

Universidad de Lima  
Facultad de Psicología  
Carrera de Psicología



# **LA RELACIÓN DEL ESTRÉS Y EL DESEMPEÑO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE EDUCACIÓN SUPERIOR DURANTE EL COVID-19**

Trabajo de Suficiencia Profesional para optar el Título Profesional de Licenciado en  
Psicología

**Maria Fernanda Anaya Almeida**

**20150055**

**Carola Fiorella Marquina Doig**

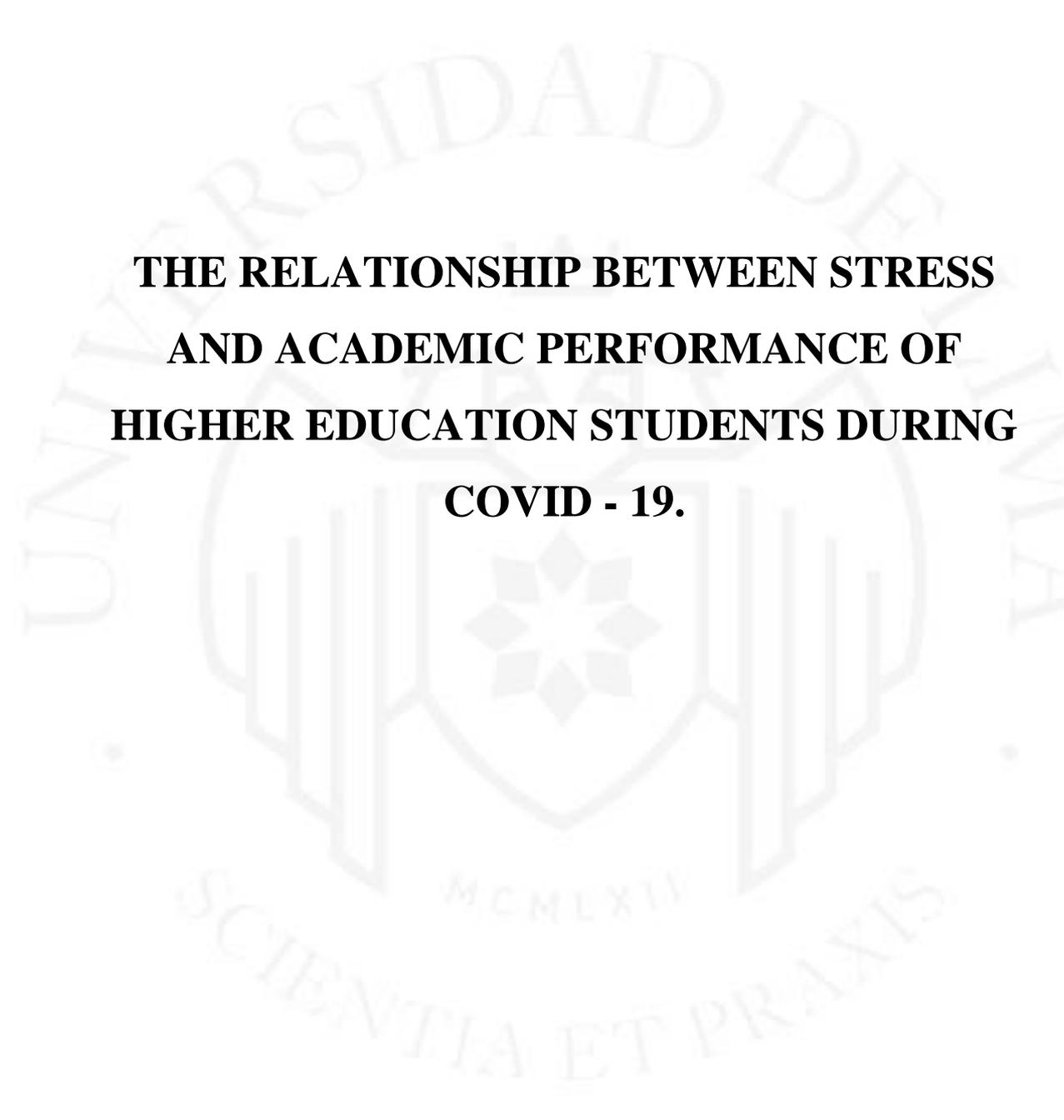
**20153094**

**Asesor**

Ana María Calderón Elías

Lima – Perú  
Marzo de 2022





**THE RELATIONSHIP BETWEEN STRESS  
AND ACADEMIC PERFORMANCE OF  
HIGHER EDUCATION STUDENTS DURING  
COVID - 19.**

# TABLA DE CONTENIDO

<b>RESUMEN</b> .....	viii
<b>ABSTRACT</b> .....	ix
<b>CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN</b> .....	1
<b>CAPÍTULO II: MÉTODO</b> .....	9
2.1 Criterios de elegibilidad .....	9
2.1.1 Criterios de inclusión.....	9
2.1.2 Criterios de exclusión .....	10
2.2 Estrategia de búsqueda.....	10
<b>CAPÍTULO III: RESULTADOS</b> .....	13
<b>CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN</b> .....	23
<b>CONCLUSIONES</b> .....	28
<b>REFERENCIAS</b> .....	29

## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 3.1 <i>Análisis de las investigaciones seleccionadas</i> .....	13
Tabla 3.2 <i>Análisis de los instrumentos de medición utilizados</i> .....	15
Tabla 3.3 <i>Análisis de los principales hallazgos</i> .....	16



# ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 2.1 *Flujograma de la estrategia de búsqueda*..... 12



## RESUMEN

La pandemia por el Covid-19 ha traído consigo circunstancias que colocaron a los estudiantes de educación superior en situaciones de estrés en los últimos dos años, lo cual contribuyó a que el desempeño académico se vea afectado. Por ello, el objetivo del presente estudio es identificar la relación del estrés y el desempeño académico en estudiantes de educación superior durante la pandemia por el Covid-19. Para lograrlo, se realizó una búsqueda sistemática siguiendo las indicaciones PRISMA (Page et al., 2021) dentro de las bases de datos EBSCOhost, Web of Science y Scopus y se analizaron diez investigaciones que cumplieron con los criterios de inclusión y exclusión. Los resultados evidenciaron que, a mayor nivel de estrés en los estudiantes, menor desempeño académico. Algunos de los factores involucrados para esta relación son la carga académica, escaso tiempo para entretenerse, carencia de conocimiento tecnológico, la posibilidad de contagio y el desbalance de las exigencias laborales y del hogar.

**Palabras clave:** Estrés, desempeño académico, Covid-19, educación superior.

## **ABSTRACT**

The Covid-19 pandemic has brought with it circumstances that have placed higher education students in stressful situations in the last two years, which has contributed to affecting academic performance. Therefore, this study aimed to identify the relationship between stress and academic performance in higher education students during Covid-19. To achieve this, a systematic search was conducted following the PRISMA indications (Page et al., 2021) within the EBSCOhost, Web of Science and Scopus databases and ten investigations that met the inclusion and exclusion criteria were analyzed. The results showed that the higher the level of stress in the students, the lower the academic performance. Some of the factors involved in this relationship are the academic load, little time to entertain themselves, lack of technological knowledge, the possibility of contagion and the imbalance of work and home demands.

**Keywords:** Stress, academic performance, Covid-19, higher education.

# CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN

Durante la pandemia, los estudiantes a nivel mundial fueron confinados en sus hogares mientras todas sus actividades universitarias seguían su curso (Sahu, 2020, como se citó en De la Fuente et al., 2021). De esta manera, el proceso de enseñanza y aprendizaje presencial tuvo que ser sustituido por una educación virtual y como consecuencia de los cierres masivos de las instituciones educativas, se observó un aumento en las inequidades de educación y un incremento en el riesgo de conductas, emociones y patrones sociales negativos (Drane et al., 2020, como se citó en Serrano-Díaz et al., 2022).

Asimismo, Morales-Rodríguez (2021) mencionan que el estrés es una problemática concerniente a la salud alrededor del mundo, así la pandemia del Covid-19 ha ocasionado entre las personas un alto nivel de ansiedad, depresión y estrés causales del confinamiento y de las consecuencias derivadas del aislamiento social.

De igual manera, con relación al estrés de los estudiantes a causa de la pandemia, se identificaron factores que se vinculan con las actividades académicas como los cambios en las rutinas de estudio, incluyendo las asesorías y evaluaciones en línea, las clases virtuales y la tecnología necesaria para un aprendizaje remoto (Morales-Rodríguez, 2021).

Igualmente, se ven comprendidos otros aspectos como el temor a perder la oportunidad de formación, los procesos de prácticas, la obtención de certificados y la propia finalización de los estudios superiores. También, se encuentra involucrada la complejidad para obtener los recursos necesarios para la vida diaria, ya sea la alimentación, la vivienda, la vestimenta y de manera incisiva la atención médica. Además, las rutinas diarias sufrieron un cambio encontrándose con la complejidad de adaptarse a las instalaciones del centro educativo y el acceso a ambientes propicios para un desarrollo adecuado del aprendizaje, manifestándose un aumento en la presión por el manejo exhaustivo de las herramientas virtuales para afrontar los retos tecnológicos (Morales-Rodríguez, 2021).

A nivel internacional, la pandemia por el Covid-19 generó el cierre ya sea parcial o total de instituciones educativas en 192 países, lo cual impactó en 1,596 millones de estudiantes según estadísticas realizadas por la UNESCO (2020, como se citó en García et al., 2021). Estas cifras representan el 91% de la matrícula alrededor de todo el mundo desde la educación a nivel preescolar hasta la superior. Como menciona García (2020) se vio la necesidad de trasladar los procesos de enseñanza y aprendizaje hacia los hogares, llevando a la interrupción o a una posible pérdida del proceso de formación, teniendo como consecuencia una mayor brecha educativa, afecciones en la salud y el bienestar de los alumnos (como se citó en García et al., 2021).

