



*El estrés y el rendimiento académico de los estudiantes, caso de estudio: Carrera de Administración de Empresas-UNESUM*

*Stress and academic performance of students, case study: Business Administration Career-UNESUM*

*Estresse e desempenho acadêmico de estudantes, estudo de caso: Carreira de Administração de Empresas -UNESUM*

Margarita Elena Zaruma-Pincay <sup>I</sup>  
[margarita.zaruma@unesum.edu.ec](mailto:margarita.zaruma@unesum.edu.ec)  
<https://orcid.org/0000-0002-2395-2376>

Lili Samantha Santana-Segura <sup>II</sup>  
[santana-lili5953@unesum.edu.ec](mailto:santana-lili5953@unesum.edu.ec)  
<https://orcid.org/0000-0002-2344-0100>

Maritza Marilu Toala-Baque <sup>III</sup>  
[toala-maritza3039@unesum.edu.ec](mailto:toala-maritza3039@unesum.edu.ec)  
<https://orcid.org/0000-0002-6366-116X>

**Correspondencia:** [margarita.zaruma@unesum.edu.ec](mailto:margarita.zaruma@unesum.edu.ec)

Ciencias de la Educación  
Artículo de Investigación

\* **Recibido:** 23 de diciembre de 2022 \* **Aceptado:** 12 de enero de 2023 \* **Publicado:** 13 de febrero de 2023

- I. Magister en Administración de Empresas, Ing. en Administración de Empresas Agropecuarias, Diplomado en Autoevaluación y Acreditación Universitaria, Ingeniera Comercial, Docente de la carrera de Administración de Empresas, facultad de ciencias económicas de la Universidad Estatal del Sur de Manabí, Jipijapa, Ecuador.
- II. Estudiante en Administración de Empresas, Facultad de Ciencias Económicas, Universidad Estatal del Sur de Manabí, Jipijapa, Ecuador.
- III. Estudiante en Administración de Empresas, Facultad de Ciencias Económicas, Universidad Estatal del Sur de Manabí, Jipijapa, Ecuador.

## Resumen

La presente investigación tiene como objetivo realizar un análisis de los conceptos de estrés y como influyen en el rendimiento académico de los estudiantes de la carrera Administración de Empresas de la Universidad Estatal del Sur de Manabí, puesto que, el estrés es un detonante que ejerce presión en las actividades diarias de los estudiantes afectando de manera directa en sus vidas el mismo puede causar ansiedad, disminución de la concentración, desmotivación, enojo y entre otras emociones que se ven reflejadas en su rendimiento académico como estudiantes, para ello se realizó la revisión y análisis de investigaciones previas para el desarrollo de la base teórica. Para la recolección de la información se aplicó encuestas a 288 estudiantes que constituyen la muestra poblacional del objeto de estudio, los métodos aplicados en esta investigación son descriptivos, deductivos, inductivos y documental que permitieron un desarrollo del trabajo de manera óptima y de precisión, dando como resultado que un 84,3% de los estudiantes de la carrera de administración de empresas padecen de estrés, siendo este un factor que perjudica a los estudiantes en su vida diaria y en su entorno académico, entre las principales causas que condicionan a los estudiantes de la carrera de Administración de empresas se las atribuye a las situaciones financieras que enfrentan diariamente por escasas plazas laborales de medio tiempo, situaciones económicas familiares y falta de financiamiento para implementar emprendimientos que les permita solventar sus estudios universitarios un siguiente factor identificado es las relaciones interpersonales que implica el trato diario con los compañeros basado en el respeto y responsabilidad en la relación estudiantes-estudiante y docente-estudiante y finalmente otro factor priorizado como generador de estrés es el exceso de tareas académicas que se caracterizan por ser muy extensas y por poco tiempo asignado para su cumplimiento y en ocasiones se dispone de poca información influyendo directamente en el rendimiento académico afectando no solo su curriculum como estudiantes sino que también afecta a la salud.

**Palabras Clave:** Estudiantes; cansancio; emociones.

## Abstract

The objective of this research is to carry out an analysis of the concepts of stress and how they influence the academic performance of the students of the Business Administration career of the State University of the South of Manabí, since stress is a trigger that exerts pressure in the daily activities of the students, directly affecting their lives, it can cause anxiety, decreased

concentration, demotivation, anger and among other emotions that are reflected in their academic performance as students, for which the review and analysis of previous research for the development of the theoretical basis. For the collection of information, surveys were applied to 288 students who constitute the population sample of the object of study, the methods applied in this investigation are descriptive, deductive, inductive and documentary that allowed a development of the work in an optimal and precise way, giving As a result, 84.3% of the students of the business administration career suffer from stress, this being a factor that harms students in their daily lives and in their academic environment, among the main causes that condition students. of the Business Administration career are attributed to the financial situations they face daily due to few part-time jobs, family economic situations and lack of financing to implement ventures that allow them to pay for their university studies. The next identified factor is interpersonal relationships. that implies the daily dealing with the s peers based on respect and responsibility in the student-student and teacher-student relationship and finally another prioritized factor as a stressor is the excess of academic tasks that are characterized by being very extensive and for little time allocated for their fulfillment and in Sometimes little information is available, directly influencing academic performance, affecting not only their curriculum as students, but also affecting their health.

