Unificado (BGU) de la ciudad de Guayaquil-Ecuador, durante la pandemia del COVID-19.

La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2021) define el estrés como “el conjunto de reacciones fisiológicas que prepara el organismo para la acción”. Al hablar de estrés Gordon (1997:22) señala que “las reacciones fisiológicas y psicológicas ante la situación estresante pueden minar la satisfacción, la creatividad y la productividad de una persona”. De una manera más puntual, al revisar lo que es el estrés académico, se puede hacer referencia a este constructo acudiendo a la definición propuesta por Muñoz (2017:3) quien propone que el “estrés académico se refiere a los procesos cognitivos y afectivos que permiten a los estudiantes percibir el impacto que causan los estresores académicos”. Mientras que Caldera et al (2007, p. 78) lo definen como “aquél que se genera por las demandas que impone el ámbito educativo”.

La pandemia de COVID-19 puede resultar estresante de un modo distinto para cada persona. El temor y la ansiedad con respecto a una nueva enfermedad y lo que podría suceder ante ésta, pueden abrumar y generar emociones fuertes, indistintamente de la etapa del desarrollo humano de cada persona. Valero et al (2020) señalan que las medidas de salud pública, como el distanciamiento social, han causado que las personas se sientan aisladas y en soledad y es posible que aumente el estrés, la ansiedad y su miedo ante los brotes de enfermedades. La desinformación, ansiedad pública y los rumores han debido ser abordados por funcionarios de salud y de gobierno para ayudar a mitigar los efectos adversos de la estigmatización y xenofobia, y proporcionar protección a las poblaciones vulnerables.

En última instancia, atribuir la culpa en cualquier circunstancia puede dañar a todos los involucrados y puede reducir la resiliencia individual y comunitaria tanto a corto y largo plazo.

## **Materiales y Métodos**

El presente estudio por su naturaleza es cuantitativo, tipo descriptivo. En cuanto al diseño, se empleó un diseño no experimental transversal.

La población estuvo constituida por la totalidad del estudiantado inscrito en el sistema educativo ecuatoriano cursantes de alguno de los grados conducentes a obtener la titulación de bachillerato general unificado residentes en la ciudad de Guayaquil.

La muestra se encontró conformada por 600 estudiantes de BGU, durante el año lectivo 2020-2021 de la región Costa/Galápagos. La selección de la muestra se llevó a cabo al emplear un muestreo intencional.

Cada participante al tiempo de la aplicación de los instrumentos se encontraba cursando estudios en instituciones públicas y privadas en la ciudad de Guayaquil, provincia del Guayas. Con edades comprendidas entre los 15 y 18 años, distribuidos de la siguiente manera: 200 estudiantes cursantes del primer año de BGU (100 mujeres y 100 hombres), 200 estudiantes cursantes del segundo año de BGU (100 mujeres y 100 hombres), y 200 estudiantes cursantes del tercer año de BGU (100 mujeres y 100 hombres).

Con el fin de recolectar la información suministrada por el estudiantado se procedió a aplicar dos instrumentos. El primero es la “Escala de Estrés Percibido”, una versión en español del “Perceived Stress Scale (PSS)” de Cohen, Kamarck y Mermelstein (1983), que es un instrumento de auto informe para evaluar el nivel de estrés percibido. Compuesto por 14 ítems, organizados en una escala Likert con valores de 0 a 4 puntos (0 = Nunca, 1 = Casi nunca, 2 = Algunas veces, 3 = A menudo, 4 = Muy a menudo). El segundo instrumento empleado fue la “Escala de estresores académicos”, una versión sobre el original “Escala de Estresores Académicos” de Cabanach, Souto-Gestal y Franco (2016), que es un auto test que busca identificar los niveles de estrés en los estudiantes. El instrumento está organizado en 32 proposiciones presentadas en una escala Likert de 1 a 5 puntos. Los factores considerados fueron: Dificultades de participación, Carencia de valor de las asignaturas, Evaluaciones, Clima social negativo, Intervenciones en clase, Creencias sobre el rendimiento académico, Sobrecarga del estudiante y Deficiencias metodológicas del profesorado.

