



Pontificia Universidad  
Católica del Ecuador | Sede  
Ambato

## **ESCUELA DE PSICOLOGÍA**

### **Tema:**

**ESTRÉS ACADÉMICO Y SATISFACCIÓN FAMILIAR EN MADRES  
UNIVERSITARIAS DURANTE CUARENTENA POR COVID-19.**

**Proyecto de investigación previo a la obtención del título de Psicóloga Clínica**

### **Líneas de Investigación:**

Desarrollo humano y salud mental

### **Autora:**

María José Gallo Villacrés

### **Directora:**

Dra. Juana Rosario Lara Machado, Mg.

**Ambato - Ecuador**

**Mayo 2022**

**PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DEL ECUADOR SEDE AMBATO**  
**HOJA DE APROBACIÓN**

**Tema:**

**ESTRÉS ACADÉMICO Y SATISFACCIÓN FAMILIAR EN MADRES  
UNIVERSITARIAS DURANTE CUARENTENA POR COVID-19**

**Línea de Investigación:**

Desarrollo humano y salud mental

**Autora:**

María José Gallo Villacrés

Juana Rosario Lara Machado, Ps. Mg.

**CALIFICADOR**

Sandra Elizabeth Santamaría Guisamana, Ps. Mg.

**CALIFICADOR**

Narciza de Jesús Villegas Villacres, Mg.

**CALIFICADOR**

Varna Hernández Junco, Ph.D.

**DIRECTORA DE LA ESCUELA DE PSICOLOGÍA**

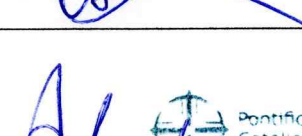
Hugo Rogelio Altamirano Villarroel, Dr.

**SECRETARIO GENERAL PUCESA**

f. 

f. 

f. 

f. 

f. 

  
Pontificia Universidad  
Católica del Ecuador  
**SECRETARÍA GENERAL  
PROCURADURÍA**

**Ambato – Ecuador**

**Mayo 2022**



BIBLIOTECA

## DECLARACIÓN DE RESPONSABILIDAD Y AUTENTICIDAD

Yo: **MARÍA JOSÉ GALLO VILLACRÉS**, con **C.I. 0503324659**, autora del trabajo de graduación titulado: “ESTRÉS ACADÉMICO Y SATISFACCIÓN FAMILIAR EN MADRES UNIVERSITARIAS DURANTE CUARENTENA POR COVID-19” previo a la obtención del título profesional de **PSICÓLOGA CLÍNICA**, en la escuela de **PSICOLOGÍA**.

1. Declaro tener pleno conocimiento de la obligación que tiene la Pontificia Universidad Católica del Ecuador, de conformidad con el artículo 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior, de entregar a la SENESCYT en formato digital una copia del referido trabajo de graduación para, que sea integrado al Sistema Nacional de Información de la Educación Superior del Ecuador para su difusión pública respetando los derechos de autor.
2. Autorizo a la Pontificia Universidad Católica del Ecuador a difundir a través del sitio web de la Biblioteca de la PUCE Ambato, el referido trabajo de graduación, respetando las políticas de propiedad intelectual de Universidad.

Ambato, mayo 2022



**MARÍA JOSÉ GALLO VILLACRÉS**

**C.I. 0503324659**

**DEDICATORIA**

Dedico esta tesis a mi hijo Martin, gracias a ti he decidido subir un escalón más y crecer como persona y profesional. Espero que un día comprendas que te debo lo que soy ahora y que este logro sirva de herramienta y ejemplo para guiar cada uno de tus pasos.

## **AGRADECIMIENTO**

Agradezco a Dios por guiarme en cada momento y permitirme concluir esta etapa de mi vida.

A mi papá por jamás dejar de apoyarme, a mi madre por ser mi motor y mi mayor inspiración, que a través de su amor y buenos valores me ayudo a trazar mis caminos.

A mi esposo por ser el apoyo incondicional en mi vida, a mi hijo por inspirarme con su sonrisa a continuar día a día.