**Keywords:** Students; fatigue; emotions.

## Resumo

O objetivo desta pesquisa é realizar uma análise dos conceitos de estresse e como eles influenciam o desempenho acadêmico dos alunos da carreira de Administração da Universidade Estadual do Sul de Manabí, pois o estresse é um gatilho que exerce pressão em nas atividades diárias dos alunos, afetando diretamente suas vidas, pode causar ansiedade, diminuição da concentração, desmotivação, raiva e entre outras emoções que se refletem em seu desempenho acadêmico como alunos, para o qual a revisão e análise de pesquisas anteriores para o desenvolvimento de a base teórica. Para a recolha de informação foram aplicados inquéritos a 288 alunos que constituem a amostra populacional do objeto de estudo, os métodos aplicados nesta investigação são descritivos, dedutivos, indutivos e documentais que permitiram um desenvolvimento do trabalho de forma óptima e precisa. , dando Como resultado, 84,3% dos alunos da carreira de administração sofrem de estresse, sendo este um fator que prejudica os alunos em seu dia a dia e em seu ambiente

acadêmico, entre as principais causas que condicionam os alunos da carreira de Administração de Empresas são atribuídos às situações financeiras que enfrentam diariamente devido a poucos empregos de meio período, situação econômica familiar e falta de financiamento para implementar empreendimentos que lhes permitam pagar seus estudos universitários. O próximo fator identificado é o relacionamento interpessoal, com os pares pautados no respeito e responsabilidade na relação aluno-aluno e professor-aluno e por fim outro fator priorizado como estressor é o excesso de tarefas académicas que se caracterizam por serem muito extensas e por pouco tempo destinado para seu cumprimento e por vezes poucas informações estão disponíveis, influenciando diretamente no desempenho académico, afetando não apenas seu currículo como alunos, mas também afetando sua saúde.

**Palavras-chave:** Estudiantes; fadiga; emoções.

## **Introducción**

El estrés es un factor que incide en el comportamiento de los estudiantes y la forma en la que actúa haciendo hincapié a diversos métodos de actitudes que influyen básicamente en las habilidades y destrezas del estudiante y de cualquier persona por lo tanto se ve afectada en cierta parte los estudiantes de la facultad de administración de empresas de la universidad estatal del sur de Manabí tanto en la parte mental ya que sus expectativas de no lograr sus objetivos propuestos o acontecimientos que se suscitan de manera negativa en la vida diaria del universitario. En el cantón Jipijapa hay gran concurrencia de estudiantes que conllevan en asimilar su entorno y la experimentación de insatisfacción de situaciones o acciones que crea un fenómeno de estrés grave que pueden tener secuelas invaluable como la pérdida de control y dificultad de adaptarse al ambiente que se encuentra. Cabe recalcar que cada estudiante es un mundo nuevo lleno de habilidades y problemas la soledad es un determinante para observar una falta de dirección al deseo de manejar estar fuera de su familia y enfrentarse solo a tener un rendimiento alto en la universidad se puede decir que en el Ecuador existen muchos casos que dan como variante este fenómeno que incide en dar desventaja a los estudiante por la falta de optimismo, entusiasmo, confianza estos valores son tomados en cuenta ya que si bien lo son un ejemplo de cómo mejorarnos como persona reflexionando de sí mismo y del mundo que nos rodea.

En la presente investigación se da a conocer problemáticas y dificultades que se presentan en el vivir de la facultad hacia este denominador que es el estrés que se analiza que influye en el

rendimiento académico y en la actitud del estudiante universitario, es decir la forma en que se maneja desequilibrando el comportamiento y el saber para la debida ejecución de las tareas y obligaciones que conlleva la facultad.

## **Desarrollo**

### **El estrés**

Desde la psicología, el estrés es objeto de estudio. Pues se considera como una respuesta fisiológica, endocrina o psicológica del cuerpo ante eventos o situaciones que agobian o se perciben amenazantes, provocando síntomas de agotamiento, disminución de apetito, disminución del peso u otros síntomas inespecíficos. (Oscar Jardey Suárez, 2020), por otra parte, (Lizeth, 2020) aporta que, el estrés es el conjunto de procesos y respuestas neuroendocrinas, inmunológicas, emocionales y conductuales ante situaciones que significan una demanda de adaptación mayor que lo habitual para el organismo, además, son percibidas por el individuo como amenaza o peligro, ya sea para su integridad biológica o psicológica.