El instrumento fue aplicado de forma asincrónica, empleando la herramienta virtual de “Google Forms” para cada instrumento. Una vez obtenidos los datos en su totalidad, se procesaron utilizando “Paquete estadístico para las ciencias sociales” (SPSS), que emplea procesos matemáticos de la estadística descriptiva, para ello se usaron modelos de regresión, modelos avanzados de reducción de datos, de clasificación y pruebas no paramétricas, así como análisis de tendencia y de conjunto, pruebas exactas y análisis de valores perdidos, por último, se empleó el software para ejecutar la validación de datos. Acto seguido, la información fue jerarquizada, organizándola y presentándola en tablas de frecuencia, y gráficos según su utilidad. Los instrumentos se aplicaron en el mes de febrero del año 2021.

## Resultados y discusión

Los resultados obtenidos al procesar los datos suministrados por la “Escala de Estrés Percibido 2021” indican que los estudiantes se encuentran altamente estresados producto de los cambios en sus rutinas (académicas, familiares, sociales, etc.) a los que han sido expuestos, a consecuencia de la pandemia del COVID-19.

El 100% del estudiantado siente que es alta la frecuencia con la que se sienten afectados por sucesos

que ocurren de forma inesperada. De igual modo el 100% de los alumnos se siente incapaz de controlar las cosas importantes en su vida. El 100% del estudiantado indica que muy a menudo se ha sentido nervioso o estresado durante las actividades académicas virtuales en el contexto de la pandemia del COVID-19.

Al ser consultados sobre la frecuencia con la que han manejado exitosamente los problemas pequeños que han enfrentado durante la pandemia, el 90% del estudiantado han indicado que no ha sido una buena temporada para la resolución de pequeñas dificultades. Así mismo el 98% de la muestra reflejó que con poca frecuencia han sentido que pueden afrontar de manera efectiva los cambios que están ocurriendo en su vida durante el tiempo en que están viviendo impactados por la pandemia.

El 80% del estudiantado de BGU indicó que la frecuencia con la que han sentido que las cosas van bien es baja. En tanto que el 100% ha indicado que con demasiada frecuencia han sentido que no han podido afrontar todas las cosas que tenían que hacer durante la pandemia.

El 95% del estudiantado declara que pocas veces ha sentido durante la pandemia que puede controlar la forma en la que pasa el tiempo. El 99% del estudiantado de BGU durante la pandemia ha sentido que las dificultades se acumulan tanto que no podían superarlas. Los datos antes presentados indican de manera contundente que durante la pandemia ocasionada por el COVID-19 los estudiantes de BGU han estado frecuentemente estresados.

## Estresores Académicos

Respecto a *las dificultades de participación como estresor*, se tiene que el 97% del estudiantado siente inquietud ya que a su juicio no tienen participación sobre el modo y la forma en la que se planifican los aprendizajes durante la pandemia. De manera específica el 89% del estudiantado indicó no tener opinión sobre la metodología para la enseñanza de las materias del plan de estudios. El 100% del estudiantado manifestó que le inquieta no tener oportunidad de opinar sobre el procedimiento para evaluar las asignaturas del plan de estudios mientras están en clases a distancias por el confinamiento, también le inquieta la falta de participación al plantear los trabajos, tareas o actividades como le gustaría.

Al hablar sobre *la carencia de valor de las asignaturas como estresor*, el 96% del estudiantado se sienten inquietos en relación a las asignaturas y los contenidos que cursan. El 90% de ellos piensan que las asignaturas no se adaptan a las expectativas que ellos tienen en relación a su futuro. El 96% piensa que son poco interesantes. El 100% piensa que no tienen utilidad para el futuro y el mismo 100% piensa que las clases virtuales a las que asisten son poco prácticas.