A nivel nacional, en relación con las normativas legales dictadas por el gobierno para afrontar a la pandemia y evitar la propagación del Covid- 19 se declaró el estado de emergencia a nivel nacional, el cual dispone de un aislamiento social con carácter obligatorio a toda la población peruana. De esta forma, para el ámbito educativo se dispuso que las instituciones públicas y privadas, desde la educación básica hasta la superior, suspendan sus actividades presenciales (Vilela et al., 2021).

De esta manera, las organizaciones CEPAL y OIT (2020) mencionaron los efectos originados por la incertidumbre dentro del marco de la pandemia por el Covid - 19. Entre ellos se encuentran la economía mundial, ocasionando así una de las crisis económicas más severas de todos los tiempos. En tal sentido, se observa en América Latina y el Caribe que en los próximos años habrá una disminución del PBI regional en un aproximado de 5,3% lo que conlleva a que tenga un impacto negativo sobre la capacidad económica de cada familia.

En el ámbito social, se observa que la pandemia ha contribuido a que el porcentaje de personas de bajos recursos económicos aumente, debido a que muchos de los miembros de familia quienes son el sustento monetario perdieron su trabajo, y por lo tanto se encuentran dentro de las nuevas personas con escasa capacidad financiera. De esa manera, se observa que en el Perú el PBI del año 2020, fue de -12%, y dentro de los países de América Latina se encuentran panoramas similares, lo que sugiere que se encuentran en una recesión, lo que generará más pobreza o pobreza extrema (Gamarra, 2020).

La UNESCO (2020) acota que la cuarentena ha afectado a 9,9 millones de estudiantes peruanos debido a las clases presenciales suspendidas. Además, menciona que solamente el 39% de los hogares a nivel nacional tienen acceso a internet y dentro del área rural, solo el 5% cuenta con conectividad. De igual manera, el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI, 2020), señaló que el 65,4% de la población nacional de 6 a 17 años hizo uso de internet.

Del mismo modo, se obtiene que solamente el 17% de estudiantes contaron con conectividad dentro de su domicilio para las clases a distancia y durante el primer mes de clases del 2021, un aproximado de 120 mil estudiantes no contaron con los medios idóneos para conectarse a las sesiones educativas (IPE, 2021). Esto se refleja en el 32% de alumnos en 17 regiones del país que no logró obtener resultados satisfactorios en su desempeño académico en el 2020, es decir, no alcanzaron la nota mínima que es requisito para aprobar (Contraloría General de la República, 2021).

Igualmente, según el Ministerio de Educación (MINEDU) el último Programa Internacional para la Evaluación de Estudiantes (PISA) que se realizó fue en el 2018. Esta prueba se realiza con el objetivo de evaluar las competencias de los alumnos que están próximos a culminar la educación básica para conocer si cuentan con los conocimientos y habilidades necesarias al momento de afrontar la vida adulta y la sociedad contemporánea. Fue aplicada a una cantidad de 8,028 estudiantes de 15 años, el 70% de ellos pertenecían a instituciones públicas y una minoría del 30% a privadas. Los resultados de los estudiantes peruanos revelaron que hubo un incremento en comparación a la prueba anterior, es decir, que el desempeño académico mejoró en 3 años. Los puntajes obtenidos fueron en 3 áreas, en matemáticas con 400 puntos, 13 puntos más en relación con el del año 2015, en Ciencias 404, con 07 puntos más y en Lectura 401, con 03 puntos por encima del resultado previo. Igualmente, en base a las estadísticas de los resultados se encuentra que los puntajes fueron similares en el área de matemáticas a los puntajes obtenidos en diversos países de Latinoamérica (Ministerio de Educación, 2019).

Entre las razones por las cuales es importante ser partícipe de la prueba PISA es que permite analizar los resultados desde una mirada global, pudiendo identificar

aquellas similitudes y diferencias en comparación con otros sistemas educativos. Además, posibilita la revisión de los procesos de enseñanza-aprendizaje que emplean en los diferentes países y poder precisar cuáles son los casos con mayor éxito para diseñar acciones en pro de la mejora del Perú. Otra de las razones es la facilidad que otorga para comparar los resultados de las evaluaciones que se realizan a nivel nacional con los de la prueba PISA, con la finalidad de analizar y tomar decisiones para desarrollar el aprendizaje de los estudiantes. Por último, concede la posibilidad de reforzar el diseño y la implementación de políticas en el ámbito educativo, con el objetivo de disminuir la brecha educativa y puedan brindar oportunidades para que los estudiantes potencien sus capacidades (Ministerio de Educación, 2019).

Siguiendo la misma línea, la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico (OCDE), desarrolló la Evaluación de los Resultados de Aprendizaje en la Educación Superior (AHELO). Esta tiene como finalidad evaluar lo que los estudiantes del último año de educación superior conocen, colocando énfasis en las habilidades genéricas como el pensamiento crítico, razonamiento analítico, resolución de problemas y la comunicación escrita; así como habilidades para la economía e ingeniería (OCDE, 2012, como se citó en Díaz-Quezada et al., 2019). Asimismo, se comparan los resultados de la evaluación de diversas disciplinas académicas de diferentes países (Altbach, 2015, como se citó en Kifle y Anja, 2021).

Agregando a lo anterior, se identificó un impacto tanto positivo como negativo en el medioambiente. Sobre el aspecto positivo, se determinó que este era un impacto temporal y a corto plazo. Así, durante la pandemia, se observó una disminución en los niveles de contaminación debido al poco o nulo tránsito de los vehículos y a la detención de actividades laborales en algunas industrias. En tal sentido, durante el transcurso del confinamiento se pudo apreciar la aparición de delfines y algunas especies de aves en las playas de las costas de Lima y se extendió hacia la existencia de un cielo limpio con niveles bajos de dióxido de carbono, al igual que bajos niveles de emisiones gaseosas. Por otro lado, la pandemia también impactó negativamente en el ambiente, ya que los beneficios del confinamiento resultaron pasajeros. Así en actualidad, existe una gran preocupación por las consecuencias que ocasionan los desechos de las mascarillas y otros materiales de protección que han sido utilizados de forma cotidiana. Sumado a ello, se

evidencia un efecto desfavorable en el ambiente debido a los residuos sólidos u orgánicos de los centros de salud y de algunos centros de abasto (Guerrero-Rojas, 2021).

De esa manera, en el ámbito personal las consecuencias que conllevarían la problemática al no haber intervención alguna, serían la presencia de un nivel elevado de estrés en estudiantes de educación superior lo que podría repercutir tanto en el bienestar psicológico como en su calidad de vida y por consiguiente, menoscabar el desempeño académico.

En un sentido más global, dicha problemática impactó en contextos familiares, sociales y académicos (Estrada et al., 2021). Es así como se obtiene que la pandemia afectó las dinámicas familiares, forzando a establecer nuevas relaciones e interacciones intergeneracionales, modificando sus hábitos y rutinas, influyendo en la convivencia social (Cambero, 2020, como se citó en Robles et al., 2021). Además, se evidenciaron dificultades con respecto a los espacios físicos dentro del hogar, la cantidad de personas que habitan, la cantidad de servicios para todos los miembros, el tiempo orientado a tareas escolares, laborales, de ocio y sobre todo, el estrés y la ansiedad que toda la familia sintió debido a la situación sanitaria y la incertidumbre del momento (Ruiz-Perez y Pastor-Moreno, 2020; Pinchak, 2020; Orellana y Orellana, 2020; Medina, 2020; Linconao, 2020; Cambero, 2020, como se citó en Robles et al., 2021).

En cuanto al nivel social, la exposición a un aislamiento de carácter obligatorio lleva a las personas a un estado de vulnerabilidad en donde es probable que desencadenen algún trastorno mental como insomnio, ansiedad, depresión o trastorno por estrés postraumático. De igual manera, las personas que experimentan estrés pueden desarrollar angustia marcada y un deterioro significativo en su funcionamiento social o laboral (Huremovic, 2019, como se citó en Ramírez-Ortiz et al., 2020). También, la cuarentena no permite que las personas con bajos recursos económicos tengan acceso a más ingresos con trabajo informal, la migración o apoyo comunitario. De esa manera, ellos se encuentran dentro del impacto negativo de la pandemia, debido a que son quienes tienen más posibilidad de contagio, enfermedad y muerte. Aquello sumado con el alto índice de desempleo, la informalidad, el poco acceso a la seguridad social y los limitados programas gubernamentales (Gamarra, 2020).

Con respecto al ámbito académico, hubo un cierre de escuelas, colegios y universidades modificando de modo relevante la vida de los docentes, alumnos y padres de familia, así es como este cambio de metodología de enseñanza-aprendizaje remoto, representó un reto debido a la carencia de recursos y herramientas tecnológicas para poder implementarlo adecuadamente. Asimismo, los padres de familia usualmente no cuentan con suficiente tiempo para poder hacer un seguimiento ni acompañamiento en casa o se quedaron desempleados, por lo que tuvieron que suspender la educación privada, lo que ha llevado en muchos casos a una desescolarización (García-Rey, 2020).

Por todo lo abordado previamente, se conceptualiza la variable estrés, la cual se define como una activación de respuestas emocionales y fisiológicas que las personas experimentan en circunstancias percibidas como amenazantes para su bienestar. Sobre el estrés académico de manera específica, se tiene que es una angustia a nivel mental sobre cierta frustración que de manera anticipada se asocia con el fracaso académico o solo la conciencia de que sería posible el fracaso del estudiante (Auerbach y Grambling, 1990; Verma y Gupta, 1990, como se citó en Saleem y Akram, 2018).

Siguiendo la misma línea, el estrés académico es conceptualizado también como aquel factor originado por las demandas de un contexto educativo que afecta a todos los estudiantes; además, es aquel malestar sentido por el alumno a causa de un factor físico, emocional, del entorno o de las relaciones interpersonales que podrían influenciar en el desempeño académico del alumnado (Alfonso et al., 2015, como se citó en Álvarez et al., 2018).