El estrés puede inducir directamente efectos psicológicos y fisiológicos que alteran la salud. También puede influir sobre la salud de una forma más indirecta a través de conductas no saludables (estrategias de afrontamiento nocivas como, fumar beber alcohol y conductas de riesgo) o bien inhibir conductas relacionadas con la salud como el ejercicio físico. (Bautista, S.f)

El fenómeno del estrés se lo suele interpretar en referencia a una amplia gama de experiencias, entre las que figuran el nerviosismo, la tensión, el cansancio, el agobio, la inquietud y otras sensaciones similares, como la desmesurada presión escolar, laboral o de otra índole. Igualmente, se lo atribuye a situaciones de miedo, temor, angustia, pánico, afán por cumplir, vacío existencial, celeridad por cumplir metas y propósitos, incapacidad de afrontamiento o incompetencia interrelacional en la socialización. (Nathaly Berrío García, Estrés Académico , 2011), así mismo, (Castro, 2020), establece que, el estrés forma parte de nuestra vida cotidiana. Las presiones del tiempo y el trabajo, los problemas en nuestras relaciones, la situación económica etc., son solamente algunas de las causas del estrés. Sus consecuencias afectan a nuestro cuerpo, mente y emociones. Debe ser vigilado, porque sus efectos pueden causar daño e incluso llevar a la muerte.

## **Factores causales del estrés**

### **Sucesos vitales intensos y extraordinarios**

Los sucesos vitales son definidos como experiencias objetivas que alteran o amenazan con alterar las actividades usuales del individuo causando un reajuste sustancial en la conducta del mismo. (Barona, Octubre 7 del 2016)

### **Sucesos menores (estrés diario)**

Los acontecimientos estresantes diarios producen más respuestas de estrés y efectos negativos, psicológicos y biológicos más importantes de lo que puedan generar acontecimientos extraordinarios y poco frecuentes. Son sucesos más frecuentes, de ocurrencia diaria o casi diaria y más próximos temporalmente al individuo. Pertenecen a este tipo de sucesos las disputas familiares, los atascos de tráfico y los problemas económicos. (Barona, Octubre 7 del 2016)

### **Situaciones de tensión crónica mantenida.**

Son situaciones capaces de generar estrés que se mantienen durante largos periodos de tiempo, como una enfermedad prolongada, una mala relación con la pareja durante varios años, etc. (Barona, Octubre 7 del 2016)

### **Estilos de vida**

El tipo de profesión, las aficiones, la frecuencia de contactos sociales, etc. van a determinar en gran medida las demandas a que las personas se verán sometidas, facilitando en mayor o menor grado las situaciones de estrés. Situaciones de tensión crónica mantenida.

### **Características de las situaciones de estrés**

Aunque un acontecimiento sólo será estresor si el individuo lo percibe como tal, se pueden señalar algunas características que comúnmente se suelen presentar y que contribuirán en hacer "estresante" una situación:

- El cambio o novedad en la situación supone la aparición de nuevas demandas a las que el individuo se tiene que adaptar. Un cambio en la situación habitual puede convertirse en estresante o en amenaza.

- La falta de información e incertidumbre. Si se produce un cambio en la situación y no tenemos información alguna acerca de qué se nos demanda o qué sucederá, puede ocurrir que esta incertidumbre provoque respuestas de estrés.
- La producibilidad se refiere a la posibilidad de anticipar o predecir lo que puede ocurrir.
- La ambigüedad de la situación de estrés, es decir, si la información para evaluar una situación no es clara, específica o concreta admite interpretación
- La duración de la situación de estrés, esto es, cuanto más duradera es ésta, mayores serán las consecuencias negativas para la persona.
- Las alteraciones en las condiciones biológicas del organismo que implican desde el consumo de sustancias nocivas (por ejemplo, excitantes) hasta la exposición a condiciones ambientales estresantes (como el ruido intenso).
- La intensidad del estresor, es decir, a mayor severidad o intensidad del estímulo estresor, mayor será la respuesta de estrés.

(Mónica Gabriela Barrón Miranda, 2021) define que, el estrés es un problema que afecta a todos por igual, no importa que sean niños, jóvenes, adultos, hombres, mujeres, tampoco importa que tengan una buena posición económica es más Caldera, Pulido y Martínez (2007) reitera que el estrés se encuentra en presente en todos los ambientes, medios y contextos, como en la escuela, familia, trabajo, en la sociedad. Ya que toda ser humano puede presentar en algún momento dada de su vida estrés, por diferentes factores que se le puedan presentar. Ya sea problemas en su vida personal como en su entorno.

### **Rendimiento académico**

El rendimiento académico no se ha estudiado, de modo directo, se ha estudiado en relación a, o conjuntamente, con otros constructos, sobre todo, motivacional y cognitivo que influyen, directa o indirectamente, en el rendimiento de los alumnos. (Jimenes, 2019)

En la actualidad, es frecuente asumir que el rendimiento académico es un indicador del nivel de aprendizaje alcanzado por el estudiante, por ello, los sistemas educativos brindan tanta importancia a dicho indicador y el rendimiento académico se convierte en una “medida” del aprendizaje logrado en el aula, que constituye el objetivo central de la educación: la calificación expresada en la nota académica expresa el rendimiento del alumno.