El 77% del estudiantado considera que *las evaluaciones* durante el periodo de la pandemia son un factor que contribuye con el incremento en sus niveles de estrés. El 90% del estudiantado sienten nervios con solo el hecho de hablar de las evaluaciones, el 100% del estudiantado se sienten nerviosos cuando tienen evaluaciones asignadas y cuando se acercan las fechas de las mismas. Solo el 20% de la muestra

siente algún grado de incomodidad cuando prepara las evaluaciones.

El 100% del estudiantado de BGU expresaron sentirse inquietos por la existencia de un *clima social negativo* durante las clases virtuales. Lo que queda evidenciado por su preocupación por la falta de apoyo de los profesores y de otros compañeros, por la existencia de lo que a juicio de ellos son favoritismos, e incluso por la propia ausencia de un buen ambiente de clases.

El 63% del estudiantado de BGU indicó que durante la pandemia por COVID-19 *las intervenciones en clases* fueron un factor de estrés para ellos. Un 95% aseguró que sentían nervios cuando se le hacían preguntas durante las clases.

El 92% del estudiantado participante en la investigación siente frustración por la manera en la que *percibe el rendimiento académico* como factor. El 100% del estudiantado participante se frustra porque no sabe cómo hacer bien las cosas y porque no saben qué hacer para que se reconozca su esfuerzo y trabajo. El 91% experimenta frustración al no tener claro cómo conseguir que se valore el dominio que tiene de las materias.

El 100% del estudiantado de BGU participantes han expresado sentir *sobrecarga en el cumplimiento de sus actividades*. Del estudiantado se sienten incómodos por las demandas excesivas y variadas que le son requeridas, sienten incomodidad a causa del excesivo número de horas diarias para desarrollar sus clases de modo virtual, así como el tiempo excesivo que deben dedicarle a la realización de las tareas que han sido asignadas por sus profesores.

El 100% del estudiantado coincide en que las *deficiencias metodológicas de sus profesores* son una causa de estrés. Del estudiantado alegan que el que los profesores den por hecho que los estudiantes tengan conocimientos que en realidad no tienen les causa frustración, también les incomoda cuando no hay correspondencia entre la forma en que un profesor enseña una clase y la manera cómo evalúa.

Los resultados obtenidos a partir de la aplicación de la “Escala de Estrés Percibido” muestran que 480 participantes se encuentran altamente estresados producto de las dinámicas generadas a partir de la pandemia del COVID-19, revelando una proporción en la que 8 de cada 10 del estudiantado de BGU son afectados directamente por estresores académicos.

El segundo instrumento suministra información en cuanto a los estresores académicos, revelando la opinión del estudiantado respecto a cada uno de los factores estudiados. Primero, 540 de del estudiantado (9 de cada 10 del estudiantado de BGU) expresan no tener (o tener una muy reducida) participación sobre la manera en la que los docentes planifican los aprendizajes, de igual modo los resultados plantean que las deficiencias metodológicas del profesorado tienen un gran impacto sobre el estrés que los estudiantes sufren. Macchiarola y Martín (2007) al respecto destacan que es importante diagnosticar entre los estudiantes las formas de participación efectiva en los procesos académicos indicando que la información que suministra un diagnóstico es explicativa y enriquecedora por cuanto permite que el estudiante exprese de buena manera como se siente y lo que espera.

El 100% del estudiantado participante, es decir 10 de cada 10, manifestaron que les inquieta la naturaleza de las asignaturas y los contenidos, cosa que eventualmente contribuye con su estrés académico, hecho que tal vez se ha manifestado con mayor fuerza durante la pandemia.

La totalidad del estudiantado participantes (600 alumnos de BGU) señalaron que la sobrecarga de actividades académicas, la participación e intervención durante las clases virtuales, así como las evaluaciones son causas que inciden directamente sobre el estrés académico percibido durante la pandemia. Esto tiene su respaldo en lo presentado por Escobar et al (2018) quienes concluyen que la sobrecarga de tareas, la clase de trabajo que se ha solicitado, las evaluaciones y los exámenes son considerados factores estresantes predominantes en los estudiantes, y que ello probablemente se debe a la disminución del tiempo para desarrollar otras actividades de naturaleza familiar y social.

