

Afrontamiento al estrés académico y su relación con la impulsividad en adolescentes Coping with academic stress and its relationship with impulsivity in adolescents

Jelani Oderay Páez Lucina^{1[0009-0001-4040-4494]}, Fabricio Alejandro Vásquez de la Bandera Cabezas^{2[0000-0001-5809-7325]}

^{1,2} Universidad Técnica de Ambato (UTA), Facultad de Ciencias de la Salud. Ingahurco Q98M+FFJ, Av. Colombia 02-11 y Chile. CP EC180105. Ambato - Tungurahua. Ecuador

jpaez5134@uta.edu.ec cfa.vasquez@uta.edu.ec

CITA EN APA:

Páez Lucina, J., & Vásquez de la Bandera Cabezas, F. A. (2024). Afrontamiento al estrés académico y su relación con la impulsividad en adolescentes. Prometeo Conocimiento Científico.

Recibido: 2023-11-12

Revisado: 2023-12-12 al 2023-12-18

Corregido: 2023-12-19

Aceptado: 2023-12-28

Publicado: 2024-04-16

TESLA

Revista Científica

ISSN: 2796-9320



Los contenidos de este artículo están bajo una licencia de Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0)

Los autores conservan los derechos morales y patrimoniales de sus obras. The contents of this article are under a Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0) license. The authors retain the moral and patrimonial rights of their works.

Resumen.

Introducción: El estrés académico ha sido considerado como uno de los principales problemas de salud psicológica a nivel mundial en adolescentes y jóvenes, el cual en ocasiones conlleva consecuencias como la impulsividad. **Objetivo:** Determinar la relación entre afrontamiento al estrés académico e impulsividad en una muestra de 115 adolescentes (57% mujeres y 33% hombres). **Métodos:** Enfoque cuantitativo, a su vez, diseño no experimental, de corte transversal y alcance correlacional. Se utilizó la escala de Afrontamiento al estrés académico (a-cea), del Dr. Ramón Cabanach (2008), versión Argentina por Godino, 2016 y la Escala de impulsividad de Barrat (BIS 11) del Dr. Ernest Barrat (1959), adaptación chilena por Salvo & Castro en el año 2013. **Resultados:** Se halló una correlación negativa leve entre ciertos factores de las variables estudiadas. Del mismo modo se identificó una media de 70.1 en el total de afrontamiento y una de 55.4 en el total de impulsividad de los participantes. Así mismo, en la comparación de medias por dimensiones de impulsividad según el género, no se hallaron diferencias significativas entre hombres y mujeres. **Conclusiones:** Se determinó que un adecuado afrontamiento al estrés académico es un factor protector ante la presencia de impulsividad en adolescentes; es decir, a mayor capacidad de afrontamiento, menores niveles de impulsividad.

Palabras Clave: actividades educativas, adolescente, afrontamiento, estrés psicológico, Abstract:

Academic stress has been considered one of the main psychological health problems worldwide in adolescents and young adults. **Objective:** The aim of the present study was to determine the relationship between coping with academic stress and impulsivity in a sample of 115 adolescents (57% female and 33% male). **Method:** The research had a quantitative approach, in turn, a non-experimental, cross-sectional design and a correlational scope. The scale of Coping with Academic Stress (a-cea), by Dr. Ramón Cabanach (2008), Argentine version by Godino, 2016 and the Barrat Impulsivity Scale (BIS 11) by Dr. Ernest Barrat (1959), Chilean adaptation by Salvo & Castro in the year, 2013 were used. **Results:** As a result, a slight negative correlation was found between certain factors of the variables studied. Similarly, a mean of 70.1 was identified in the total coping and a score of 55.4 in the total impulsivity of the participants. Likewise, in the comparison of means by dimensions of impulsivity according to gender, no significant differences were found between men and women. **Conclusions:** In conclusion, adequate coping with academic stress is a protective factor against the presence of impulsivity in adolescents; that is, the greater the coping capacity, the lower the levels of impulsivity.

Keywords: educational activities, adolescent, psychological adaptation, psychological stress

1. INTRODUCCIÓN

La adolescencia es una etapa caracterizada por cambios y transformaciones continuas a nivel biológico, psicológico, social y emocional. Estos cambios moldean los aprendizajes, experiencias e identidad del individuo. Ante estas transformaciones, los adolescentes se encuentran vulnerables a presentar problemas de salud mental, por ello, la autorregulación es esencial para la toma de decisiones correctas,

responsables y el control de impulsos (Zapata, 2020). Por lo tanto, durante la adolescencia es pertinente considerar factores como: el afrontamiento al estrés académico y la impulsividad.

Desde hace décadas, el término afrontamiento ha sido descrito por Lazarus y Folkman (1986) como esfuerzos cognitivos y conductuales que una persona desarrolla para sobrellevar demandas internas o externas valoradas como desbordantes (en Gómez et al., 2007). Se lo ha definido también como la habilidad de los seres humanos para gestionar situaciones estresantes y sus consecuencias psicosomáticas (Macías, 2020). Para Alarcón et al. (2022) el afrontamiento en la adolescencia se vincula estrechamente con gestiones que facilitan conductas enfocadas a controlar, tolerar y minimizar las secuelas de un evento conflictivo. El afrontamiento se manifiesta en la vida cotidiana de cada ser humano según el contexto en el que este se encuentre y el tipo de estrés al que se enfrente. De este modo, en el contexto académico, los adolescentes se encuentran expuestos continuamente a estrés excesivo. Maldonado et al. (2000), mencionan que ante un elevado nivel de estrés académico existen alteraciones de respuestas del adolescente a nivel motor, cognitivo y fisiológico. Por consiguiente, tanto la salud de los estudiantes como su rendimiento académico, se ven afectados de manera significativa; situación que se refleja en bajas calificaciones y en la ausencia de los alumnos en sus salones de clase, mayoritariamente durante la semana de exámenes (en Berrío García & Mazo Zea, 2011).