Según Chadwick (1979), el rendimiento académico es la expresión de capacidades y de características psicológicas del estudiante, desarrollado y actualizado a través del proceso de enseñanza-aprendizaje que posibilita obtener un nivel de funcionamiento y logros académicos a lo largo de un período, que se sintetizan un calificativo final que evalúa el nivel alcanzado.

Touron (1987), sostuvo que el rendimiento académico se puede definir como un resultado del aprendizaje suscitado por la actividad del docente y producido por el estudiante.

Rodríguez & Gallego (1992), conceptualizaron el rendimiento académico como “un sistema de interacciones entre factores aptitudinales, familiares, relaciones profesor alumnos, alumno-compañeros, métodos de enseñanza”, considerados cada uno de ellos no sólo como sumandos, sino también, como elementos o variables que se influyen mutuamente.

El propósito del rendimiento escolar o académico es alcanzar una meta educativa, un aprendizaje. En tal sentido, son varios los componentes del complejo unitario llamado rendimiento. Son procesos de aprendizaje que promueve la escuela e implican la transformación de un estado determinado en un estado nuevo; se alcanza con la integridad en una unidad diferente con elementos cognitivos y de estructura. El rendimiento varía de acuerdo con las circunstancias, condiciones orgánicas y ambientales que determinan las aptitudes y experiencias.

En la actualidad, según Navarro (2003), el rendimiento académico no puede concebirse desde una perspectiva unilateral, sino que en ella se incluye y articulan las dos dimensiones: proceso y resultado. Así, como proceso, alude a la sinergia enseñanza-aprendizaje que posibilita obtener un nivel de funcionamiento y logros /académicos y que se expresa en la manera que influyen diversos factores, psicosociales, biológicos y familiares, en la configuración de las experiencias de aprendizaje y que le atribuyen la calidad de la enseñanza brindada. El resultado por su parte, se expresa en acciones y actuaciones que el estudiante logra realizar cuando utiliza lo aprendido.

### **Factores que afectan el rendimiento académico**

Durón y Oropeza (1999) mencionan la presencia de cuatro factores, los cuales son:

- Factores fisiológicos. Se sabe que afectan, aunque es difícil precisar en qué medida lo hace cada uno de ellos, ya que por lo general están interactuando con otro tipo de factores. Entre los que se incluyen en este grupo están: cambios hormonales por modificaciones endocrinológicas, padecer deficiencias en los órganos de los sentidos, desnutrición y problemas de peso y salud.



- Factores pedagógicos. Son aquellos aspectos que se relacionan con la calidad de la enseñanza. Entre ellos están el número de alumnos por maestro, los métodos y materiales didácticos utilizados, la motivación de los estudiantes y el tiempo dedicado por los profesores a la preparación de sus clases.
- Factores psicológicos. Entre estos se cuentan algunos desórdenes en las funciones psicológicas básicas, como son la percepción, la memoria y la conceptualización, los cuales dificultan el aprendizaje.
- Factores sociológicos. Son aquellos que incluyen las características familiares y socioeconómicas de los estudiantes, tales como la posición económica familiar, el nivel de escolaridad y ocupación de los padres y la calidad del ambiente que rodea al estudiante.

(Medardo, 2015) Las tensiones del mundo actual están afectando fuertemente a nuestros niños y jóvenes, y esto es algo que está sucediendo ahora mismo, afecta a miles de estudiantes, a profesores, y es, en última instancia, una amenaza para nuestra sociedad y nuestra visión colectiva. La mayoría de los problemas son conocidos: deficiencias en el aprendizaje, abandono de las instituciones educativas, frustración, mala salud, déficit de atención, violencia en la escuela, inestabilidad emocional, abuso de sustancias tóxicas, fracaso académico, y toda clase de negatividad que está surgiendo constantemente; desarrollo del potencial total del estudiante, prevención y tratamiento del estrés, la ansiedad y la depresión, así como deficiencias del aprendizaje. (García, 2017), considera que, el estrés académico es provocado en el ámbito educativo. Cuando a un estudiante tiene actividades excesivas y que sobrepasan sus recursos, o sus capacidades, es cuando nace el estrés académico, afectando sus pensamientos, por lo que lleva a un aprendizaje limitado, actitudes negativas que le provocan al alumno disminución en sus esfuerzos y productividad. Esto se presenta en mayor medida cuando el docente lleva un alto nivel de exigencia con el alumno, y éste ya se encuentra saturado de trabajo. Si, además, se le agrega el factor motivacional nulo, puede generar frustración, bajo aprendizaje, baja calidad de sus trabajos académicos, y, por ende, bajo rendimiento académico.