Por otro lado, se obtiene que el desempeño académico es el grado de evolución de las estructuras cognoscitivas y conductuales del estudiante dentro de un proceso de carácter educativo y la manera en cómo logra evidenciarlo en su cotidianidad. De igual manera, este se percibe como la forma de utilizar lo aprendido y lo que evidencia el nivel educativo adquirido, y la mayoría del tiempo se traduce en cifras numéricas (Sternberg, 2009, como se citó en Salazar y Heredia, 2019).

De ese modo, para el presente estudio, se tomará como referencia el marco conceptual del Modelo Cognitivo Transaccional del Estrés propuesto por Lazarus y

Folkman (1984), el cual describe este fenómeno como un proceso que se da entre los estímulos que causan dicho estrés, las respuestas que ocasiona y por último, las circunstancias que intervienen en aquella interacción (Martín, 2007, como se citó en Álvarez et al., 2018).

Asimismo, Lazarus y Folkman (1984) mencionan que su modelo teórico se basa en el estrés y la emoción, por lo que el proceso en sí es estrés-emoción-manejo, lo cual responde a la diversidad de respuestas de los individuos cuando se enfrentan a un mismo estímulo estresor (como se citó en Cruz et al., 2018).

Dentro de este modelo de Lazarus y Folkman (1984) el estrés tiene lugar solamente cuando el individuo valora sus propios recursos como ineficientes para enfrentar las demandas del entorno, colocando énfasis a la evaluación cognitiva que la persona le brinda tanto al estímulo como a la respuesta (Carranco y Pando, 2019).

El modelo transaccional de Lazarus y Folkman (1984) basa su teoría en la corriente cognitiva, analizando las respuestas ante el estrés y estudiando la reacción de la persona ante el entorno y la manera en cómo los estímulos amenazantes son evaluados, afectando o no de forma negativa el bienestar del individuo. De esa manera, este modelo identifica tres tipos de evaluación: (1) La evaluación primaria, esta se da en cada encuentro ante la demanda y brinda cuatro tipos de evaluación, amenaza, daño-pérdida, desafío y beneficio, (2) La evaluación secundaria, evalúa los recursos y las herramientas que la persona cuenta para hacer frente a la situación, y (3) La reevaluación, la cual involucra el feedback, permitiendo realizar correcciones sobre valoraciones hechas previamente (González, 2011; Lazarus y Folkman, 1984, como se citó en Cruz et al., 2018).

Por otro lado, para el desempeño académico también se considerará el modelo cognitivo, en específico el aspecto de la modificabilidad estructural cognitiva, manifestando que es posible inferir que las competencias educativas se constituyen mediante estructuras cognitivas que tienen la capacidad de modificarse por experiencia del conocimiento, aprendizaje o instrucción que se suscitan de forma progresiva, tomándose en consideración el ambiente y el nivel desarrollo de la persona (Tobón, 2005, como se citó en Incháustegui, 2018)

De ese modo, el objetivo del estudio es identificar la relación del estrés y el desempeño académico en estudiantes de educación superior durante el Covid-19 y se llegó a la siguiente interrogante, ¿Qué relación existe entre el estrés y el desempeño académico en los estudiantes de educación superior durante el Covid-19?



## **CAPÍTULO II: MÉTODO**

### **2.1 Criterios de elegibilidad**

A continuación, se exponen los criterios de elegibilidad de los artículos de investigación que han sido analizados en concordancia con la problemática y las variables seleccionadas.

#### **2.1.1 Criterios de inclusión**

Para este trabajo se eligieron los estudios que cumplieron con los siguientes criterios de selección: a) diseño cuantitativo y estudios empíricos, con el objetivo de recabar y analizar la información recopilada para obtener una respuesta ante la pregunta planteada; además, con la finalidad de llegar a conclusiones de carácter científico en base a las pruebas concretas y verificables, haciendo uso de información estadística que puedan cuantificar las variables b) estudios que formen parte de la base de datos EBSCOhost, Scopus y Web of Science, ya que son plataformas que brindan una amplia gama de documentos e información con carácter investigativo y las cuales ofrecen una búsqueda personalizada mediante filtros específicos c) artículos e investigaciones que tratan acerca del estrés y el desempeño académico en estudiantes jóvenes de educación superior durante la pandemia por Covid-19, debido a que son una población con una exposición constante hacia demandas estudiantiles que repercuten en el desempeño académico, por ser variables del estudio, d) trabajos con diseños experimentales, cuasi experimentales y correlacionales, con el propósito de encontrar una manipulación y control en las variables para analizar una probable relación de causa- efecto, e) investigaciones que detallen la cantidad de participantes incluidos en el estudio, de forma que los resultados obtenidos logren ser evaluados por su representatividad, f) estudios con diseño transversal y longitudinal, para encontrar la relación de las variables, en tanto sea dentro de un tiempo limitado o en uno prologando, g) investigaciones que contengan instrumentos de medición especificados en el estudio, dada la relevancia de analizar los datos psicométricos de las herramientas empleadas en la compilación de información con el

objetivo de obtener unos resultados con validez y confiabilidad, h) estudios que han sido publicados con una antigüedad de cinco años desde el 2018 hasta el 2022, con la finalidad de acceder a una amplia cantidad de información y de investigaciones en el ámbito educativo durante el período especificado, haciendo énfasis en los dos últimos años de pandemia y finalizando, i) estudios redactados en el idioma inglés, debido a la escasa información y estudios realizados en países de habla española se ha tomado en consideración las investigaciones desarrolladas en países de habla inglesa.

### **2.1.2 Criterios de exclusión**

Como criterios de exclusión se tuvo en consideración lo siguiente: a) que los estudios no fueran cualitativos, dado que no permiten generalizar los resultados b) que los estudios no fueran de una revisión sistemática o de metaanálisis, ya que estos se caracterizan por ser retrospectivos realizando una integración de los resultados en base a diferentes investigaciones, c) que no sean investigaciones con datos no concluyentes, ello debido a que no permiten llegar a conclusiones; y por último, d) estudios que fueron publicados en forma de abstracts, en tesis, capítulos de libros, congresos, revistas de divulgaciones y manuales, ya que se quiere llegar a una evidencia de carácter empírico sobre la relación existente entre las variables.

## **2.2 Estrategia de búsqueda**

La búsqueda se realizó en enero del año 2022, en las bases de datos electrónicas EBSCOhost, Web of Science y Scopus. Además, se utilizaron las siguientes palabras clave: stress, estrés, academic performance, desempeño académico, Covid-19, higher education y educación superior.

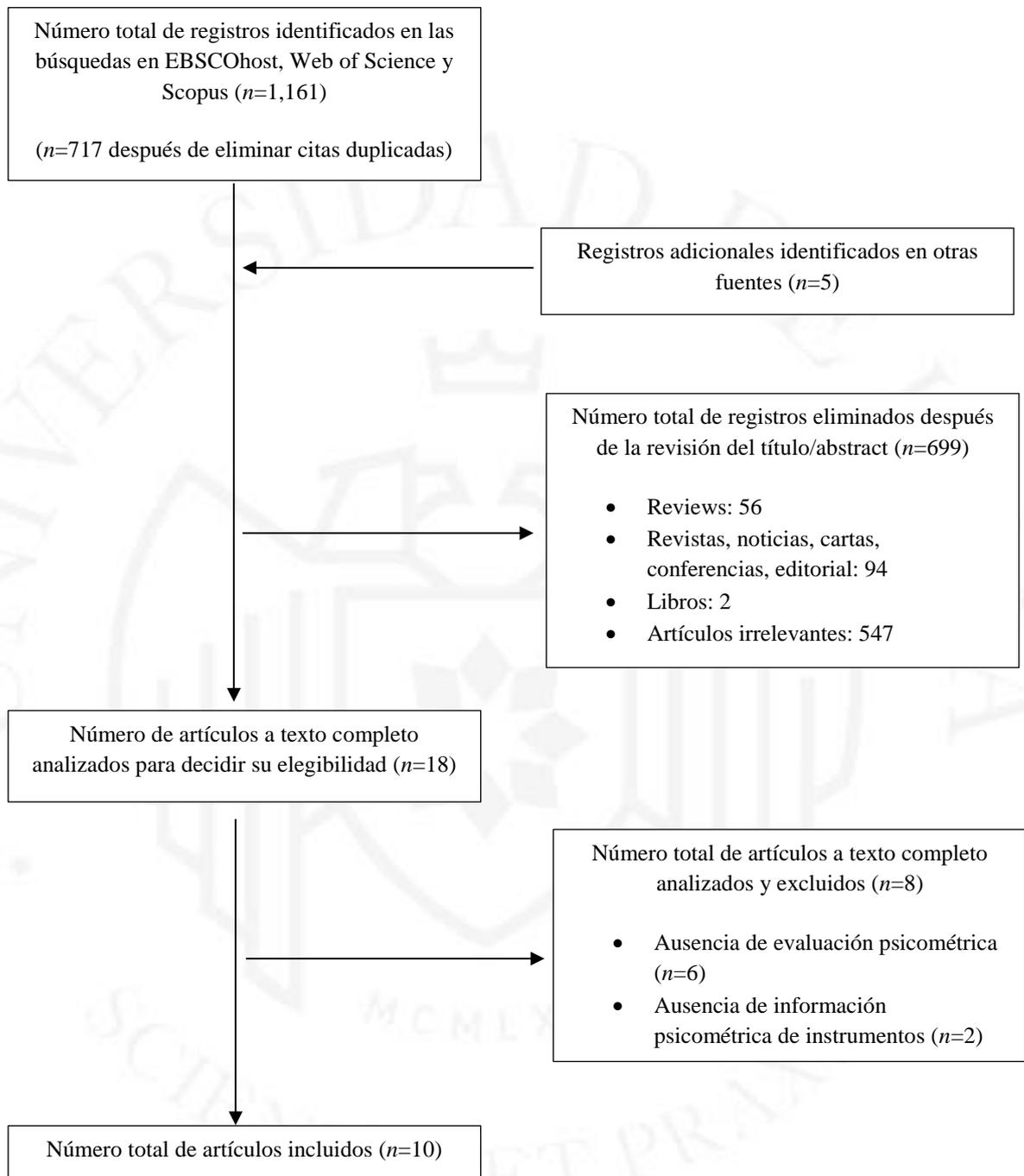
Mencionadas palabras clave fueron combinadas utilizando diversos operadores booleanos. En primer lugar, se indagó la siguiente combinación (Stress OR estrés) AND (academic performance OR desempeño académico) AND (Covid-19) AND (higher

education) y, en segundo lugar, la siguiente conjugación de palabras, Estrés AND (desempeño académico) AND (Covid-19) AND educación superior.