Los estudiantes emplean estrategias con el fin de manejar situaciones demandantes de estrés relacionadas con su ámbito académico (Alarcón et al., 2022), estas se componen de tres factores: a) reevaluación positiva; b) búsqueda de apoyo y c) planificación (Freire Rodríguez & Ferradás Canedo, 2020); siendo útiles para solucionar la situación estresante o reducir la intensidad de sus consecuencias. El afrontamiento enfocado correctamente logra un mantenimiento del control de las conductas; por ende, trabajar en ello puede reducir en gran medida las conductas impulsivas. Sin embargo, la exposición prolongada a estrés académico sin un óptimo afrontamiento puede causar que los estudiantes experimenten una actitud indiferente en torno a su potencial y a sus estudios; incluso aumenta el riesgo de deserción estudiantil y la incidencia de trastornos o conductas como impulsividad, agresividad y riesgo suicida (Kachel et al., 2020).

De manera general, la impulsividad ha sido definida, según Barratt (1997) como acciones expresadas por una persona sin haber sido meditadas previamente, mismas que pueden ser inapropiadas, riesgosas o provocar consecuencias no deseadas. En otras palabras se refiere a la tendencia del ser humano a mostrar acciones motoras rápidas e irreflexivas en respuesta a un suceso o estímulo interno o externo a pesar de que estas conlleven secuelas negativas o desagradables, tanto para sí mismo como para terceras personas. Con ello, se explica la existencia de tres dimensiones: a) impulsividad motora, b) impulsividad cognitiva e c) impulsividad no planeada (Barratt et al., 1997). Al ser un predictor de la conducta humana, la impulsividad ha sido objeto de estudio a nivel global (Herdoiza et al., 2019).

De acuerdo a la Organización Mundial de la Salud (2018) 1 de cada 4 individuos sufre de al menos un problema de estrés grave, se estima que, cerca de 350 millones de personas en el mundo padecen síntomas psicológicos, los cuales son causados por estrés, mayoritariamente; académico (en López et al., 2022), por ende, este tipo de estrés es uno de los mayores problemas de salud en jóvenes.

En un informe, la OMS (2014), reconoció por su parte a la impulsividad como la causante de varios trastornos y problemas sociales a nivel mundial con una amplia incidencia de conductas agresivas e impulsivas en los jóvenes y adolescentes; de este dato, se estima que alrededor del 85% de conductas impulsivas se relacionan con trastornos psiquiátricos (en Flores et al., 2022). Paralelamente, la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura UNESCO (2020), destaca que el 70% de la población estudiantil presenta al menos una afectación en el área social y emocional cuando el año lectivo inicia. Se estima que en los próximos años, el estrés sea una de las principales causas de riesgo para el desarrollo de dificultades de salud psicosomáticas (Terrazas et al., 2022).

Por su parte, American College Health Association (2018), determinó que el estrés académico es una de las patologías más frecuentes en la población de adolescentes y jóvenes, estando presente en el 31,9% de la población estudiantil española; el 12,7% representa estrés grave. Finalmente, Ecuador se encuentra dentro de los 5 países del mundo que registran mayores niveles de preocupación y estrés. Al tener más del 50% de estudiantes con un nivel moderado de estrés académico, este factor epidemiológico se considera grave debido a las consecuencias que conlleva presentarlo si no existe un adecuado afrontamiento (Orbegoso, 2010) entre ellas trastornos mentales como impulsividad, ansiedad, depresión y dificultades como irritabilidad, baja autoestima, insomnio, asma e hipertensión (Programa De Las Naciones Unidas Para El Desarrollo, 2022).

Se han realizado estudios sobre afrontamiento e impulsividad, es así que una investigación a estudiantes asiáticos sobre afrontamiento al estrés académico, impulsividad, ansiedad y conducta de pellizcarse la piel, se determina que el estrés académico se correlaciona positivamente con la impulsividad y conductas ansiosas como pellizcarse la piel. Los adolescentes que más se pellizcan la piel reflejan más ansiedad y estrés académico; esto como signo de un inadecuado afrontamiento y poco control de impulsos. La frecuencia de pellizcarse la piel es mayor en las mujeres, por ende presentan un mayor puntaje en ansiedad y estrés (Yeo & Lee, 2017). La estrategia de afrontamiento más frecuente en los adolescentes tanto mujeres como hombres es de tipo afrontamiento emocional (López et al., 2022).

Según Lightsey & Hulsey (2017) en su estudio sobre impulsividad, afrontamiento, estrés y problemas con el juego en Estados Unidos, los hombres presentan más problemas de juego que las mujeres y a su vez, mayores niveles de impulsividad. Sin embargo, la impulsividad tiene menor relación con el juego en aquellos sujetos con mayor afrontamiento en tareas y menor afrontamiento centrado en emociones; las mujeres presentan mayor estrés así como mayores niveles de afrontamiento. Por su parte, Pinto & Núñez (2023), determinan que la inteligencia emocional tiene una correlación negativa leve con la impulsividad en estudiantes adolescentes.