Existen investigaciones realizadas en escuelas o instituciones educativas, la mayoría de estas se llevaron a cabo con estudiantes a nivel superior o licenciatura, de acuerdo a ello, se puede concluir que hay más estudios a nivel superior, porque en este nivel las exigencias académicas son mayores, ya que el mundo de hoy necesita de profesionistas más competitivos y competentes para satisfacer

las demandas que se presenten día a día en el ámbito profesional y laboral. (Margarita Rosalina Morales González)

### **Antecedentes**

La Universidad Estatal del Sur de Manabí, es una Institución de Educación Superior Pública creada mediante Ley No. 38 publicada en el Registro Oficial No. 261 de 7 de febrero de 2001, tiene su domicilio en la ciudad de Jipijapa, provincia de Manabí, constituida por el Estado como persona jurídica sin fines de lucro, por lo que sin lesionar su autonomía constitucionalmente establecida, debe articular sus actividades con el Sistema de Educación Superior, el Plan Nacional de Desarrollo.

Las primeras personas que toman las riendas de Relaciones Públicas son las Licenciadas, Gema Orlando Rodríguez y Paola Santana del Valle en calidad de jefe y secretaria, en una oficina adjunta al Rectorado en el Edificio Central que perteneció al ex Banco Central del Ecuador y al Instituto Superior Alfonso Aguilar Ruilova.

Más tarde aparece la frecuencia 101.7 F.M. de Radio Universitaria UNESUM, cuyo director es el Lic. Franklin Castro Ayón y colaboradores entre locutores y sonidistas las siguientes personas: Arly Gutiérrez, Limber Chilán, Henry Alcázar, Galo Pincay, Oscar Villacreses, Celia Murillo, Karina Córdova y Paco Hidalgo Toledo, este medio viene a formar parte de la Jefatura de Relaciones Públicas.

La universidad Estatal del Sur de Manabí cuenta con diferentes Facultades y Carreras, entre ella la carrera de Administración de Empresas, que será el objeto de estudio para esta investigación.

### **Materiales y métodos**

Se utilizó la siguiente metodología para poder recolectar información: Se realizó una guía de trabajo para el cual es necesario el respaldo del método bibliográfico y poder averiguar y recolectar información de fuentes como libros, artículos científicos, informes que nos permitan fundamentar la base teórica de nuestra investigación de acuerdo a las variables de estudio.

El empleo de la investigación descriptiva y documental fue útil para el desarrollo del trabajo ya que observa, selecciona, organiza, interpreta y analiza la información sobre el objeto de estudio, el enfoque cualitativo también es utilizado ya que se basa en la recolección y análisis de datos para

poder obtener una comprensión de las opiniones. Podemos destacar que los informes técnicos, tesis, artículos, folletos, se seleccionaron referente al tema de estudio. Una de las técnicas utilizadas para obtener datos primarios fue la aplicación del método de la encuesta, dirigido a los estudiantes de la Carrera Administración de Empresas

## Resultados y discusión

En base a los instrumentos para la recolección de datos, es decir las encuestas se han obtenido los siguientes resultados.

**Tabla 1. Según su conocimiento qué considera que es estrés**

Ítem	Detalle	Porcentaje
Problemas psicológicos	33	12%
Problemas físicos	24	8.30%
Problemas psicológicos y físicos (ambos)	156	54,2%
Problemas económicos	25	8.50%
Problemas personales	50	17.40%
<b>TOTAL</b>	<b>288</b>	<b>100%</b>

Con respecto a la primera pregunta se observa que la mayoría de estudiantes considera que el estrés son problemas psicológicos y físicos con un alto porcentaje representando al 54,2%, mientras que el 17,40% considera que el estrés son problemas personales, los problemas psicológicos representan al 12% y finalmente los problemas económicos y físicos tienen porcentaje de 8,50% y 8,30%, respectivamente.

**Tabla 2. Usted considera que padece de estrés**

Ítem	Detalle	Porcentaje
Sí	244	84.3%
No	44	15,7%
<b>TOTAL</b>	<b>288</b>	<b>100%</b>

Se observa que el 84.3% de los encuestados consideran que padecen de estrés y el 15.7% no lo padece.

**Tabla 3. ¿Cuáles son las situaciones que a usted le genera estrés?**

<b>Ítem</b>	<b>Detalle</b>	<b>Porcentaje</b>
Problemas financieros	93	32.50%
Relaciones amorosas	21	7.30%
Relaciones interpersonales	82	28.70%
Exceso de tareas académicas	74	25.90%
Horarios excesivos de clases	18	5.60%
<b>TOTAL</b>	<b>288</b>	<b>100%</b>

Se observa que en la tabla 3 la mayoría de los encuestados consideran que las situaciones que generan mayor estrés son los problemas financieros exactamente el 32.50%, mientras que las relaciones interpersonales es de 28,70 de estrés que va relacionado con el 25,90% que considera que el estrés se genera por el exceso de tareas académicas, y las relaciones amorosas representan el 7,30% y por último los encuestados afirman que una de las otras situaciones que generan estrés son los horarios excesivos de clases.