Posteriormente, teniendo en consideración las indicaciones de la guía PRISMA (Page et al., 2021), se obtuvo en totalidad 1,161 artículos, de los cuales se seleccionaron 10 que cumplen con los criterios de inclusión y exclusión (ver en Figura 2.1). En dicha Figura 2.1 se presenta el flujograma en donde se sintetiza el proceso de selección de artículos revisados y analizados.



**Figura 2.1**  
*Flujograma de la estrategia de búsqueda*



## CAPÍTULO III: RESULTADOS

El análisis de los diez artículos se realizó de la siguiente manera. En las Tablas 3.1 y 3.2 se encuentran información esencial de cada estudio y en la Tabla 3.3 se especifica los principales hallazgos de las investigaciones escogidas.

**Tabla 3.1**

*Análisis de las investigaciones seleccionadas*

Autor	Año	Título	Participantes	País
Sánchez-Cabrero et al.	2021	E-Assessment in E-learning degrees: Comparison vs. Face-to-Face Assessment through Perceived Stress and Academic Performance in a longitudinal study.	919 estudiantes	España
Ocaña-Moral et al.	2021	Relationship among Perceived stress, life satisfaction and academic performance of education sciences students of the University of Jaén after the Covid-19 pandemic.	222 estudiantes	España
Gaeta et al.	2021	The impact of COVID-19 Home confinement on Mexican University Students: Emotions, Coping strategies and Self-Regulated Learning.	1290 estudiantes	México
Saleem y Akram	2018	Academic stress, psychological well-being and academic achievement among college students.	350 estudiantes	Pakistan
Tumonggor et al.	2021	Relationship between stress and academic performance among students in Fkik Ukrida class of 2017-2019 during the Covid-19 pandemic.	125 estudiantes	Indonesia

(continúa)

(continuación)

Autor	Año	Título	Participantes	País
León et al.	2019	Stress, self-efficacy, academic achievement, and resilience in emerging adults.	288 estudiantes	México
Lin et al.	2020	Stress and its association with academic performance among dental undergraduate students in Fujian, China: a cross-sectional online questionnaire survey.	347 estudiantes	China
Oducado y Estoque	2021	Online learning in nursing education during the Covid p-19 pandemic: stress, satisfaction and academic performance.	108 estudiantes	Filipinas
Sharififard et al.	2020	Motivation, self-efficacy, stress, and academic performance correlation with academic burnout among nursing students.	264 estudiantes	Irán
Co et al.	2021	Cross-sectional case-control study on medical students' psychosocial stress during Covid-19 pandemic in Hong Kong.	221 estudiantes	China

**Tabla 3.2***Análisis de los instrumentos de medición utilizados*

Autor	Instrumento de medición	Confiabilidad y/o validez
Sánchez-Cabrero et al.	Self-assessment	Correlación de Spearman: 0.01
Ocaña-Moral et al.	Perceived Stress Scale	$\alpha$ de Cronbach: .79
Gaeta et al.	Stress Coping Questionnaire	$\alpha$ de Cronbach: .80
Saleem y Akram	Educational Stress Scale for Adolescents	$\alpha$ de Cronbach: .74
Tumonggor et al.	Perceived Stress Scale	1) $\alpha$ de Cronbach: .859 2) $\alpha$ de Cronbach: .842 3) $\alpha$ de Cronbach: .840 4) $\alpha$ de Cronbach: .862 5) $\alpha$ de Cronbach: .858 6) $\alpha$ de Cronbach: .847 7) $\alpha$ de Cronbach: .875 8) $\alpha$ de Cronbach: .848 9) $\alpha$ de Cronbach: .851 10) $\alpha$ de Cronbach: .838
León et al.	Inventory of Academic Stress (SISCO)	$\alpha$ de Cronbach: .90
Lin et al.	Perceived Stress Scale	$\alpha$ de Cronbach: .81
Oducado y Estoque	Survey Questionnaire	Rho de Spearman: .05
Sharififard et al.	Academic Stress Questionnaire	$\alpha$ de Cronbach: .95
Co et al.	COVID-19 Student Stress Questionnaire (CSSQ)	Chi cuadrado

**Tabla 3.3***Análisis de los principales hallazgos*

Autor	Relación entre el estrés y el desempeño académico	Hallazgos principales
Sánchez-Cabrero et al.	El estrés percibido disminuye cuando la evaluación de la asignatura empieza.	Los niveles de estrés eran similares entre el grupo presencial y el virtual.  Estudiantes con mejor manejo tecnológico, sintieron menos estrés.
Ocaña-Moral et al.	El estrés percibido en la satisfacción de vida contribuye a que el desempeño académico aumente.	Mientras más niveles de estrés percibidos, menos niveles de satisfacción de vida.  Las exigencias académicas bajaron sus niveles al inicio de la pandemia.  El ambiente académico y desenvolvimiento del estudiante puede reducir el estrés.
Gaeta et al.	El estrés disminuye si se cuenta con condiciones favorables, aumentando el desempeño académico de los estudiantes.	La mayoría de los estudiantes contaban con un espacio propio para realizar sus actividades académicas, acceso a internet, computadoras y demás dispositivos electrónicos.
Saleem y Akram	El estrés académico perjudica los niveles de bienestar emocional y el desempeño académico.	Un menor nivel de estrés académico genera mayores niveles de bienestar psicológico.  El estrés académico es un predictor significativo en el desempeño académico.
Tumonggor et al.	Condiciones favorables en el entorno virtual disminuyen el estrés y aumentan el desempeño académico.	Los factores que generan estrés son las evaluaciones, falta de tiempo para divertirse, mucho contenido para estudiar y la poca capacidad de adaptación a la pandemia.
León et al.	Niveles elevados de estrés académico disminuyen la resiliencia. Niveles elevados de autoeficacia mejoran el desempeño académico y aumentan los niveles de resiliencia.	Los participantes presentaron niveles moderado tanto de estrés y como de desempeño académico.
Lin et al.	El nivel elevado de estrés disminuye el desempeño académico.	Los principales factores que provocaron estrés fueron; la presión del rendimiento, las creencias de autoeficacia y la carga de trabajo.

(continúa)

(continuación)

Autor	Relación entre el estrés y el desempeño académico	Hallazgos principales
Oducado y Estoque	Niveles mayores de estrés ocasionan niveles bajos de satisfacción y de desempeño académico.	Los estudiantes presentaron un bajo nivel de satisfacción con las clases virtuales. Es más complicado concentrarse en educación remota a comparación de la presencial.
Sharififard et al.	El estrés y el desempeño tiene una relación con el burnout académico.	El estrés puede verse aumentado por la incapacidad de establecer un equilibrio entre las demandas del hogar y trabajo. La motivación académica, habilidad de docentes para enseñar y usar métodos adecuados son factores determinantes para el desempeño académico.
Co et al.	Niveles elevados de estrés generan menores puntuaciones en evaluaciones.	El riesgo de contagio, el aislamiento social, las relaciones interpersonales, la vida académica y sexual, son factores que incrementan el estrés.

A continuación, se procederá a analizar más detalladamente los hallazgos encontrados en los artículos seleccionados.

En la totalidad de los artículos revisados se utilizaron investigaciones en inglés y se analizaron los puntajes académicos obtenidos para la variable de desempeño académico, los cuales fueron usados de manera comparativa con las escalas de estrés.

Sánchez-Cabrero et al. (2021) realizaron una investigación con el objetivo de comparar el desempeño académico entre el último grupo en tener exámenes presenciales en la universidad y el primer grupo en experimentar exámenes virtuales durante la pandemia. Se llevó a cabo en una universidad española con una población de 919 estudiantes y se utilizaron como instrumentos los puntajes de tres cursos obligatorios y una autoevaluación de niveles percibidos de estrés. De esa manera, los investigadores llegaron a la conclusión que el estrés percibido por los estudiantes disminuía cuando la evaluación de la asignatura comenzaba y que los niveles de estrés eran similares entre el

grupo presencial en rendir evaluaciones y el grupo que respondía los exámenes virtuales. Asimismo, afirman que el desempeño académico progresó en el grupo que rindieron evaluaciones remotas con un 10% de mejoría en sus notas. Estos resultados podrían explicarse por diversas circunstancias momentáneas que afectaron las pruebas y no la evaluación en sí. Ello se explica debido al cambio de una enseñanza presencial a una remota por el confinamiento repentino, generando que los instructores no se encuentren preparados para emplear elementos de evaluación apropiados y con una escasa experiencia en el diseño de exámenes virtuales. Asimismo, esta mejoría puede deberse a las presiones por parte de los estudiantes para que empleen métodos de evaluación justos, lo que pudo impulsar a los profesores a diseñar exámenes más sencillos y compensar los posibles perjuicios ocasionados por el cambio imprevisto.