## RESUMEN

Los estudios realizados con respecto al estrés académico en estudiantes universitarias dan lugar al entendimiento de que varios factores son predisponentes para su presencia. En base a esto se observó de manera no sistematizada en un segmento de madres universitarias, actitudes favorables ante la posibilidad de sufrir estrés académico, frecuentes síntomas físicos como cefaleas o cansancio excesivo e injustificado, rigidez en cuello y mandíbula, malestares estomacales y quejas constantes de dificultad para conciliar y mantener el sueño. Así, la investigación tuvo como objetivo general determinar la relación existente entre el estrés académico en madres universitarias y la satisfacción familiar en cuarentena por covid-19; para esto se realizó un estudio cuantitativo, con alcance descriptivo correlacional y de corte transversal en una muestra de madres universitarias de la ciudad de Ambato, a quienes se les aplicó los siguientes instrumentos: Inventario SISCO de Estrés Académico y la escala ESFA de Satisfacción Familiar. Se observó que, las personas que obtuvieron puntajes de estrés académico alto, factores de estrés variados, estrategias de afrontamiento nulas, también, presentaron niveles de satisfacción familiar bajo y muy bajo. Se comprobó una relación positiva inversa entre el estrés académico en madres universitarias y la satisfacción familiar en cuarentena por covid-19.

**Palabras clave:** estrés académico, madre, estudiantes, satisfacción familiar.

## **ABSTRACT**

Studies carried out regarding academic stress in university students give rise to the understanding that several factors are predisposing for its presence. Based on this, it was observed in an unsystematised way in a segment of university mothers, favourable attitudes towards the possibility of suffering academic stress, frequent physical symptoms such as headaches or excessive and unjustified fatigue, stiff neck and jaw, stomach discomfort and constant complaints of Difficulty falling asleep and staying asleep. Thus, the general objective of the research was to determine the relationship between academic stress in university mothers and family satisfaction in quarantine due to covid-19. For this, a quantitative study was carried out, with a correlational and cross-sectional descriptive scope in a sample of university mothers from the city of Ambato, to whom the following instruments were applied: SISCO Inventory of Academic Stress and the ESFA Family Satisfaction Scale. It was observed that people who obtained high academic stress scores, varied stressors, and null coping strategies, also presented low and very low levels of family satisfaction. It was found that there is an inverse positive relationship between academic stress in university mothers and family satisfaction in quarantine due to covid-19.

**Key words:** academic stress, mother, students, family satisfaction.

## ÍNDICE

DECLARACIÓN DE RESPONSABILIDAD Y AUTENTICIDAD .....	iii
DEDICATORIA .....	iv
AGRADECIMIENTO .....	v
RESUMEN .....	vi
ABSTRACT .....	vii
INTRODUCCIÓN .....	1
CAPITULO I. ESTADO DEL ARTE Y LA PRÁCTICA.....	5
1.1. Estrés académico.....	5
1.1.1. Antecedentes Investigativos del estrés académico.....	6
1.1.2. Perspectivas teóricas del Estrés.....	9
1.1.4. Tipos de estrés.....	11
1.1.5. Causas del Estrés Académico .....	13
1.1.6. Fases del estrés académico .....	15
1.1.7. Síntomas del estrés académico.....	15
1.2.1. La Familia .....	19
1.2.5. Antecedentes Investigativos sobre la Satisfacción Familiar.....	26
1.2.6. Conceptos Generales de la Satisfacción Familiar .....	28
CAPITULO II. DISEÑO METODOLÓGICO.....	29
2.1. Paradigma .....	30
2.2. Población y muestra .....	33
2.3. Técnicas e Instrumentos .....	35
CAPÍTULO III. RESULTADOS.....	39
3.1. Análisis estadístico del Estrés Académico .....	39
3.2. Análisis estadístico de la Satisfacción Familiar .....	49
CONCLUSIONES .....	52
RECOMENDACIONES .....	53
BIBLIOGRAFÍA .....	54
ANEXOS.....	66
Consentimiento Informado.....	66
Ficha Sociodemográfica.....	67
Inventario SISCO de Estrés Académico .....	68
Escala de Satisfacción Familiar por Adjetivos .....	71

## INTRODUCCIÓN

Los estudios en referencia al Estrés Académico constituyen una gran fuente de exploración dentro de los distintos campos de Estrés que, actualmente, se investigan en la Psicología. En la investigación realizada por Castillo, Chacón y Díaz (2016) en Chile, en la que se busca evaluar ansiedad y fuentes de estrés académico en estudiantes de carreras de la salud. El diseño utilizado fue de tipo descriptivo con un corte transversal, para lo cual se contó con una muestra de 173 estudiantes que cursaban el segundo año de enfermería y Tecnología Médica. Así, Toribio y Franco (2016), en un estudio realizado en México para identificar los factores estresores desencadenantes del estrés académico utilizó una muestra de 60 estudiantes universitarios de la carrera de Enfermería. Del total de la población el 48,80% fue de sexo femenino. Dentro de los resultados se indican que los principales estresores del estrés académico que los estudiantes presentan son: los exámenes, la sobrecarga de tareas, la personalidad y el carácter del profesor.