**Tabla 4. Usted considera que el estrés afecta a su rendimiento académico**

<b>Ítem</b>	<b>Detalle</b>	<b>Porcentaje</b>
Sí	195	67.70%
No	29	10.10%
Tal vez	64	22.20%
<b>TOTAL</b>	<b>288</b>	<b>100%</b>

Con respecto a la tabla 4 se puede observar que el 67.70% de estudiantes encuestados consideran que el estrés si tiene influencia en su rendimiento académico, mientras que el 22,20% difiere en que tal vez este factor influye en el rendimiento académico mientras que el restante de encuestados exactamente el 10.10% considera que el estrés no influye en el rendimiento académico estudiantil.

**Tabla 5. Como estudiante de la Carrera de Administración de Empresas de la Universidad Estatal del Sur de Manabí usted ha presentado alguna de estos síntomas**

<b>Ítem</b>	<b>Detalle</b>	<b>Porcentaje</b>
Cansancio físico	46	16%
Cansancio mental	75	26.10%
Dificultad para concentrarse	85	29.60%
Falta de apetito	22	7.70%
Irritabilidad	15	4.90%
Ansiedad	35	12.20%
Enojo	10	3.50%
<b>TOTAL</b>	<b>288</b>	<b>100%</b>

Con respecto al tabal 5 el 29.60% presenta dificultad para concentrarse, el 26.10% presenta cansancio mental, el 16% representa el cansancio físico, el 12.20% considera que tiene ansiedad, el 7.70% considera que tiene falta de apetito, el 4.90% presenta irritabilidad y el 3,50% padece de enojo, todas estas situaciones son las consecuencias que genera el estrés a los estudiantes.

**Tabla 6. Considera usted que el estrés afecta a su salud**

<b>Ítem</b>	<b>Detalle</b>	<b>Porcentaje</b>
Sí	270	93.70%
No	18	6.30%
<b>TOTAL</b>	<b>288</b>	<b>100%</b>

En la tabla 6 se puede observar que el 93.70% consideran que el estrés afecta a la salud y el otro 6.30% considera que el estrés no afecta a la salud.

**Tabla 7. De las siguientes opciones ¿Cómo define usted el rendimiento académico?**

<b>Ítem</b>	<b>Detalle</b>	<b>Porcentaje</b>
Un factor que determina la capacidad del estudiante	66	22.90%
Calificaciones o resultados académicos a alcanzar	84	29.20%
Aprendizajes de los contenidos académicos	138	47.90%
<b>TOTAL</b>	<b>288</b>	<b>100%</b>

La tabla 7 expone que en su mayoría el 47.90% definen que el rendimiento académico se debe de considerar por los aprendizajes de los contenidos académicos y el 29.20% considera que son las calificaciones o resultados académicos a alcanzar y el otro 22.90% considera que el rendimiento académico es un factor que determina la capacidad del estudiante.

**Tabla 8. Qué considera usted que se debe de tener en cuenta al momento de evaluar el rendimiento académico**

<b>Ítem</b>	<b>Detalle</b>	<b>Porcentaje</b>
Calificaciones	77	26.70%
Destrezas y habilidades	193	67%
Valores y principios éticos y morales	18	6.30%
<b>TOTAL</b>	<b>288</b>	<b>100%</b>

Según los datos obtenidos de la encuesta el 26.70% estudiantes considera que a la hora de evaluar el rendimiento académico se debe de tener en cuenta las calificaciones, el 67% piensan que se debe de valorar las destrezas y habilidades que los estudiantes realizan y el otro 6.30% consideran que los valores y principios éticos y morales.

**Tabla 9. Señale las opciones que usted considere que aumentará el rendimiento académico**

<b>Ítem</b>	<b>Detalle</b>	<b>Porcentaje</b>
Mejorar el equipamiento institucional	40	13.90%
Mejorar la concentración Docentes competentes	83	28.60%
Innovar las herramientas de aprendizaje	110	38.30%
<b>TOTAL</b>	<b>288</b>	<b>100%</b>

Se aprecia que en la tabla 9 el 38.30% considera que innovar las herramientas de aprendizaje mejoraría el rendimiento académico, mejorar la concentración también da como resultado el 28.60% como una de las opciones para mejorar el rendimiento académico, por otra parte el 19,20% consideran que puede mejorar con la participación de docentes competentes y el 13,90% considera que mejorar el equipamiento institucional puede una de las opciones para mejorar el rendimiento académico de los estudiantes.

**Tabla 10. Considera Ud. que, para tener un rendimiento académico bueno, se debe estar libre de estrés y preocupaciones.**

<b>Ítem</b>	<b>Detalle</b>	<b>Porcentaje</b>
Sí	239	83.30%
No	15	5.20%
Tal vez	34	11,5%
<b>TOTAL</b>	<b>288</b>	<b>100%</b>

Con respecto a la tabla 10 los estudiantes encuestados el 83.30% consideran que sí se debe de estar libre de preocupación para un buen rendimiento académico, el 11.5% considera que tal vez y de forma negativa el 5.20% considera que no se debe de estar libre de estrés y preocupaciones para un eficiente rendimiento académicos.