Además, se encontraron dos factores que promovieron el estrés en los estudiantes. En primer lugar, las evaluaciones virtuales eran poco conocidas y no se contaba con un manejo óptimo y, en segundo lugar, el posible fallo técnico en términos de conectividad. Por último, es importante mencionar que los estudiantes que sentían un mayor nivel de estrés durante la evaluación obtenían puntajes menores, así como también se encontró que los estudiantes que tenían un mejor manejo de las herramientas digitales experimentaban mayor tranquilidad, lo que podría resultar en un evento menos estresante para ellos (Sánchez-Cabrero et al., 2021).

Ocaña-Moral et al. (2021) diseñaron un estudio que pretendía analizar los niveles de estrés percibido en los estudiantes durante el periodo de transición para volver a la normalidad y su relación con la satisfacción de vida y el desempeño académico. Esta investigación se realizó en una universidad española a 222 estudiantes y se utilizó el instrumento de Satisfaction with Life Scale (SWLS) para la variable satisfacción de vida y Perceived Stress Scale (PSS) para la variable estrés, así como el promedio de notas de los estudiantes durante el 2020 y 2021 para el desempeño académico. Los autores llegaron a la conclusión que mientras más niveles de estrés experimentaron los estudiantes, menos satisfacción de vida sintieron. Igualmente, la investigación detectó que el efecto que tiene el estrés percibido en la satisfacción de vida puede contribuir a que el desempeño académico aumente, esto explicado debido a que las exigencias académicas bajaron sus niveles al principio de la pandemia a comparación de los años

anteriores. También, se mencionó que el nivel de demanda actual para realizar las clases durante la pandemia puede generar estrés y, por último, se encontró que el ambiente académico y el desenvolvimiento del estudiante pueden ser aspectos relevantes para una disminución en los niveles de estrés.

Del mismo modo, Gaeta et al. (2021) en su investigación buscaron analizar la relación entre las emociones de los estudiantes, las estrategias de afrontamiento al estrés y el aprendizaje autorregulado durante las clases virtuales en la pandemia por el Covid-19 en 1290 estudiantes de una universidad mexicana. Los resultados mostraron que la mayoría de los estudiantes contaban con un espacio propio para poder seguir realizando sus actividades académicas de manera remota, tenían acceso a internet, computadoras y demás dispositivos electrónicos, los cuales son condiciones favorables para el buen desempeño de la educación virtual. Asimismo, los investigadores llegaron a la conclusión que reevaluar positivamente las situaciones y la focalización basada en la solución del problema son aquellas estrategias que favorecen más al aprendizaje autorregulado. Siguiendo la misma línea, se encontró que se tienen que tomar en consideración las emociones de los estudiantes para evaluar su involucramiento y desempeño académico. Por último, determinaron que contar con la capacidad para manejar situaciones de sobrecarga de asignaturas, la conectividad a las clases virtuales y acceder a las herramientas tecnológicas necesarias, reducen considerablemente el riesgo de sentirse personas vulnerables.

Igualmente, Saleem y Akram (2018) realizaron una investigación donde exploraron la relación entre el estrés académico, el bienestar psicológico y el rendimiento académico en 350 estudiantes de una universidad de Pakistán. Dentro de este estudio, se utilizó la Educational Stress Scale for Adolescents (ESSA) para evaluar el estrés académico, la Psychological Well-Being Scale (PWBS) para medir el bienestar psicológico y para el desempeño académico, se utilizaron los puntajes obtenidos en sus exámenes. Los resultados evidenciaron que los estudiantes con menores niveles de estrés académico tenían mayor bienestar psicológico, asimismo, se concluyó que los diferentes factores del estrés pueden ser predictores significativos en el desempeño académico. Por último, se encontró que el estrés académico disminuye el desempeño académico, mientras que el bienestar psicológico lo aumenta.

Siguiendo la misma línea, Tumonggor et al. (2021) estudiaron la relación entre el estrés y el rendimiento académico de los alumnos de la promoción 2017-2019 de Fkik Ukrida durante la pandemia por el Covid-19. Los resultados mostraron que durante el Covid-19 los estudiantes sintieron un nivel de estrés moderado debido a las condiciones de conectividad que presentaron. Asimismo, los resultados evidenciaron que el estrés puede aumentar debido a factores como las evaluaciones, tiempo limitado para aprender, mucha información para estudiar; la falta de tiempo para recrearse, falta de guía parental con respecto al desempeño académico, la carga académica y el nivel de capacidad de adaptación de los estudiantes. Por último, se obtuvo que los estudiantes consiguieron un buen desempeño académico, lo que puede verse explicado en condiciones idóneas para el estudio en entornos virtuales, adquisición de herramientas digitales y la posibilidad de usar diversos aparatos electrónicos para completar tareas.

De igual manera, León et al. (2019) realizaron un estudio sobre el estrés, la autoeficacia y el rendimiento académico en adultos emergentes, en 288 estudiantes de una universidad de México y tuvo como objetivo explorar si las variables previamente mencionadas tenían alguna relación con la resiliencia. Se utilizaron como instrumentos The Inventory of Academic Stress (SISCO), la Escala de Autoeficacia en Conductas Académicas (EACA), The Resilience Questionnaire y los puntajes académicos. Como resultado, se obtuvo que los participantes presentaron un nivel moderado de estrés, de desempeño académico y de resiliencia, mientras que la autoeficacia fue satisfactoria. Por último, se concluyó que niveles elevados de estrés académico se encuentran asociados con niveles más bajos de resiliencia y por el contrario, niveles altos de autoeficacia se encuentran relacionados con un mejor desempeño académico y niveles elevados de resiliencia.

Por otro lado, Lin et al. (2020) realizaron una investigación con el objetivo de estudiar el grado y las fuentes de estrés en estudiantes de una universidad de China. Los participantes presentaron niveles de estrés moderado, los cuales fueron provocados por las diferentes presiones, las creencias de autoeficacia y la sobrecarga de trabajos, demostrando así, que a mayores niveles de estrés menor desempeño académico.

Oducado y Estoque (2021) realizaron una investigación con la finalidad de conocer el estrés, la satisfacción y el desempeño académico en 108 estudiantes de enfermería en Filipinas. Se obtuvo como conclusión que la mayoría de los participantes usaban celulares y laptops para conectarse a las clases virtuales y así también contaban con conectividad estable. Asimismo, los evaluados consideraron el aprendizaje virtual como estresante y obtuvieron un bajo nivel de satisfacción hacia los entornos virtuales.

Siguiendo la misma línea, la mayoría de los estudiantes confirmaron que es más complicado concentrarse durante las clases virtuales a comparación de la enseñanza presencial y su desempeño empeoró desde que las clases presenciales fueron canceladas. Por otro lado, se obtuvo que niveles mayores de estrés llevan a un nivel bajo de satisfacción y disminuye el desempeño académico. Los resultados revelaron que los estudiantes de enfermería consideraron que el aprendizaje en línea durante el brote de Covid-19 era estresante (44,4%) y muy estresante (47,2%). Además, los estudiantes de enfermería estaban poco satisfechos (37%) y moderadamente satisfechos (46,3%) con el aprendizaje en línea durante el brote de Covid-19. El desempeño académico de los estudiantes de enfermería fue afectado por la pandemia de Covid-19 y dio lugar a un desempeño académico de bajo (37%) a regular (50%).

Así también, Sharififard et al. (2020) realizaron una investigación que tuvo como objetivo analizar la relación entre motivación, autoeficacia, estrés y desempeño académico con burnout académico en 264 estudiantes de enfermería y paramédicos de una universidad en Irán. En cuanto a los instrumentos de medición que se usaron, se encuentran Maslach's Burnout Questionnaire, Academic Stress Questionnaire y los puntajes académicos en el semestre de estudio. En esta investigación se concluyó que el estrés y el desempeño académico se encuentran relacionados con el burnout académico. Este estrés puede verse afectado debido a los diferentes roles que una persona debe adaptar en su vida y también, en su espacio familiar, así como la incapacidad de establecer un balance entre el trabajo y el hogar. Por último, mencionan la importancia de la motivación académica y postulan que la habilidad de los profesores para enseñar, usar los métodos adecuados, prestar atención y atender el currículo, son relevantes para el desempeño.

En último lugar, Co et al. (2021) realizaron un estudio transversal de casos y controles sobre el estrés psicosocial de los estudiantes de medicina durante la pandemia de Covid-19 en Hong Kong. Los resultados de la investigación revelaron que los casos informaron mayores niveles de estrés en todos los ámbitos, específicamente en relación con el riesgo de contagio, el aislamiento social, las relaciones interpersonales con familiares, compañeros de universidad y profesores, la vida académica y vida sexual. Además, el 100% de los participantes percibieron su experiencia académica durante la pandemia como "muy" o "extremadamente" estresante. Por último, el aumento del estrés académico y de estudio durante la pandemia se asoció con un peor resultado en el examen final.

Cabe señalar, que se utilizó un instrumento creado recientemente en el contexto de la pandemia por el Covid-19, si bien es cierto en la investigación realizada por Co et al. (2021) menciona que utilizaron Chi cuadrado como medida de validez, no especifican el coeficiente, por lo que Zurlo et al. (2020) menciona que el instrumento Covid-19 Student Stress Questionnaire (CSSQ), en cuanto a su confiabilidad, cuenta con un alfa de Cronbach de .71; y por otro lado, se observa que en la Validez Convergente, la totalidad de cargas factoriales estandarizadas del instrumento CSSQ fueron  $> 0.5$  y estadísticamente significativas.

## CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN

La presente investigación tuvo como propósito identificar la relación del estrés y el desempeño académico en estudiantes de educación superior. Por un lado, se encontró dicha relación mediante variables moderadoras. Por otro lado, se analizaron diversos factores que originan el estrés en los estudiantes y, por último, se identificaron resultados que difieren con lo encontrado previamente.