En el estudio de González et al. (2018) los estudiantes que presentan menores estrategias de afrontamiento se muestran más vulnerables a desarrollar estrés académico y malestar psicológico; es decir, a mayor afrontamiento, menor estrés académico. Este tipo de estrés tiene una correlación no directa con el rendimiento académico, es decir; a mayor nivel de estrés, menor nivel de rendimiento. El estrés académico puede ser optimizado con factores como la autoestima y la motivación (Espinosa & Castro, 2020). Por su parte, Deb et al. (2015), muestran que existe una correlación positiva entre el estrés académico, presión parental y ansiedad en adolescentes; existiendo evidencia de que las mujeres presentan mayores niveles de estrés y mayores niveles de afrontamiento que los hombres (Alarcón et al., 2022).

En España, el estrés académico se correlaciona significativamente con otras problemáticas infanto juveniles como la impulsividad, por ello, sus dimensiones son objeto de interés científico en este grupo etario. Debido a la reciente transición a la adolescencia, los estudiantes de 13 y 14 años presentan más impulsividad y menor control cognitivo que los adolescentes de 15, 16 y 17 (Herdoiza & Chóliz, 2019). De esta misma forma, estudios en población estudiantil mexicana; sustentan que existe correlación entre estrés académico e impulsividad; los adolescentes presentan altos niveles de impulsividad y bajos niveles de afrontamiento, por ende, existen consecuencias como altas tasas de violencia y consumo de sustancias psicoactivas. Además, se evidencia que la impulsividad y el conflicto familiar son predictores para el consumo de sustancias psicoactivas por lo que existe una correlación positiva entre dichos constructos (Vallejo et al., 2021).

En el estudio de Moral & Fernández (2019) se refiere que pocos adolescentes presentan un uso problemático de internet sin existir diferencias marcadas entre edad y género. Sin embargo, la baja autoestima y las altas puntuaciones en impulsividad cognitiva y no planeada aumentan considerablemente las posibilidades de desarrollar un uso problemático de internet y conflictos interpersonales.

Así mismo, Ortiz & Velastegui (2023) reportan que en los adolescentes la dimensión de impulsividad más frecuente es la impulsividad motora misma que se correlaciona con la dependencia a videojuegos.

En una investigación realizada en Ecuador, se reporta que la mayoría de estudiantes ha presentado preocupación y estrés durante el último período académico por la sobrecarga de tareas y exámenes (Silva et al., 2018). Un bajo porcentaje utiliza estrategias de afrontamiento en las aulas de clase; siendo la asertividad y la planificación las más comunes (Macías et al., 2019). Con la presencia de síntomas físicos, dificultades psicológicas como: ansiedad, angustia, desesperación y consecuencias comportamentales como discusiones y desmotivación académica; el bajo nivel de autoeficacia se relaciona con bajos niveles de afrontamiento en reevaluación positiva y planificación. Sin embargo, la baja autoeficacia se relaciona con altas puntuaciones en la estrategia búsqueda de apoyo o componente social (Freire & Ferradás, 2020). Es así que la resiliencia y el optimismo en los estudiantes muestran una correlación positiva con un alto nivel de afrontamiento (Ramírez & Pérez, 2022). Así mismo, la valoración negativa y los juicios desfavorables

sobre una situación estresante; predicen y se relacionan estrechamente con el estrés académico crónico (Pozos et al., 2021).

Con los antecedentes expuestos anteriormente se evidencia la importancia de estudiar esta problemática de salud mental y con ello la necesidad de aportar a la investigación de la misma. De este modo, el presente estudio analizará el afrontamiento al estrés académico y su relación con la impulsividad en adolescentes; exponiendo así, el impacto de esta dificultad a nivel global que actualmente no cuenta con estudios científicos a profundidad, puesto que, las investigaciones sobre afrontamiento al estrés académico son significativamente menores frente al número de estudios sobre estrés percibido, estrés laboral y estrés postraumático.

2. METODOLOGÍA O MATERIALES Y MÉTODOS

2.1. Enfoque de la investigación

El enfoque del presente estudio fue cuantitativo debido a que se obtuvieron resultados numéricos los cuales fueron medidos previamente por dos instrumentos psicométricos; validados y estandarizados. El diseño de la investigación fue no experimental debido a que las variables no fueron controladas ni manipuladas. Presentó un corte transversal puesto que los instrumentos fueron aplicados en un único momento. Finalmente, tuvo un alcance correlacional, por lo tanto, se buscó la posible o no relación entre las variables estudiadas.

2.2. Unidades de análisis

A través de un muestreo no probabilístico, se obtuvo un total de 115 participantes estudiantes de una Unidad educativa particular, una Unidad Educativa fiscal y una Universidad pública, quienes cumplían con los siguientes criterios de inclusión: encontrarse legalmente matriculado en el período académico agosto 2023- junio 2024 y período académico septiembre 2023- febrero 2024, tener una edad comprendida entre 17 años y 18 años, contar con una computadora conectada a internet durante la aplicación de los instrumentos, poseer el consentimiento informado firmado por su representante legal y brindar el asentimiento informado previamente a la evaluación. Los criterios de exclusión incluyeron contar actualmente con un diagnóstico de TDAH (Trastorno por déficit de atención) y/o TEA (Trastorno por estrés agudo). Finalmente, se llenaron datos sociodemográficos a considerar, entre ellos: sexo, edad, curso y sector de residencia. De este modo, una vez excluidos los participantes que no contaban con los criterios establecidos, se obtuvo la participación de 100 de adolescentes (57% mujeres y 33% hombres).