Para la variable de satisfacción familiar se encontró que, Quezada, Zavala y Lenti (2015) elaboraron un estudio en Perú en mujeres jóvenes en donde se aplicó la Escala de Satisfacción Familiar por Adjetivos (ESFA) en una muestra de 85 estudiantes mujeres. Dentro de los resultados se revela, que se halló un alto nivel de Satisfacción Familiar, lo que refleja que los sentimientos despertados mientras se encuentran con su propia familia se orientan hacia los polos más favorables; existe agrado, apoyo, tranquilidad, bienestar, respeto y comprensión entre la familia. de igual manera, en un estudio realizado por Villarreal y otros (2017) en Perú, en una muestra de 607 estudiantes de una universidad privada en Lima Metropolitana, con edades que oscilan entre 16 a 28 años.

En Guayaquil, un estudio realizado por Esteves, Figueroa y Garcés (2016), acerca de la educación inclusiva a madres y padres solteros como inversión estatal para el desarrollo sostenible de la familia, se obtuvieron los siguientes resultados: el 50% está muy de acuerdo en que las madres solteras que acuden a clases a la universidad, tienen grandes problemas para asistir puntualmente; por lo que se demuestra que la realidad biológica de que un ser humano como sus hijos, sí afecta a la asistencia de las clases y el provecho se saca de su seguimiento. El 50% de las madres solteras tienen niños de 1 a 3 años, como medida de apoyo para estas madres y padres solteros, la implementación de guarderías cercanas a los lugares de estudios para desempeñarse con la ayuda necesaria de personal capacitado en el

cuidado de sus hijos es una excelente oportunidad, otra opción importante que ayudaría en cuanto a la alimentación de los niños que reciben el cuidado diario en la guardería, para vincularse la escuela de gastronomía mediante una alimentación balanceada planteada por chef profesionales, estudiantes y nutricionistas. Se conoció que el 50% de las madres solteras tienen niños entre los 4 a 10 años.

Para el caso, es importante destacar que, dentro de la provincia, se han llevado a cabo estudios en madres estudiantes universitarias, es así la investigación realizada por Ortega y Paredes (2018) acerca la relación entre la deserción e interrupción escolar en la Facultad de Jurisprudencia de la Universidad Técnica de Ambato, Tungurahua. En este estudio se encontró que el apoyo que reciben las madres al cursar sus estudios de tercer nivel proviene en gran parte de su familia. Así pues, Barcia y Medranda (2017), presentan un estudio acerca de los retos de las madres solteras en la formación académica universitaria: caso estudiantes de la escuela de Trabajo Social de la Universidad Técnica de Manabí, en el cual se observó que para las madres de este estudio la universidad es el último paso académicamente para llegar a obtener un título profesional, paso por el cual todas las madres solteras quieren tener la satisfacción del deber cumplido, debido a la importancia que tiene este título en la vida profesional de las personas.

Finalmente, Proaño (2016) realizó un estudio acerca de la situación de las madres universitarias y la organización de sus estudios en la facultad de ciencias humanas y de la educación, este estudio tuvo una muestra de 87 madres estudiantes en las cuales se obtuvo como resultado un alto porcentaje estudian en la modalidad semipresencial (57%) y en la modalidad presencial (43%); además, muchas de ellas trabajan (80%) perciben un sueldo que va entre los 173 dólares y los 500 dólares; que cuentan con el apoyo económico de sus padres y viven con ellos; que las madres estudiantes en un 43% alguna vez han tenido que acudir a personas desconocidas para que le ayuden con el cuidado de sus hijos para estudiar; que el 63% de las madres estudiantes viven en la zona rural y el 37% viven en la zona urbana; el 46% son casadas, el 25% solteras, el 15% divorciadas y el 7% en unión libre; además, el 48% de madres universitarias viven en casa propia, el 38% viven en casa arrendada y el 14% viven en casa prestada; se encontró el 45% de las madres universitarias no disponen del servicio de internet. Y se concluye que en un 83% las madres estudiantes han tenido alguna vez dificultades en la organización de sus estudios por no tener quien cuide a sus hijos; además, consideran que la maternidad afectó la organización de sus estudios; que el

nacimiento de un niño incide en el cambio de horarios en la universidad y que la mayoría de madres solamente dedican de 2 a 3 horas diarias para estudiar, es decir, para realizar tareas.