Gaeta et al. (2021), Ocaña-Moral et al. (2021) y León et al. (2019) en sus estudios encontraron resultados sobre la relación entre el estrés y el desempeño académico mediante cuatro variables moderadoras. Entre dichas variables se encuentran la satisfacción de vida, las herramientas de afrontamiento ante el estrés percibido, la resiliencia y la autoeficacia. De esta manera, sobre la primera variable descrita se encuentra que a mayor satisfacción de vida, menor estrés y mayor desempeño académico. Con respecto al afrontamiento al estrés se obtuvo que, al tener mayores y mejores estrategias para afrontarlo, el desempeño académico de los alumnos aumenta. En lo que concierne a la resiliencia, se observó que niveles elevados de estrés se relacionan con niveles más bajos de resiliencia. Por último, en relación con la autoeficacia, se analizó que niveles altos se encuentran asociados con un mejor desempeño académico.

Asimismo, al realizar el análisis de las diez investigaciones seleccionadas se detectó una relación entre el estrés percibido durante la pandemia por el Covid-19 y el desempeño académico de los estudiantes de educación superior. De esta manera, en base a todas las investigaciones seleccionadas para el presente trabajo se encuentran varios factores del estrés en pandemia que afectan al desempeño de los estudiantes. Entre ellos se encuentran la carga académica, el desenvolvimiento del estudiante, el espacio propio para realizar sus actividades académicas, la posibilidad de contar con internet estable, computadoras u otros aparatos electrónicos, carencia de conocimiento tecnológico y la incapacidad de manejar situaciones de sobrecargas en las asignaturas (Sánchez-Cabrero et al., 2021; Ocaña-Moral et al., 2021; Gaeta et al., 2021; Saleem y Akram, 2018; Tumonggor et al.,

2021; León et al., 2019; Lin et al., 2020; Oducado y Estoque, 2021; Sharififard et al., 2020; Co et al., 2021).

De igual manera, se obtuvieron elementos que fueron causantes del estrés como los constantes exámenes virtuales, el tiempo limitado para el aprendizaje, mucha información para estudiar, la falta de tiempo para divertirse, la carencia de una guía parental en el desempeño de sus hijos y la incapacidad de adaptación de los estudiantes. Al igual que los diferentes roles que las personas necesitaron adaptar en su vida simultáneamente, la vida académica y la vida sexual, el desbalance entre las funciones del hogar y el trabajo, el riesgo al contagio, el confinamiento social y las relaciones interpersonales tanto con los familiares, como con los compañeros de estudio y los profesores (Sánchez-Cabrero et al., 2021; Ocaña-Moral et al., 2021; Gaeta et al., 2021; Saleem y Akram, 2018; Tumonggor et al., 2021; León et al., 2019; Lin et al., 2020; Oducado y Estoque, 2021; Sharififard et al., 2020; Co et al., 2021).

En otro sentido, las condiciones que contribuyeron a mejorar el desempeño académico fueron la motivación interna, las habilidades de los profesores para enseñar y emplear metodologías virtuales adecuadas con la finalidad de retener la atención de los alumnos (Sánchez-Cabrero et al., 2021; Ocaña-Moral et al., 2021; Gaeta et al., 2021; Saleem y Akram, 2018; Tumonggor et al., 2021; León et al., 2019; Lin et al., 2020; Oducado y Estoque, 2021; Sharififard et al., 2020; Co et al., 2021).

Por otro lado, se aprecia discrepancia en cuatro investigaciones con respecto a las demás seleccionadas. En una se menciona que el nivel de estrés de los alumnos era similar entre el grupo que rendía evaluaciones de forma presencial antes de pandemia con el grupo que lo realizaba en un entorno virtual durante el confinamiento, así se pudo evidenciar que los 919 estudiantes de un grupo que asistía a clases remotas obtuvieron mejores calificaciones incrementando el 10%, esto debido a que los docentes no contaban con conocimiento adecuado para diseñar evaluaciones remotas y realizaban éstas más sencillas (Sánchez-Cabrero et al., 2021). De igual manera, en las investigaciones realizadas por Gaeta et al. (2021), Tumonggor et al. (2019) y Oducado y Estoque (2021) se examinó que la mayoría de los estudiantes empleaban su celular y laptop para poder realizar las clases remotas y, además, casi todos contaban con acceso a internet y

conectividad estable para sus sesiones virtuales mediante sus dispositivos electrónicos. Sin embargo, estos resultados difieren considerablemente con la información recopilada, la cual refleja números elevados de estudiantes que no cuentan con accesibilidad a las herramientas digitales ni con la posibilidad de una conexión a internet (UNESCO, 2020).

Si bien todavía continúa la discusión sobre la relación del estrés durante el confinamiento por Covid- 19 en el desempeño académico de los estudiantes de educación superior, la evidencia empírica demuestra que existe una influencia entre dichas variables. Por lo tanto, estos hallazgos tienen implicancias significativas en el ámbito de la psicología educativa. Las investigaciones analizadas pueden servir para mostrar la relevancia del estudio de los factores que han influenciado en el estrés de los estudiantes durante el aislamiento, con la finalidad de identificar aquellas variables y prevenir un desenlace negativo en el desempeño académico. En ese marco, se resalta la importancia de esta investigación para la formación de estrategias específicas de abordaje para el estrés en la educación remota.

Sin embargo, este trabajo presenta limitaciones relevantes a tomar en cuenta. El número de artículos es reducido, debido que la pandemia por Covid-19 es un hecho sin precedentes por lo que no existen investigaciones previas. Adicionalmente, la medición de la variable desempeño académico representaría una limitación para el estudio ya que en las investigaciones toman en consideración los puntajes académicos de los alumnos de educación superior para evaluar el desempeño. Syah (2013) acota que el desempeño académico es el entendimiento de un conjunto de conocimientos y habilidades que la persona desarrolla y adquiere mediante el aprendizaje y este concepto es usualmente evaluado mediante los resultados obtenidos de evaluaciones (como se citó en Tumonggor et al., 2021). De igual forma, una limitación es el diseño cualitativo de las investigaciones analizadas y desestimadas, debido a que explorar el estrés en tiempos de pandemia es algo reciente y los diversos estudios emplearon encuestas o entrevistas como instrumentos y herramientas de evaluación del estrés.

Por otra parte, los resultados de la revisión permiten proponer algunas recomendaciones para la investigación futura en este campo. En ese aspecto, como futuras líneas de investigación, se incentiva a realizar estudios en el Perú que tengan

como objetivo explicar la relación entre el estrés y el desempeño académico en estudiantes de educación superior durante el aislamiento. Por otro lado, se plantea desarrollar estudios que exploren los factores que han menoscabado en el bienestar psicológico de los estudiantes debido al estrés tanto académico como del entorno social y familiar durante las clases remotas y la nueva normalidad por el Covid-19.

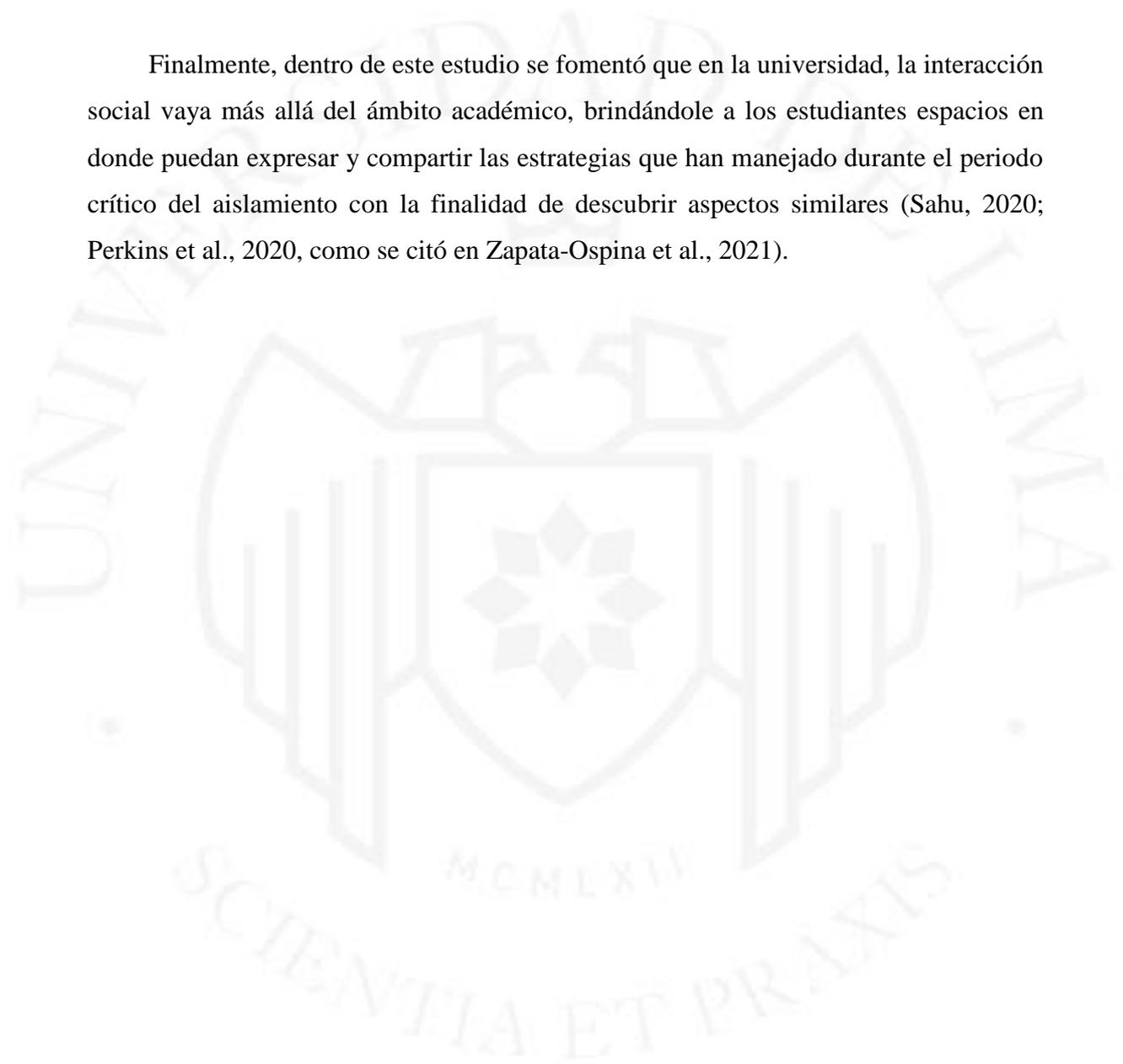
Con relación a lo planteado previamente, en el presente estudio se propone un abordaje para el estrés en los estudiantes en una educación a distancia. Para tal finalidad, en primera instancia se plantea realizar una evaluación con herramientas psicológicas sobre el estrés, con el objetivo de identificar el nivel en el que se encuentran los estudiantes y en base a ello, proponer estrategias para afrontarlo. De esta manera, se sugiere realizar un plan de intervención en el departamento psicológico de las instituciones de educación superior, en donde se ejecuten talleres adecuados para los estudiantes sobre las habilidades sociales y herramientas de control emocional que ayuden a afrontar la carga de estrés en tiempos de pandemia.