2.3. Técnicas de recolección

Instrumentos

Escala de Afrontamiento (a-cea) del Cuestionario de Estrés Académico elaborada por el Dr. Ramón Cabanach, Valle, Rodríguez y Piñeiro (2008) Coruña – España. Adaptación Argentina (Godino, 2016)

Es una escala que identifica y evalúa las estrategias de afrontamiento cognitivas y conductuales que aplican y manejan los estudiantes a la hora de afrontar situaciones demandantes de estrés académico. Esta versión cuenta con una adecuada fiabilidad y validez. Su tiempo aproximado de aplicación es de 15 minutos

en edades de 17 a 48 años. Posee un consistencia interna de $\alpha=.89$ y de $\alpha=.86 / \alpha=.90 / \alpha=.83$ para los tres factores respectivamente (Sosa, 2022). Está compuesta por un total de 23 ítems con un formato de respuesta tipo Likert de 1 a 5; (1) es Nunca, (2) Casi Nunca, (3) A veces, (4) Casi siempre y (5) Siempre. Respecto a la dimensión Reevaluación Positiva: se consideran 9 ítems: 7,1, 10, 13, 16, 18, 20, 4, 22. Para la segunda dimensión; Búsqueda de apoyo, se evalúan los siguientes 7 ítems: 14, 8, 2, 11, 5, 21, 17. Finalmente, para la dimensión Planificación; se evalúan los 7 ítems restantes: 6, 3, 9, 19, 12, 15, 23. Esta escala no presenta puntos de corte ni baremos; por ello, mientras mayor sea la puntuación, existe un mayor afrontamiento ante las situaciones académicas estresantes. Para obtener un puntaje total de la escala es necesario sumar todos los 23 ítems; para obtener la calificación de los factores mencionados, se realiza la sumatoria de los ítems ya indicados.

Escala de Impulsividad de Barrat elaborada por el Dr. Ernest Barrat (1959). Adaptación (BIS 11) versión 11 Chile (Salvo y Castro, 2013)

Es una escala que evalúa y mide la impulsividad en tres dimensiones: impulsividad motora, impulsividad cognitiva e impulsividad no planeada. Cuenta con una adecuada fiabilidad y validez. Presenta una consistencia interna de $\alpha=.77$ (Salvo & Castro, 2013). Tiene un tiempo de aplicación estimado de 15 minutos en sujetos de 11 a 18 años. Está compuesta por 30 ítems con un formato de respuesta tipo Likert de 0 a 4; (0) es Raramente o Nunca, (1) Ocasionalmente, (3) A menudo, (4) Siempre o casi siempre. La opción 4 indica mayor impulsividad. Respecto a la subescala impulsividad cognitiva, se consideran 8 ítems: 4, 7, 10, 13, 16, 19, 24, 27. Para la subescala impulsividad motora se evalúan los siguientes 10 ítems; 2, 6, 9, 12, 15, 18, 21, 23, 26, 29. Finalmente, para evaluar la subescala impulsividad no planeada, se consideran los 12 ítems restantes: 1, 3, 5, 8, 11, 14, 17, 20, 22, 25, 28 y 30. Esta escala no posee puntos de corte pero se ha propuesto la media de distribución (74) en varios estudios; con ello, algunos ítems son inversos, estos son: 1, 5, 6, 7, 8, 10, 11, 13, 17, 19, 22 y 30 (puntúan al revés: 4-3-1-0). Los puntajes van desde 30 a 140; si se desea obtener el puntaje total de la escala es necesario sumar todos los ítems; por el contrario, la puntuación de cada subescala se alcanza sumando los puntajes parciales obtenidos en cada ítem de esta.

Procedimiento

El proceso inició con la solicitud de autorización y carta de compromiso a los Rectores de las Unidades Educativas y Decano de la Facultad seleccionadas para el estudio; una vez aprobada la misma, se procedió a realizar el cuestionario en Google Forms con el asentimiento informado, ficha sociodemográfica y test respectivos. A continuación, se entregó de manera física el Consentimiento Informado junto a información general de la investigación a cada estudiante de las instituciones para la firma de su representante. Posteriormente, se realizó el acercamiento de forma presencial en los diferentes cursos; se verificaron las firmas en los consentimientos informados, se explicó el asentimiento informado y una vez llenado este de manera libre voluntaria y los datos personales, se procedió a la toma del cuestionario en el aula de Tics en grupos de 20 estudiantes con una duración de 30 minutos por cada grupo. El investigador estuvo presente de inicio a fin con el fin de solventar las dudas de los estudiantes tomando

en cuenta los principios éticos de Helsinki con el fin de garantizar el anonimato y la confidencialidad de los datos de cada participante.

2.4. Procesamiento y análisis de la información

Se utilizó el programa estadístico Jamovi 2.3.21 para el análisis y procesamiento de resultados. La correlación entre variables se la obtuvo mediante la prueba paramétrica Correlación de Pearson ya que se cumplió con los supuestos de normalidad; de la misma manera, para comparar las medias de puntuación se utilizó la prueba T de Student, debido a que la muestra cumplió los supuestos para una prueba paramétrica, así como los de normalidad y homogeneidad.

3. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Resultados:

Análisis de Resultado de la Variable Afrontamiento al Estrés Académico

En la tabla 1 se muestran los resultados de la evaluación de Afrontamiento al estrés académico, de la misma forma, se presenta el resultado de cada dimensión como también, el puntaje total.