### **Problema de investigación.**

Se observa de manera no sistematizada en un segmento de madres universitarias, actitudes favorables ante la posibilidad de sufrir estrés académico, cefaleas, trastornos de sueño, humor disfórico, irritabilidad, fatiga crónica, agitación psicomotriz, problemas de concentración y atención, patrones de evitación social, durante sus actividades académicas cotidianas. Al parecer este cuadro de síntomas son indicios de presencia de estrés académico en madres que estudian en las universidades de la provincia de Tungurahua. El estrés es una problemática a la que se le pone mucha importancia hoy en día que aqueja a gran parte de la población mundial, se presenta sin un rango de edad específico y tiene varios orígenes: académico, social, familiar, emocional, laboral, de relaciones interpersonales e incluso se debe a la insatisfacción personal.

Así mismo, en este mismo segmento de estudiantes universitarias, se han encontrado signos que sugieren que el nivel de Satisfacción familiar que presenten influirá en el nivel de estrés académico y sus síntomas. La situación de cuarentena por propagación de Covid-19 es relativamente nuevo no existen estudios llevados a cabo en muestras no clínicas y fuera del ámbito médico o de profesionales de la salud. Sin embargo, al ser una situación que ha afectado a todas las personas sin importar su procedencia o profesión, es necesario evaluar cómo afecta la cuarentena en los estudiantes universitarios, específicamente se centra en aquellas estudiantes universitarias que, también, cumplen con el papel de madres y evaluar el nivel de satisfacción familiar que presentan al encontrarse constantemente en contacto con su familia y sumado al estrés por la situación académica actual en la provincia de Tungurahua.

Por último, en un estudio a fin desarrollado por Escobar entre otros (2018) en 504 estudiantes, se buscó determinar el nivel de Estrés Académico (EA) y los factores o variables que acompañan al mismo, se encuentra el estrés académico presente en la mayoría de carreras, pero sobre todo en aquellas que presentan mayor carga horaria, exigencias y un diseño curricular más complejo. Se observa que el estrés académico está presente si la vida universitaria implica mayor esfuerzo en donde las creencias sobre las capacidades de sí mismo se verían comprometidas.

Se formula la siguiente pregunta de investigación: ¿Cuál es la relación entre estrés académico y satisfacción familiar en madres universitarias? Para comprobar esta presunción es necesario realizar un estudio descriptivo, correlacional, entre el estrés académico y la satisfacción familiar y de corte transversal, en una muestra de madres estudiantes universitarias.

### **Objetivo General**

Determinar la relación existente entre el estrés académico en madres universitarias y la satisfacción familiar en cuarentena por covid-19.

### **Objetivos Específicos**

1. Fundamentar teóricamente las variables de estrés académico y bienestar familiar en madres universitarias en tiempos de cuarentena.
2. Evaluar los niveles de estrés académico y la satisfacción familiar durante la cuarentena de covid-19 en una muestra que cumpla los criterios de inclusión señalados.
3. Realizar un análisis correlacional del estrés académico y la satisfacción familiar en cuarentena por Covid-19.
4. Elaborar un informe final acerca de los resultados obtenidos.

### **JUSTIFICACIÓN**

Las variables mencionadas en el presente proyecto de investigación son pertinentes de ser objeto de estudio pues permiten generar distintos aportes científicos que toman como base el establecimiento de relación de la satisfacción familiar con el estrés académico en madres universitarias en cuarentena por covid-19.

Como un país y sociedad , que se encuentran en constante desarrollo, es necesario que la Psicología se involucre en un plan multidisciplinario, aporte con conocimientos hacia otros ámbitos y permitir que las futuras acciones para contrarrestar los efectos adversos del estrés académico sobre las madres universitarias no solo involucren el bienestar económico, sino que, así pues, protejan la integridad individual, familiar, laboral y académica, toma como base los resultados obtenidos en el presente estudio.

## **CAPITULO I. ESTADO DEL ARTE Y LA PRÁCTICA**

### **1.1.Estrés académico.**

El estrés como un fenómeno psicológico, se utiliza para definir toda situación que es percibida como amenazante y que, como consecuencia, genera una serie de respuestas (psicológicas, fisiológicas y conductuales) (Aihie y Ohanaka, 2019). En este sentido, el estrés se define en base a diversas variables y tipificado por las mismas circunstancias. Debido a esto se ha investigado el estrés como un fenómeno laboral, familiar, social y académico (Acebo y Samada, 2019). En tanto, se define dentro del estrés académico, a uno de los factores generados por el estrés, y que a su vez se genera por estímulos externos, como lo es el ser un estudiante, sea niño, adolescente o adulto.