Todos los estudiantes participantes (100%) han expresado preocupación porque sienten que durante la pandemia existe en sus cursos un clima social negativo, de allí que es importante considerar lo expuesto por Filippesen y Marin (2020) quienes dicen que cuando se percibe un clima social de una manera más positiva, se asocia con menores niveles de estrés, ansiedad y depresión. En cuanto a la forma como perciben su desempeño académico y la relación de éste con el estrés percibido los estudiantes señalan que, si hay una tendencia a percibir el rendimiento académico propio como un factor estresante, al respecto Bermúdez et al (2006) señalan que existe una correspondencia significativa entre el rendimiento académico y el estrés, y a su vez del estrés con la depresión, así como otros factores emocionales como las adicciones y el desempeño en la funcionalidad familiar.

Los hallazgos de la presente investigación permiten concluir que los estudiantes de BGU se encuentran altamente afectados por la pandemia del COVID-19, generándoles elevados niveles de estrés. Lo anteriormente expuesto puede estar relacionado con el alto grado de afectación por la pandemia, el sentimiento de incapacidad para controlar las cosas importantes, el sentirse frecuentemente nervioso o estresado, la incapacidad para manejar con éxito los problemas pequeños que pueden ser irritantes, así mismo la incapacidad para afrontar efectivamente los cambios que han sucedido durante la pandemia del COVID-19, el sentimiento de falta de tiempo y recursos para cumplir con las diversas asignaciones académicas, y hasta el control sobre la forma como se maneja el propio tiempo.

Los datos presentados evidencian que los estresores académicos, tales como: las deficiencias metodológicas de los docentes que les imparten las clases, la sobrecarga en el cumplimiento de las actividades, la existencia de un clima social negativo durante las clases virtuales, la dificultad existente para que haya una participación real del estudiantado en los procesos educativos, la naturaleza y propósito de las asignaturas que están cursando, la manera como ellos perciben el rendimiento escolar, las evaluaciones académicas que le son impuestas y por último las intervenciones durante las clases virtuales, son efectivamente factores incidentes sobre los altos niveles de estrés del estudiantado de BGU que han participado como muestra en este estudio. Desde las coordinaciones docentes se deben ejecutar medidas de acompañamiento en las que se evalúe la incidencia de los estresores académicos.