Tabla 1

Afrontamiento al estrés académico

	n	Media	DE	Mínimo	Máximo
Reevaluación positiva	100	27.7	6.66	12	45
Búsqueda de apoyo	100	20.4	6.06	9	35
Planificación	100	21.9	5.77	9	35
Total	100	70.1	16.04	38	115

Nota: **DE:** desviación estándar; **n:** muestra

De los 100 evaluados se observa que la media de puntuación de cada dimensión es:

Reevaluación positiva 27.7 ($\pm$ 6.66), búsqueda de apoyo 20.4 ($\pm$ 6.06) y planificación 21.9 ($\pm$ 5.77)

Con respecto al puntaje total es de 70.1 ($\pm$ 16.04), con un puntaje mínimo de 38 y un puntaje máximo de 115.

Análisis de la evaluación de Impulsividad

En la tabla 2 se presentan los resultados de la evaluación de impulsividad, tanto el puntaje de cada dimensión como el puntaje total.

Tabla 2*Impulsividad*

	n	Media	DE	Mínimo	Máximo
Impulsividad cognitiva	100	17.2	3.23	10	25
Impulsividad motora	100	22.1	6.22	8	36
Impulsividad no planeada	100	16.2	5.38	5	32
Total	100	55.4	10.20	28	77

Nota: **DE:** desviación estándar; **n:** muestra

Se observa que el puntaje total en impulsividad es 55.4 (± 10.20) con un puntaje mínimo de 28 y un máximo de 77. En cuanto a las dimensiones se observa que: impulsividad cognitiva 17.2 (± 3.23), impulsividad motora 22.1 (± 6.22) e impulsividad no planeada 16.2 (± 5.38).

Análisis de comparación de impulsividad según el sexo

Una vez analizado el supuesto de normalidad de impulsividad, se observó un valor de $p > 0.05$, la literatura recomienda utilizar la prueba de comparación paramétrica t de Student. Así mismo, en la tabla 3 se presentan tanto los descriptivos como el resultado de la prueba de comparación.

Tabla 3*Comparación de impulsividad en hombres y mujeres*

	Sexo	n	Media	Estadístico	gL	p
Impulsividad	Hombre	33	54.8	-0.392	98	0.696
	Mujer	67	55.7			

Nota: **gL:** grados de libertad; **n:** muestra; **p:** valor crítico

Con un 95% de confianza se observa que la media de puntuación de impulsividad en hombres y mujeres no es estadísticamente diferente (-0.392 (98); $p > 0.05$).

Análisis de correlación entre Afrontamiento al estrés académico e impulsividad

Una vez analizado el supuesto de normalidad de afrontamiento al estrés académico e impulsividad, se observó un valor de $p > 0.05$ en las 2 variables, por tanto la literatura recomienda utilizar la prueba de correlación de Pearson. En la tabla 4 se presentan los resultados de las pruebas tanto puntajes totales como de cada dimensión.

Tabla 4*Correlación Afrontamiento al estrés académico e impulsividad*

		Reevaluación positiva	Búsqueda de apoyo	Planificación	Total Afrontamiento al estrés académico
Impulsividad cognitiva	R de Pearson	-0.179	-0.285	-0.322	-0.298
	valor p	0.074	0.004	0.001	0.003
Impulsividad motora	R de Pearson	0.010	0.044	-0.084	-0.010
	valor p	0.924	0.662	0.404	0.925
Impulsividad no planeada	R de Pearson	-0.191	0.010	-0.256	-0.168

		Reevaluación positiva	Búsqueda de apoyo	Planificación	Total Afrontamiento al estrés académico
	valor p	0.057	0.924	0.010	0.095
Total impulsividad	R de Pearson	-0.151	-0.058	-0.289	-0.189
	valor p	0.133	0.565	0.004	0.060

Con un 95% de confianza se observa que existe correlación negativa leve entre impulsividad cognitiva y búsqueda de apoyo ($p<0.05$), impulsividad cognitiva y planificación ($p<0.05$), impulsividad cognitiva y el puntaje total de afrontamiento al estrés académico ($p<0.05$), impulsividad no planeada y planificación ($p<0.05$), el puntaje total de impulsividad y planificación ($p<0.05$).

Discusiones:

La presente investigación tuvo como finalidad determinar la relación entre afrontamiento al estrés académico e impulsividad en adolescentes; para conseguir este resultado se utilizó la prueba paramétrica Correlación de Pearson, mediante la cual se encontró que existe una correlación negativa leve entre ciertas dimensiones de las variables; estas son: a mayor impulsividad cognitiva; menor búsqueda de apoyo ($p<0.05$, 0.004), a mayor impulsividad cognitiva; menor planificación ($p<0.05$, 0.001), a mayor impulsividad cognitiva; menor afrontamiento al estrés académico ($p<0.05$, 0.003), a mayor impulsividad no planeada; menor planificación ($p<0.05$, 0.010) y a mayor impulsividad, menor planificación en adolescentes ($p<0.05$, 0.004). Estos datos coinciden en cierta medida con el estudio de Yeo & Lee (2017) realizado en 452 estudiantes adolescentes de Asia en donde el estrés académico se correlacionó positivamente con impulsividad cognitiva, ansiedad y la conducta de pellizcarse la piel. Así mismo, con lo expuesto por Lightsey & Hulsey (2017), en donde el estrés se correlaciona positivamente con la impulsividad y el afrontamiento emocional mayoritariamente en las participantes mujeres. Se puede inferir que estos resultados coinciden con los del presente estudio debido a que la mayoría de evaluadas en las dos investigaciones fueron mujeres, de igual forma existió similitud en que los tres estudios fueron de correlación con las mismas variables, por tanto los resultados evaluados fueron los mismos.