Adicional a ello, se plantea brindar espacios recreativos para el alumnado, con el fin de realizar actividades de socialización para fortalecer el vínculo y mejorar la interacción virtual, tratando de suplir las necesidades de una educación presencial ante una virtual, o círculos en los cuales se desarrollen temas de interés como teatro, deporte, entre otras opciones. Por último, se plantea ofrecer espacios de consejería psicológica para atender situaciones de carácter urgente por parte del estudiante que lo requiera en un momento de desborde emocional. En ese sentido, se busca proponer un abordaje que abarque el estrés que representan las clases virtuales por el confinamiento y evitar un bajo desempeño académico garantizando un mejor aprendizaje.

Este tipo de programas de intervención también han sido propuestos por Zapata-Ospina et al. (2021) en su estudio, en donde plantea estructurar estrategias de promoción y prevención de la salud mental, como la psicoeducación, en donde se busca brindar sugerencias para el bienestar y ofrecer información sobre los tipos de afrontamiento al estrés y las crisis.

Asimismo, se propone brindar información a los estudiantes en donde se ofrezcan consejos para mantener estilos de vida saludable en la pandemia, herramientas para afrontar el confinamiento y los signos de alarma que requieren atención profesional (Ibáñez-Vizoso et al.,2020; Student Mind, 2020, como se citó en Zapata-Ospina et al., 2021).

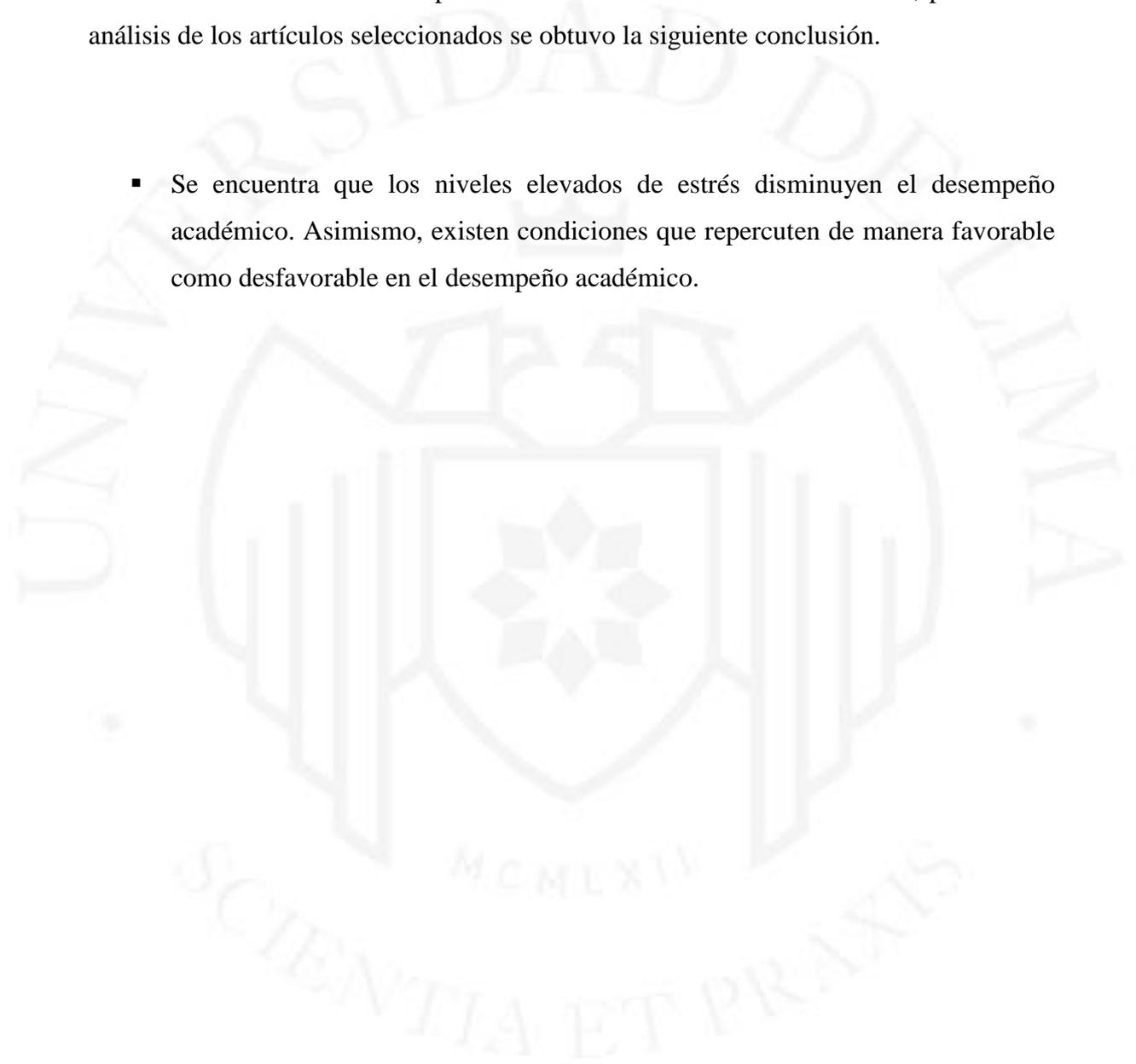
Finalmente, dentro de este estudio se fomentó que en la universidad, la interacción social vaya más allá del ámbito académico, brindándole a los estudiantes espacios en donde puedan expresar y compartir las estrategias que han manejado durante el periodo crítico del aislamiento con la finalidad de descubrir aspectos similares (Sahu, 2020; Perkins et al., 2020, como se citó en Zapata-Ospina et al., 2021).



## CONCLUSIONES

El objetivo de este trabajo fue identificar la relación del estrés y el desempeño académico en estudiantes de educación superior durante el Covid-19. En ese sentido, posterior al análisis de los artículos seleccionados se obtuvo la siguiente conclusión.

- Se encuentra que los niveles elevados de estrés disminuyen el desempeño académico. Asimismo, existen condiciones que repercuten de manera favorable como desfavorable en el desempeño académico.



## REFERENCIAS

- Álvarez, L., Gallegos, R. y Herrera, P. (2018). Estrés académico en estudiantes de Tecnología Superior. *Universitas*, 28, 193-209. <https://dx.doi.org/10.17163/uni.n28.2018.10>
- Carranco, S. y Pando, M. (2019). Estrés laboral. *Pienso en Latinoamérica*, 2(3),44-52. <https://www.piensoenlatinoamerica.org/storage/pdf-articles/1625029407-5%20Ensayo.pdf>
- Co, M., Kay, M., Ashok, A., Yan, V., Yi, E. y Sheung, K. (2021). Cross-sectional case-control study on medical students' psychosocial stress during COVID-19 pandemic in Hong Kong. *Heliyon*, 7, 1-5. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2021.e08486>
- Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL)/Organización Internacional del Trabajo (OIT) (2020). "El trabajo en tiempos de pandemia: desafíos frente a la enfermedad por coronavirus (COVID-19)", *Coyuntura Laboral en América Latina y el Caribe*, 22. <https://www.cepal.org/es/presentaciones/trabajo-tiempos-pandemia-desafios-frente-la-enfermedad-coronavirus-covid-19>
- Contraloría General de la República. (2021). *Más del 32% de alumnos en 17 regiones no habría obtenido resultados satisfactorios en el 2020*. <https://www.gob.pe/institucion/contraloria/noticias/483177-mas-del-32-de-alumnos-en-17-regiones-no-habria-obtenido-resultados-satisfactorios-en-2020>
- Cruz, N., Gonzáles, M. y Vanegas, M. (2018). Modelo Estructural para explicar el bruxismo desde la teoría transaccional del estrés. *Ansiedad y estrés*, 24, 53-59. <https://doi.org/10.1016/j.anyes.2018.03.002>
- De la Fuente, J., Pachón, M., Santos, F., Peralta, F., Gonzáles, M., Artuch-Grade, R., Paoloni, P. y Gaetha, M. (2021). How has the COVID-19 crisis affected the academic stress of university students? The role of teachers and students. *Front Psychology*, 12,1-16. <https://dx.doi.org/10.3389/fpsyg.2021.626340>
- Díaz-Quezada, V., Poblete-Letelier, Á. y Gallardo-González, M. (2019). Rediseño curricular por competencias: experiencia en la formación inicial universitaria en Chile. *Revista Iberoamericana de Educación Superior*, 27(10), 72-91. <http://www.scielo.org.mx/pdf/ries/v10n27/2007-2872-ries-10-27-72.pdf>
- Estrada, E., Mamani, M., Gallegos, N., Mamani, H. y Zuluaga, M. (2021). Estrés académico en estudiantes universitarios peruanos en tiempos de la pandemia del Covid-19. *Artículos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 40(1), 88-93. <http://doi.org/10.5281/zenodo.4675923>
- Gaeta, M., Gaeta, L. y Rodríguez, M. (2021). The impact of Covid-19 home confinement on mexican university students: emotions, coping strategies, and self-regulated learning. *Frontiers in Psychology*, 12, 1-12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.642823>