## Discusión

### Usted considera que padece de estrés

Ítem	Detalle	Porcentaje
Sí	244	84.3%
No	44	15,7%
<b>TOTAL</b>	288	100%

### ¿Cuáles son las situaciones que a usted le genera estrés?

Ítem	Detalle	Porcentaje
Problemas financieros	93	32.50%
Relaciones amorosas	21	7.30%
Relaciones interpersonales	82	28.70%
Exceso de tareas académicas	74	25.90%
Horarios excesivos de clases	18	5.60%
<b>TOTAL</b>	288	100%

En los resultados obtenidos se puede observar que un 84,3% de los estudiantes de la carrera de administración de empresas padecen de estrés, siendo este un factor que perjudica a los estudiantes en su vida diaria y en el entorno en el que se movilizan, por otra parte están las principales causas de este, un 32,50% corresponde a la parte financiera, un 28,70% a las relaciones interpersonales y un 25,90% a el exceso de tareas académicas siendo estos los mayores porcentajes en las encuestas realizadas, estas causas afectan a nuestra mente, nuestro cuerpo y a las emociones, el 67,70% de los estudiantes encuestados indican que el estrés afecta a su rendimiento académico dentro de la institución, teniendo como consecuencia dificultad para concentrarse, cansancio mental y ansiedad en la mayoría de los alumnos.

El 47,90% de los estudiantes consideran al rendimiento académico como aprendizajes de los contenidos académicos, mientras que para el 29.20 % son las calificaciones o resultados académicos a alcanzar y para el 22.90% % es un factor que determina la capacidad del estudiante, todas estas respuestas son válidas ya que para alcanzar el rendimiento deseado dentro de la institución se debe trazar una meta educativa en el aprendizaje, la motivación es clave para el



rendimiento académico de los estudiantes de administración, la concentración y así mismo el personal capacitado. Se reconoce que para tener un buen rendimiento académico se debe estar libre de estrés ya que este perjudica de manera psicológica y fisiológica, alterando la salud, este forma parte de nuestra vida cotidiana y para ello los estudiantes deben acoplarse a las diferentes situaciones que se presenten en el entorno.

En relación con el estudio realizado por Medardo (2015) nos indica que el estrés repercute en el rendimiento académico de los estudiantes, las principales situaciones que generan inquietudes en los estudiantes son la sobrecarga de tareas y trabajos escolares casi siempre les generan incertidumbre pues que en ocasiones son muy extensas y hay poco tiempo asignado para su cumplimiento y a veces se dispone de poca información por otra parte, menciona que algunas veces la personalidad y el carácter del profesor a pesar de que hay una influencia directa del estrés en el rendimiento académico, es necesario que los profesores tomen en cuenta que la carga de trabajos finales generan en los alumnos altos niveles de estrés, por lo tanto, éstos deben planificar equitativamente las actividades a realizar a lo largo del semestre.

En el estudio realizado por Armenta, Pacheco & Pineda (2008) difiere con los resultados de la presente investigación por cuanto plantea varios factores los que bajan el desempeño académico y entre ellos esta: “Si un alumno trabaja es menor su rendimiento académico”, en esta hipótesis hubo más alumnos que aceptaron que el trabajar y estudiar al mismo tiempo afectaba su desempeño académico, “Cuando se tiene pareja inviertes menos tiempo en el estudio”. Esta hipótesis se comprueba, la mayoría de las personas afirman que su desempeño académico se ve afectado cuando tienen pareja, aunque no fue muy negativamente si se afirmó que era negativamente, y solo una persona dijo que le favorecía tener pareja. “A mayor nivel económico, mejor es el desempeño académico del estudiante universitario”. El desempeño académico es más alto en los alumnos que sus padres ganan un promedio de 501 a 800 pesos mexicanos a la semana que los alumnos con padres que ganan más de 2500 pesos mexicanos a la semana, su promedio se encuentra dentro de la media..

## Conclusiones

- Se determinó que el estrés académico también llamados Estresores, inciden en muchas ocasiones indicadores y factores, ya sean económicos mentales, sociales, por un entorno educativo con sobrecarga de tareas, actividades y limitado de tiempo para realizar su trabajo y evaluaciones de los profesores es la que genera mayor estrés entre los estudiantes.
- Algunas de las evidencias que se dan a destacar son la somnolencia y el cansancio o agotamiento en las clases se debe por la falta de motivación o ante estímulos estresores del entorno, por un déficit de innovación en la didáctica del docente – alumno.
- El estrés puede controlarse y sobre todo prevenirse desde el momento en que nos informamos e investigamos acerca del área de estudio a la que pretendemos dedicarnos, indagando sobre el ritmo de trabajo que ésta requiere, y la forma en que la podemos enfrentarla, llevar un buen estudio y estilo de vida adecuada y tener un mejor entorno de aprendizaje.