En cuanto a la media de los factores de afrontamiento al estrés académico se encontró que el mayor puntaje fue en el factor reevaluación positiva con un valor de 27.7 por sobre los dos factores restantes; es decir en la muestra del estudio la mayor tendencia de afrontamiento de los estudiantes se basa en rescatar los aspectos positivos de las situaciones estresantes a las que se encuentran expuestos durante sus jornadas académicas sin olvidar que durante esta etapa, los adolescentes experimentan un sin número de cambios. Este valor es similar al presentado por Cabanach et al., (2018), en su estudio realizado a 487 estudiantes, en donde la media más alta fue de 32.5 en reevaluación positiva; con ello se puede inferir una tendencia similar debido a que la investigación utilizó la misma metodología e instrumentos de evaluación que la presente. Sin embargo, estos datos no son similares a los obtenidos en el Quispe & Año, (2021) en donde la media de puntuación más alta correspondió al factor planificación con un puntaje de 35.2; no obstante, se puede interpretar a la diferencia como producto de la heterogeneidad de contexto de los participantes ya

que dicho estudio se realizó en jóvenes que contaban con un empleo. Finalmente, en lo expuesto por Pozos et al., (2021) únicamente el 16% de los estudiantes utiliza la reevaluación positiva como estrategia de afrontamiento, siendo este factor menos predominante en esta muestra de 873 estudiantes de 17 y 21 años.

Con respecto a la media de las dimensiones de impulsividad se observó que la media más alta corresponde a impulsividad motora con un valor de 22.1 seguida de impulsividad cognitiva (17.2), situación que puede inferirse como resultado de la desinformación sobre estas temáticas en los adolescentes y con ello un inadecuado afrontamiento al estrés académico; ejecutando acciones irreflexivas con posibles consecuencias tanto para sí mismos como para su entorno. Estos datos coinciden con el estudio presentado por Paz et al., (2020) debido a que en una muestra de 381 participantes, la dimensión con media superior fue impulsividad motora con un valor de 23.34, y un puntaje mínimo en impulsividad cognitiva (19.71). Finalmente, Ortiz & Velastegui, (2023) estudiaron una muestra de 403 adolescentes, en esta, también se halló una media superior en impulsividad motora con un valor de 28.6 seguida de una media de 25.2 correspondiente a impulsividad no planeada.

Por otra parte, se realizó la comparación de medias de impulsividad según el género de los participantes mediante la prueba paramétrica t de Student en donde no se encontraron diferencias significativas entre hombres (54.8) y mujeres (55.7), los resultados obtenidos pueden asociarse a la cultura actual de la sociedad debido a la pronta reacción que tiende a normalizar la ciudadanía ante una situación demandante de estrés; estos valores se acercan a los hallados por Paz et al., (2020) en el cual las mujeres puntuaron más en impulsividad (64.96) por sobre los hombres (66.65). Así mismo Tipán & Vargas, (2022) concuerdan en que las mujeres presentan más impulsividad (43.42) por sobre una media de 41.8 en los hombres pertenecientes a muestra de 142 participantes.

4. CONCLUSIONES

Los resultados obtenidos reflejan que el afrontamiento al estrés académico mantiene relación con ciertas dimensiones de la impulsividad en los adolescentes; es decir, a menor capacidad de afrontamiento, mayor presencia de impulsividad especialmente de tipo motor y cognitivo. Por tanto, es fundamental inculcar y reforzar el conocimiento de estas temáticas en la sociedad, así como, implementar estrategias de afrontamiento adecuadas en la población estudiantil. Es así que, brindar la debida importancia a la manera en la que los estudiantes afrontan el estrés experimentado en las aulas de clase puede disminuir considerablemente aquellas consecuencias negativas producto del mismo, como la impulsividad e incluso trastornos como ansiedad y depresión.

Las cifras de este estudio muestran un panorama extenso sobre la relación entre las variables estudiadas, las cuales lograrían ser beneficiosas en la implementación de campañas de información sobre el estrés académico y su correcto afrontamiento en los adolescentes. Al mismo tiempo, se encontró como mayor limitación la veracidad de los datos; debido a que, la evaluación fue autoaplicada y ciertos participantes pudieron no haber respondido de acuerdo con la realidad, brindando respuestas al azar, a pesar de que el investigador fue una guía durante el tiempo que duró la recolección de datos,

así como también que se realizó durante la jornada académica de los estudiantes, por lo que el ambiente se tornó demandante de estrés para los encuestados.

Los resultados obtenidos permiten afirmar que evidentemente, un adecuado afrontamiento al estrés académico se relaciona estrechamente con bajos niveles de impulsividad en la población estudiada. El factor de afrontamiento más presente en la muestra fue Reevaluación positiva, es decir; los estudiantes en su mayoría aceptan la situación y buscan sus aspectos positivos.

Seguidamente, utilizan la estrategia Búsqueda de apoyo o factor social con la búsqueda de comprensión, apoyo y consejos y finalmente la Planificación en donde se gestionan los propios recursos y se crean estrategias para evitar las consecuencias del estrés en el futuro. En la muestra estudiada, la dimensión más presente de impulsividad es la impulsividad cognitiva, seguida de impulsividad motora y finalmente impulsividad no planeada. Finalmente, no existe una diferencia significativa en cuanto a la impulsividad según el género de los participantes.