Por otra parte, el estrés académico es un proceso sistemático, adaptable y de naturaleza psicológica. Se presenta de manera descriptiva en tres momentos: Primero: Los alumnos están sujetos a una serie de requisitos en el ámbito escolar. Estos requisitos son evaluados por los propios alumnos ser una fuente de estrés. Segundo: estos estresores provocan un desequilibrio del sistema (estado de estrés), que se manifiesta como una serie de síntomas (los indicadores de estos desequilibrios); tercero: este desequilibrio del sistema obliga a los estudiantes a tomar acciones adaptativas para restaurar el equilibrio del sistema, que es el llamado Estrategia de afrontamiento (Jerez y Oyarzo, 2015). Esta evaluación constituye un proceso de interpretación psicológica, que comienza si el entorno se considera una amenaza y cada objeto tiende a utilizar su estilo de afrontamiento dominante a través del aprendizaje o descubrimiento accidental en una emergencia.

El término estrés se ha utilizado en la historia para referirse a realidades muy diferentes. Este es un concepto complejo, actual e interesante. Por tanto, González, Souto, González y Franco (2018) creen que, los fenómenos de estrés generalmente se explican en función de una amplia gama de experiencias, que incluyen neuroticismo, tensión, fatiga, abrumador, inquietud y otros sentimientos similares, como el estudio, el trabajo excesivo u otras propiedades estresantes. Del mismo modo por miedo, el dolor, el pánico, el deseo de lograr, el vacío de la existencia, el afán por lograr metas y objetivos, y la incapacidad para hacer frente a la socialización o incompetencia en las interrelaciones.

### **1.1.1. Antecedentes Investigativos del estrés académico.**

El estudio del estrés es amplio y extenso, es considerado como la enfermedad del siglo XXI, este tiene como principales causas las exigencias del medio (familiar, académico, laboral, social) hacia la persona (Sullca, 2020) Es así como, a través del tiempo, se ha dado diferentes clasificaciones del estrés como la de Miller, Dell Smith y Rothstein (citado en Barradas et al, 2018), que establecen tres tipos de estrés: agudo, agudo episódico y crónico. Neidhardt, Weinstein y Conry (1989, citado en Solano et al, 2019), clasifican al estrés como: eustrés, nivel óptimo de estrés y distrés. Estudios realizados en China clasifican al estrés como: estrés cotidiano y estrés por incertidumbre (Peng, Yang & Rockett, 2020) los cuales fueron estudiados en relación a las lesiones involuntarias con una muestra de 11954 estudiantes de 50 universidades.

En las posiciones más contemporáneas del estudio del estrés se observó la necesidad de clasificar este fenómeno según el ámbito en el, que se presenta con el fin de clarificar los factores estresores y la intensidad con la, que se presenta. Debido a esto, de forma implícita, se clasificó como: estrés familiar (Acebo & Samada, 2019), social (Barrera et al, 2019), laboral (Obando et al, 2017), y académico (Toribio & Franco, 2016). Cada tipo de estrés ha sido investigado desde la rama de la Psicología correspondiente al ser reconocidos cada uno a través de la evolución de la sociedad humana.

El estrés académico es un fenómeno relativamente nuevo dentro de la investigación, se ha dado en medida que la educación y el aspecto académico ha tomado importancia dentro del desarrollo del ser humano. Los estudios en referencia al Estrés Académico constituyen una muy reciente rama de exploración dentro de los distintos campos del estrés, actualmente, se investigan en la Psicología Clínica. Debido a esto, es importante realizar un recorrido por los distintos aportes y posturas tomadas a través de su estudio.