## Referencias

- Bermúdez, Sol., Durán, María., Escobar, Camila., Morales, Adriana., Monroy, Samuel., Ramírez, Alexander., Ramírez, Juliana., Trejos, José., Castaño, José., y González, Sandra. (2006). Evaluación de la relación entre rendimiento académico y estrés en estudiantes de Medicina. *MedUNAB*, 9(3), 198-205. <https://revistas.unab.edu.co/index.php/medunab/article/view/135>
- Cabanach, Ramón., Souto-Gestal, Antonio., y Franco, Victoria. (2016). Escala de Estresores Académicos para la evaluación de los estresores académicos en estudiantes universitarios. *Revista iberoamericana de psicología y salud*, 7(2), 41-50. <https://doi.org/10.1016/j.riips.2016.05.001>
- Caldera. Juan., Pulido Blanca. y Martínez María. (2007) Niveles de estrés y rendimiento académico en estudiantes de la carrera de Psicología del Centro Universitario de Los Altos [Versión electrónica]. *Revista de Educación y Desarrollo*, 7, 77-82. <http://repositorio.cualtos.udg.mx:8080/jspui/handle/123456789/319>
- Cohen, Sheldon., Kamarck, Tom., y Mermelstein, Robin. (1983). A global measure of perceived stress. *Journal of Health and Social Behavior*, 24, 385-396. <https://doi.org/10.2307/2136404>
- Cohen, Sheldon. y Williamson, Gregory. (1988) Perceived stress in a probability sample of the United States. In: S. Spacapan and S. Oskamp (Eds.) *The social psychology of health*. Newbury Park, CA: Sage. <https://www.cmu.edu/dietrich/psychology/stress-immunity-disease-lab/scales/pdf/cohen,-s.-williamson,-g.-1988.pdf>
- Escobar, Eileen., Soria, Bruno., López, Glenis., y Peñafiel, Dayanara. (2018). *Manejo del estrés académico; Revisión crítica*. *Atlante Cuadernos de Educación y Desarrollo*, (agosto). [https://www.eumed.net/rev/atlante/2018/08/estres-academico.html?fb\\_comment\\_id=1881566745289288\\_4030013307111277](https://www.eumed.net/rev/atlante/2018/08/estres-academico.html?fb_comment_id=1881566745289288_4030013307111277)
- Filippsen, Osvaldo., y Marin, Angela. (2020). School climate and indicators of stress, anxiety, and depression in teachers of private technical high school. *Psicología: teoría e práctica*, 22(3), 247-262. <https://dx.doi.org/10.5935/1980-6906/psicologia.v22n3p247-262>
- Gordon, Judith. (1997), *Comportamiento organizacional*. 5ª. Edición, Prentice Hall, México). <https://revistacientifica.uamericana.edu.py/index.php/scientiamericana/article/view/228>
- Macchiarola, Viviana., y Martín, Elena. (2007). Teorías implícitas sobre la planificación educativa. *Revista de Educación*, 343, 353-380. <https://redined.educacion.gob.es/xmlui/handle/11162/68965>
- Muñoz, Francisco. (2017). El estrés académico: problemas y soluciones desde una perspectiva psicosocial. Colecciones: Manuel Siurot, 16. España: Universidad de Huelva.



Valero, Nereida., Vélez, María., Duran, Ányelo.,y Torres, Mariana. (2020). Afrontamiento del COVID-19: estrés, miedo, ansiedad y depresión. *Enfermería investiga*, 5(3), 63-70. <http://dx.doi.org/10.31243/ei.uta.v5i3.913.2020>

World Health Organization. Mental Health [actualizado 24 mayo 2013; citado 24 mayo 2021]. [https://www.who.int/occupational\\_health/publications/stress/en/](https://www.who.int/occupational_health/publications/stress/en/)

## Sobre el autor

Magister Scientiarum en Ciencias de la Educación Mención Administración Educativa Universidad Nacional Abierta (Caracas D.C-Venezuela). Licenciado en Educación Mención Lenguas Extranjeras, Cum Laude, Universidad de los Andes (Trujillo-Venezuela). Licenciado en Educación Integral, Universidad Nacional Abierta (Caracas D.C-Venezuela). Técnico Superior Universitario en Contabilidad y Técnico Superior Universitario en Mercadotecnia del Instituto Universitario de Tecnología Mario Briceño Iragorry (Valera-Venezuela).

## Financiamiento de la investigación

Con recursos propios.

## Declaración de intereses

Declara no tener ningún conflicto de intereses, que puedan haber influido en los resultados obtenidos o las interpretaciones propuestas.

## Declaración de consentimiento informado

El estudio se realizó respetando el Código de ética y buenas prácticas editoriales de publicación.

## Derechos de uso

Copyright© 2023 por Chess Emmanuel Briceño Nuñez.

Este texto está protegido por la [Licencia Creative Commons Atribución 4.0 Internacional](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).



Usted es libre para compartir, copiar y redistribuir el material en cualquier medio o formato y adaptar el documento, remezclar, transformar y crear a partir del material para cualquier propósito, incluso comercialmente, siempre que cumpla la condición de atribución: usted debe reconocer el crédito de una obra de manera adecuada, proporcionar un enlace a la licencia, e indicar si se han realizado cambios. Puede hacerlo en cualquier forma razonable, pero no de forma tal que sugiera que tiene el apoyo del licenciante o lo recibe por el uso que hace.