Para concluir, se sugiere el estudio de esta problemática en otros grupos etarios, en poblaciones completamente homogéneas y con un mayor número de participantes; puesto que, la muestra actual, estuvo conformada por un mayor número de mujeres que hombres; sin embargo, no se encontró una diferencia significativa en este grupo.

FINANCIACIÓN

La presente investigación no tuvo financiamiento.

CONFLICTO DE INTERESES

Ninguno que declarar.

CONTRIBUCIÓN DE AUTORÍA

En concordancia con la taxonomía establecida internacionalmente para la asignación de créditos a autores de artículos científicos (<https://credit.niso.org/>). Los autores declaran sus contribuciones en la siguiente matriz:

	Jelmi Pérez	Fabrizio Vásquez
Participar activamente en:		
Conceptualización	X	
Análisis formal		
Adquisición de fondos	X	
Investigación	X	X
Metodología	X	X
Administración del proyecto	X	X
Recursos	X	
Redacción –borrador original	X	X
Redacción –revisión y edición	X	X
La discusión de los resultados	X	X
Revisión y aprobación de la versión final del trabajo.	X	X

REFERENCIAS:

- Alarcón, M. A., Condorí, F. E., & Vera, L. (2022). *Estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes de secundaria. American College Health Association 2018.pdf*. (s. f.).
- Barratt, E. S., Stanford, M. S., Kent, T. A., & Felthous, A. (1997). Neuropsychological and cognitive psychophysiological substrates of impulsive aggression. *Biological Psychiatry*, 41(10), 1045-1061. [https://doi.org/10.1016/s0006-3223\(96\)00175-8](https://doi.org/10.1016/s0006-3223(96)00175-8)

- Berrío García, N., & Mazo Zea, R. (2011). Estrés Académico. *Revista de Psicología Universidad de Antioquia*, 3(2), 65-82. http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S2145-48922011000200006&lng=pt&nrm=iso&tlng=es
- Cabanach, R. G., Souto-Gestal, A., González Doniz, L., Corrás Vázquez, T., Cabanach, R. G., Souto-Gestal, A., González Doniz, L., & Corrás Vázquez, T. (2018). Afrontamiento y regulación emocional en estudiantes de fisioterapia. *Universitas Psychologica*, 17(2), 127-139. <https://doi.org/10.11144/javeriana.upsy17-2.aree>
- Deb, S., Strodl, E., & Sun, J. (2015). Academic Stress, Parental Pressure, Anxiety and Mental Health among Indian High School Students. *International Journal of Psychology and Behavioral Sciences*, 5(1), 26-34. <http://article.sapub.org/Ecuador> | Programa De Las Naciones Unidas Para El Desarrollo. (2022). UNDP. <https://www.undp.org/es/ecuador>
- Espinosa-Castro, J.-F. (2020). *Sobre el rendimiento académico*.
- Estadísticas Sanitarias Mundiales 2014. (s. f.). Recuperado 20 de noviembre de 2023, de <https://www.who.int/es/news/item/15-05-2014-world-health-statistics-2014>
- Flores, V., Ponce, R., Velasteguí, D., & Vásquez de la Bandera, F. (2022). Impulsividad en base a estudio de género Estudio en población universitaria. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 6(2), 2959-2975. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v6i2.2065
- Freire Rodríguez, C., & Ferradás Canedo, M. D. M. (2020). Afrontamiento del estrés académico y autoeficacia en estudiantes universitarios: Un enfoque basado en perfiles. *Revista INFAD de Psicología. International Journal of Developmental and Educational Psychology.*, 1(1), 133-142. <https://doi.org/10.17060/ijodaep.2020.n1.v1.1769>
- Gómez, C. A. D.-C., Cruz, D. P. A., & Moreno, Y. J. (2007). DESCRIPCIÓN DE LOS ESTILOS DE AFRONTAMIENTO EN HOMBRES Y MUJERES ANTE LA SITUACIÓN DE DESPLAZAMIENTO. 1.
- González Cabanach, R., Souto-Gestal, A., González-Doniz, L., & Franco Taboada, V. (2018). Perfiles de afrontamiento y estrés académico en estudiantes universitarios. *Revista de Investigación Educativa*, 36(2), 421-433. <https://doi.org/10.6018/rie.36.2.290901>
- Herdoiza-Arroyo, P., & Chóliz, M. (2019a). Impulsividad en la Adolescencia: Utilización de una Versión Breve del Cuestionario UPPS en una Muestra de Jóvenes Latinoamericanos y Españoles. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación – e Avaliação Psicológica*, 50(4). <https://doi.org/10.21865/RIDEP50.1.10>
- Herdoiza-Arroyo, P., & Chóliz, M. (2019b). Impulsividad en la Adolescencia: Utilización de una Versión Breve del Cuestionario UPPS en una Muestra de Jóvenes Latinoamericanos y Españoles. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación – e Avaliação Psicológica*, 50(4). <https://doi.org/10.21865/RIDEP50.1.10>
- Informe de seguimiento de la educación en el mundo, 2020: Inclusión y educación: Todos y todas sin excepción— UNESCO Biblioteca Digital. (s. f.). Recuperado 20 de noviembre de 2023, de <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000374817>
- Kachel, T., Huber, A., Strecker, C., Höge, T., & Höfer, S. (2020). Development of Cynicism in Medical Students: Exploring the Role of Signature Character Strengths and Well-Being. *Frontiers in Psychology*, 11. <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2020.00328>
- Kayleen_Esthefani_Tesis_bachiller_2021.pdf. (s. f.). Recuperado 8 de noviembre de 2023, de https://repositorio.uandina.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12557/4042/Kayleen_Esthefani_Tesis_bachiller_2021.pdf?sequence=1&isAllowed=y