## Referencias

1. Chadwick, C. (1979). Tecnología Educativa para el Docente. Buenos Aires: Paidós.
2. Gallego Badillo, R. (1992). El problema del cambio en las concepciones epistemológicas, pedagógicas y didácticas. Bogotá: Universidad Pedagógica Nacional.
3. Touron F. (1987). Factores del rendimiento académico. Madrid: Universidad de Navarra.
4. Navarro, R. E. (2003). El Rendimiento Académico: concepto, investigación y desarrollo. Revista electrónica iberoamericana sobre calidad, eficacia y cambio en la educación. Julio/diciembre, 1(2). Recuperado de <http://www.redescepalcala.org/inspector/DOCUMENTOS%20Y%20LIBROS/EVALUACION/EL%20RENDIMIENTO%20ACADEMICO.pdf>
5. Durón, T. L. & Oropeza, T. R. (1999). Actividades de estudio: análisis predictivo a partir de la interacción familiar y escolar de estudiantes de nivel superior. Documento de trabajo, Facultad de Psicología, Universidad Nacional Autónoma de México.
6. Barona, E. G. (Octubre 7 del 2016). Salud, estrés y factores psicológicos . Campo Abierto, Revista de educación , 51-69.
7. Bautista, C. J. (S.f). Todo lo que querías saber del estrés de la A a la Z. México: Manual Moderno.

8. Jimenes, L. (2019). Library. Obtenido de <https://1library.co/document/q5mxxvry-clima-escolar-rendimiento-academico-estudiantes-primario-alexander-humboldt.html>
9. Barona, E. G. (Octubre 7 del 2016). Salud, estrés y factores psicológicos . Campo Abierto, Revista de educación , 51-69.
10. Bautista, C. J. (S.f). Todo lo que querías saber del estres de la A a la Z. México: Manual Moderno.
11. Jimenes, L. (2019). Library. Obtenido de <https://1library.co/document/q5mxxvry-clima-escolar-rendimiento-academico-estudiantes-primario-alexander-humboldt.html>
12. <https://unesum.edu.ec/relacionespublicas/historia/#:~:text=Con%20la%20creaci%C3%B3n%20de%20la,sociedad%20jipijapense%2C%20manabita%20y%20ecuatoriana.>
13. eferencias
14. Barona, E. G. (Octubre 7 del 2016). Salud, estrés y factores psicológicos . Campo Abierto, Revista de educación , 51-69.
15. Bautista, C. J. (S.f). Todo lo que querías saber del estres de la A a la Z. México: Manual Moderno.
16. Castro, J. F. (2020). Influencia del estrés sobre el rendimiento. Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica.
17. García, A. y. (2017). . Aprendizaje Basado en Proyectos (ABP): evaluación desde la perspectiva de alumnos de Educación Primaria. . Revista de Investigación Educativa.
18. Jimenes, L. (2019). Library. Obtenido de <https://1library.co/document/q5mxxvry-clima-escolar-rendimiento-academico-estudiantes-primario-alexander-humboldt.html>
19. Lizeth, A. Z. (2020). Influencia del estrés en el rendimiento académico de estudiantes universitarios. Espacios.
20. Luis Antonio Álvarez-Silva, R. M.-L.-L. (28 de Agosto de 2018). Estrés académico en estudiantes de tecnología superior. Obtenido de Estrés académico en estudiantes de tecnología superior: [http://scielo.senescyt.gob.ec/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1390-86342018000100193#:~:text=El%20estr%C3%A9s%20acad%C3%A9mico%20es%20el,%2C%20%26%20Nieves%2C%202015\).](http://scielo.senescyt.gob.ec/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1390-86342018000100193#:~:text=El%20estr%C3%A9s%20acad%C3%A9mico%20es%20el,%2C%20%26%20Nieves%2C%202015).)
21. Margarita Rosalina Morales González, A. B. (s.f.). Estrés y Rendimiento Académico en alumnos de una Licenciatura en Nutrición . Red Durango.

22. Medardo, M. B. (2015). RENDIMIENTO ACADÉMICO Y ESTRÉS EN LOS ESTUDIANTES DE LA FACULTAD DE EDUCACIÓN DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DEL CENTRO DEL PERÚ.
23. Mónica Gabriela Barrón Miranda, L. A. (2021). Efectos del Estrés en el Rendimiento Académico de los Estudiantes de la Licenciatura de Psicología. Revista de Investigación Académica sin Frontera.
24. Nathaly Berrío García, R. M. (s.f de Julio de 2011). Estres Academico . Obtenido de Estres Academico : <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rpsua/v3n2/v3n2a6.pdf>
25. Nathaly Berrío García, R. M. (2011). Estrés Académico . Revista de Psicología Universidad de Antioquia.
26. Oscar Jardey Suárez, M. H. (2020). Estrés académico en estudiantes que cursan asignaturas de Física en ingeniería: dos casos diferenciados en Colombia y México. Revista Científica.

© 2023 por los autores. Este artículo es de acceso abierto y distribuido según los términos y condiciones de la licencia Creative Commons Atribución-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional (CC BY-NC-SA 4.0) (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>).