- Gamarra, L. (2020). Entre escila y caribdis: Pobreza y desempleo Post-covid-19 en el Perú y el entorno Latinoamericano. *Revista Laborem*, 24, 471-496. <https://www.spdtss.org.pe/sites/default/files/libros/laborem24.pdf#page=471>
- García-Rey, T. (2020). Impacto del COVID-19 en la educación. *Acta de Otorrinolaringología y Cirugía de Cabeza y Cuello*, 48(2), 131-132. <http://52.32.189.226/index.php/acorl/article/view/544/449>
- García, P., Priego, L. y Romero, T. (2021). Educación y COVID-19: un estudio internacional de políticas educativas. *Congreso Nacional de Investigación Educativa*, 1-10. <https://www.comie.org.mx/congreso/memoriaelectronica/v16/doc/1383.pdf>
- Guerrero-Rojas, J. (2021). Impacto ambiental de la pandemia de la Covid-19. *Revista Científica de Biología y Conservación*, 1(1), 6-17. <http://innovabiologysciences.org/index.php/IBS/article/view/2/2>
- Incháustegui, J. (2018). La base teórica de las competencias en educación. *La Revista Venezolana de Educación*, 23(74), 57-67. <https://www.redalyc.org/journal/356/35657597006/html/>
- Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI). (2020). *Estado de la niñez y adolescencia*. [https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/boletines/03-informe-tecnico-n03\\_ninez-y-adolescencia-abr-may-jun2020.pdf](https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/boletines/03-informe-tecnico-n03_ninez-y-adolescencia-abr-may-jun2020.pdf)
- Instituto Peruano de Economía (IPE). (2021). *Conectividad: el reto para la educación virtual en el sur en el 2021*. <https://www.ipe.org.pe/portal/conectividad-el-reto-para-la-educacion-virtual-en-el-sur-en-el-2021/>
- Kifle, Y. y Aja, R. (2021). Assessment of Learning Outcomes in Higher Education: Review of Literature. *International Journal of Research Publications*, 71(1), 69-76. <https://doi.org/10.47119/IJRP100711220211766>
- Leon, A., Gonzáles, S., Arratia, N. y Barcelata, B. (2019). Stress, self-efficacy, academic achievement, and resilience in emerging adults. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 17(1), 129-148. <https://eds.s.ebscohost.com/eds/detail/detail?vid=0&sid=7e9c2519-386d-4015-8c2f7f4b199418b9%40redis&bdata=Jmxhbmc9ZXMmc2l0ZT1lZHMtbGl2ZQ%3d%3d#AN=150118038&db=eue>
- Lin, X., Zhang, C., Yang, S., Hsu, M., Cheng, H. Chen, J. y Yu, H. (2020). Stress and its association with academic performance among dental undergraduate students in Fujian, China: a cross-sectional online questionnaire survey. *BMC Medical Education*, 20(181), 1-9. <https://doi.org/10.1186/s12909-020-02095-4>
- Ministerio de Educación. (2019). *PISA: Perú sigue siendo el país de América Latina que muestra mayor crecimiento histórico en matemática, ciencia y lectura*. <http://umc.minedu.gob.pe/pisa-peru-sigue-siendo-el-pais-de-america-latina-que-muestra-mayor-crecimiento-historico-en-matematica-ciencia-y-lectura/>
- Morales-Rodriguez, F. (2021). Fear, stress, resilience and coping strategies during COVID-19 in Spanish University Students. *Sustainability*, 13(11), 1-19. <https://dx.doi.org/10.3390/su13115824>
- Ocaña-Moral, M., Gavín.Chocano, Ó., Pérez-Navío, E. y Martínez-Serrano, M. (2021). Relationship among Perceived stress, Life satisfaction and Academic

- performance of Education Science students of the University of Jaén after the Covid-19 pandemic. *Education Sciences*, 11(12), 1-15. <https://doi.org/10.3390/educsci11120802>
- Oducado, R. y Estoque, H. (2021). Online Learning in Nursing Education during the COVID-19 Pandemic: Stress, Satisfaction and Academic Performance. *Journal of Nursing Practice*, 4(2), 143-153. <http://doi.org/10.30994/jnp.v4i2.128>
- Organización Internacional del Trabajo (OIT). (2020). *Perú: Impacto de la Covid-19 en el empleo y los ingresos laborales*. [https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/--americas/--ro-lima/documents/publication/wcms\\_756474.pdf](https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/--americas/--ro-lima/documents/publication/wcms_756474.pdf)
- Page, M., McKenzie, J., Bossuyt, P., Boutron, I., Hoffmann, T., Mulrow, C., Shamseer, L., Tetzlaff, J., Akl, E., Brennan, S., Chou, R., Glanville, J., Grimshaw, K., Hrobjartsson, A., Lalu, M., Li, T., Loder, E., Mayo-Wilson, E., McDonald, S.,... Moher, D. (2021). Declaración PRISMA 2020: una guía actualizada para la publicación de revisiones sistemáticas. *Revista Española de Cardiología*, 74(9), 790-799. <https://doi.org/10.1016/j.recesp.2021.06.016>
- Ramírez-Ortiz, J., Castro-Quintero, D., Lerma-Córdoba, C., Yela-Ceballos, F. y Escobar-Córdoba, F. (2020). Consecuencias e la pandemia de la COVID-19 en la salud mental asociadas al aislamiento social. *Colombian Journal of Anesthesiology*, 48(4), 1-8. <https://doi.org/10.5554/22562087.e930>
- Robles, A., Junto, J. y Martínez, V. (2021). Conflictos familiares y económicos en universitarios en confinamiento social por Covid-19. *CuidArte*, 10(19), 43-57. <http://dx.doi.org/10.22201/fesi.23958979e.2021.10.19.78045>
- Salazar, I. y Heredia, Y. (2019). Estrategias de aprendizaje y desempeño académico en estudiantes de Medicina. *Educación Médica*, 20(4), 256-262. <https://doi.org/10.1016/j.edumed.2018.12.005>
- Saleem, A., y Akram, B. (2018). Academic stress, psychological well-being and academic achievement among college students. *Pakistan Journal of Psychology*, 49 (1), 29-38. <https://web.s.ebscohost.com/ehost/detail/detail?vid=2&sid=66f9847d-6413-49e7-a853-291a5565f3a1%40redis&bdata=Jmxhbmc9ZXMmc2l0ZT1laG9zdC1saXZl#AN=152533095&db=a9h>
- Sánchez-Cabrero, R., Casado-Pérez, J., Arigita-García, A., Zubiaurre-Ibañez, E., Gil-Preja, D. y Sánchez-Rico, A. (2021). E-Assessment in E-learning Degrees: Comparison vs. Face-to-face Assessment through Perceived Stress and Academic Performance in a Longitudinal Study. *Applied Sciences*, 11(16), 1-15. <https://doi.org/10.3390/app11167664>
- Serrano-Díaz, N., Aragón-Mendizábal, E. y Mérida-Serrano, R. (2022). Families' perception of children's academic performance during the COVID-19 lockdown. *Comunicar*, 70(30), 59-68. <https://doi.org/10.3916/C70-2022-05>
- Sharififard, F., Asayesh, H., Mohammad, M. y Sepahvandi, M. (2020). Motivation, self-efficacy, stress and academic performance correlation with academic burnout

- among nursing students. *Journal of Nursing and Midwifery Sciences*, 7(2), 88-93. [https://doi.org/10.4103/jnms.jnms\\_30\\_19](https://doi.org/10.4103/jnms.jnms_30_19)
- Tumonggor, D., Sri, Y., Evan, E. y Dewi, S. (2021). Relationship between stress and academic performance among students in Fkik Ukrida Class of 2017-2019 during Covid-19 pandemic. *Dinasti International of Education management and Social Science*, 2(6), 940- 953. <https://doi.org/10.31933/dijemss.v2i6>
- UNESCO. (2020). *El sistema educativo peruano: buscando la calidad y la equidad durante los tiempos de Covid-19*. <https://es.unesco.org/news/sistema-educativo-peruano-buscando-calidad-y-equidad-durante-tiempos-covid-19>
- Vilela, P., Sánchez, J. y Chau, C. (2021). Desafíos de la educación superior en el Perú durante la pandemia por la Covid-19. *Desde el Sur*, 13(2), 1-11. <https://dx.doi.org/10.21142/DES-1302-2021-0016>
- Wahee, A., Kaleem, K. y Ullah, O. (2021). Psychological effects of quarantine during Covid-19: Students attitudes toward their academics. *Elementary Education Online*, 20(3), 94-103. <https://dx.doi.org/10.17051/ilkonline.2021.03.09>
- Zapata-Ospina, J., Patiño-Lugo, D., Vélez, C., Campos-Ortiz, S., Madrid-Martínez, P., Pemberthy-Quintero- S., Pérez-Gutiérrez, A., Ramírez-Pérez, P. y Vélez-Marín, V. (2021). Intervenciones para la salud mental de estudiantes universitarios durante la pandemia por COVID-19: una síntesis crítica de la literatura. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 50(3), 199-213. <https://doi.org/10.1016/j.rcp.2021.04.007>
- Zurlo, M., Cattaneo, M. y Vallone, F. (2020). Covid-19 Students Stress Questionnaire: Development and validation of a Questionnaire to evaluate students' stressors related to the Coronavirus Pandemic Lockdown. *Frontiers in Psychology*, 11, 1-11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.576758>