- La Organización Mundial de la Salud (OMS) publica hoy su nueva Clasificación Internacional de Enfermedades (CIE-11).* (s. f.). Recuperado 20 de noviembre de 2023, de [https://www.who.int/es/news/item/17-06-2018-who-releases-new-international-classification-of-diseases-\(icd-11\)](https://www.who.int/es/news/item/17-06-2018-who-releases-new-international-classification-of-diseases-(icd-11))
- Lightsey, O. R., & Hulse, C. D. (2017). Impulsivity, coping, stress, and problem gambling among university students. *Journal of Counseling Psychology*, 49(2), 202-211. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.49.2.202>
- López, Y. C. V., Patrón, R. A. M., Valenzuela, S. E. C., Pedroza, R. I. H., Quintero, I. D. E., & Zavala, M. O. Q. (2022). Nivel de estrés y estrategias de afrontamiento utilizadas por estudiantes de la licenciatura en Enfermería. *Enfermería Global*, 21(1), Article 1. <https://doi.org/10.6018/eglobal.441711>
- Macías, A. B. (2020). *El estrés de pandemia (COVID 19) en población mexicana*.
- Macías, A. B., García, L. A. G., Madero, A. G., & de León, F. C. (2019). *El estrés académico en alumnos de odontología*. 6.
- Moral Jiménez, M. de la V., & Fernández Domínguez, S. (2019). Uso problemático de internet en adolescentes españoles y su relación con autoestima e impulsividad. *Avances en psicología latinoamericana*, 37(1), 103-119. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6805347>
- Orbegoso, M. J. E. (s. f.). *AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS: UNA REVISIÓN TEÓRICA*.
- Ortiz, D. J., & Velastegui, D. C. (2023). Dependencia a videojuegos y su relación con la impulsividad en estudiantes: Video game dependence and its relationship with impulsivity in students. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 4(1), Article 1. <https://doi.org/10.56712/latam.v4i1.330>
- Paz, D., Belén, M., Carolina, A., & Agostina, M. (2020). *Análisis de impulsividad y agresividad mediante Barratt Impulsiveness Scale y Buss-Perry Aggression Questionnaire en argentinos*. 5.
- Pinto Castillo, M., & Núñez Núñez, M. (2023). Inteligencia Emocional e Impulsividad en Estudiantes de Bachillerato. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 4(1), 436-449. <https://doi.org/10.56712/latam.v4i1.261>
- Pozos-Radillo, B. E., Preciado- Serrano, M. D. L., Plascencia-Campos, A. R., Acosta- Fernández, M., & Aguilera Velasco, M. D. L. Á. (2021). Estrategias de afrontamiento ante el estrés de estudiantes de medicina de una universidad pública en México. *Investigación en Educación Médica*, 11(41), 18-25. <https://doi.org/10.22201/fm.20075057e.2022.41.21379>
- Ramírez-Pérez, M. A. (2022). The relationship between academic psychological capital and academic coping stress among university students. *Terapia Psicológica*, 40(2), 279-305. <https://doi.org/10.4067/S0718-48082022000200279>
- Salvo G, L., & Castro S, A. (2013). Confiabilidad y validez de la escala de impulsividad de Barratt (BIS-11) en adolescentes. *Revista chilena de neuro-psiquiatría*, 51(4), 245-254. <https://doi.org/10.4067/S0717-92272013000400003>
- Silva, L. A. Á., Gallegos-Luna, R. M., & Herrera-López, P. S. (2018). Estrés académico en estudiantes de tecnología superior. *Universitas-XXI, Revista de Ciencias Sociales y Humanas*, 28, 193-209. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=476154745010>
- Sosa, C. (2022). *Escala de afrontamiento de estrés académico (A-CEA)—Ficha Técnica*. <https://docplayer.es/227160658-Escala-de-afrontamiento-de-estres-academico-a-cea.html>

- Terrazas, A., Velázquez-Castro, J., & Testón-Franco, N. (2022). El estrés académico y afectaciones emocionales en estudiantes de nivel superior. *Revista Innova Educación*, 4(2), Article 2. <https://doi.org/10.35622/j.rie.2022.02.008>
- Tipán Ortiz, D. M., & Vargas Espín, A. D. P. (2022). Ansiedad y su relación con la impulsividad en deportistas. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 6(6), 8429-8441. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v6i6.4010
- Vallejo Alviter, N. G., Arellanez Hernández, J. L., González Forteza, C. F., & Wagner Echeagaray, F. (2021). Impulsivity and family conflict as predictors of illegal psychoactive substance use in adolescents. *Revista Interamericana de Psicología/Interamerican Journal of Psychology*, 55(2), e1334. <https://doi.org/10.30849/ripijp.v55i2.1334>
- Yeo, S. K., & Lee, W. K. (2017). The relationship between adolescents' academic stress, impulsivity, anxiety, and skin picking behavior. *Asian Journal of Psychiatry*, 28, 111-114. <https://doi.org/10.1016/j.ajp.2017.03.039>
- Zapara Vera, Jared Paulette, & Zapata Vera, J. P. (2020). *Alexitimia y conducta impulsiva en adolescentes escolares de la provincia de Ilo* [Pregrado, Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas (UPC)]. <https://doi.org/10.19083/tesis/653292>