En las investigaciones realizadas, específicamente, en países como India se le ha dado un enfoque desde la población universitaria (Jayasankara, Karishma & Anjana, 2018), en Arabia Saudita (Moawad, 2020) se ha investigado el fenómeno del estrés académico durante el aprendizaje en línea debido a la pandemia por covid-19. Este estudio es de gran relevancia en la investigación bibliográfica pues el cierre de escuelas, universidad e instituciones educativas alrededor del mundo ha cambiado la forma de enseñanza de un sistema convencional estándar a un sistema virtual pues este cambio se dio de forma abrupta causa

intenso estrés en estudiantes. Por otra parte, un estudio de Al Rasheed, Naqvi, Ahmad y Ahmad (2017), acerca del estrés académico y la prevalencia de automedicación relacionada al estrés en estudiantes mujeres universitarias de una escuela pública en Damam. Los resultados revelaron que el 85% de los estudiantes perciben el período de examinación (exámenes y proyectos), asimismo, se encontró relación entre el nivel de estudios y niveles altos de estrés (las estudiantes de años más bajos presentaban niveles más altos). Así, en Malasia, un estudio realizado por Ramli, Alavi, Mehrinezhad y Ahmadi en 2018 relacionó el estrés académico a la autorregulación en estudiantes universitarios, existe una relación significativa entre el estrés académico y los niveles de autorregulación en una muestra de 384 estudiantes universitarios.

En países como Nigeria, en un estudio realizado acerca del estrés académico percibido en estudiantes universitarios (Aihie y Ohanaka, 2019) los estudiantes poseen niveles más altos que las estudiantes, así pues, estos niveles dependieron del tipo de carrera que estudiaban y el nivel de estudios en el, que se encontraban (los estudiantes de último año obtuvieron niveles más altos). En Etiopía, un estudio realizado en estudiantes de la Universidad de Bahir Dar (Demeke, 2016) se enfocó en examinar los componentes del estrés académico más comunes, los estudiantes de último año eran más propensos a sufrir estrés en referencia al factor de organización del currículo de estudios. Un estudio realizado en Corea del Sur, acerca de la interacción entre los efectos del estrés académico, autoeficacia académica y valor de las tareas en persistencia en el aprendizaje (You, 2018) en 483 estudiantes universitarios, aquellos con una fuerte motivación fueron menos afectados por ambientes estresantes y demandantes.

En países de Europa se ha encontrado el interés acerca del estrés académico se centra en la población de adolescentes y niños (Deb, Strodl & Sun, 2015), Islandia (Pitt, Oprescu & Tapia, 2017), se ha observado importantes aportes acerca del estrés académico, sus causas y efectos tanto a nivel psicológico como neurológico y físico. En España, un estudio realizado por De la Fuente y otros (2021) acerca de cómo la crisis por covid-19 ha afectado el estrés académico de los estudiantes. Es una investigación de gran relevancia en este proyecto, los factores estresores del proceso de enseñanza poseen un valor predictivo en el proceso de aprendizaje, emociones y burnout académico. Otro estudio conducido por Valdivieso y otros (2020) acerca de las estrategias de afrontamiento del estrés académico en una muestra de 276 estudiantes universitarios, aquellos consideraron como el factor más estresante las

situaciones relacionadas a la carga, ritmo y organización del trabajo son las estrategias de afrontamiento más utilizadas el pensamiento desiderativo, la expresión emocional, la resolución de problemas y la retirada social.

Finalmente, en regiones del Caribe (Campos, 2018) y varios países, dentro de su formación académica, se encuentran constantemente en interacción de estresores, existe un interés amplio por conocer cómo se percibe el estrés académico en sus estudiantes tanto desde las creencias religiosas, las exigencias del medio e incluso desde las diferentes etapas de desarrollo cronológico, algunos aspectos se han visto recurrentes en los estudios observados.

Ya en Latinoamérica la producción es más limitada, sin embargo, se rescatan los estudios en Chile por Álvarez, Gallegos y Herrera (2018) en el cual se demuestra desde la psicología el posible impacto del estrés académico sobre la salud psico-fisiológica de las personas. En Colombia, estudios en cuanto a estrés, ansiedad y depresión en estudiantes universitarias madres y cuidadoras activas (Quiliano & Quiliano, 2020) en el cual se utilizó el inventario SISCO del estrés académico. Así mismo, las exigencias académicas causan estrés, ansiedad y depresión en madres que estudian a su vez son un desencadenante principal de estrés.

En Perú, los estudios acerca del estrés académico se han concentrado en su relación con los hábitos de estudio (Quispe & Ramos, 2019) en una muestra variada de estudiantes, de igual manera se utilizó el inventario SISCO para estrés académico y se encontró una relación inversamente proporcional entre las dimensiones de estrés académico y los niveles de hábitos de estudio. Asimismo, en una universidad de Lima, se realizó un estudio acerca de estrategias de aprendizaje y estrés académico (Cerna, 2018) al utilizar el inventario SISCO y existe una correlación inversa y significativa entre las variables. En Argentina, los estudios encontrados se centran en la relación del estrés académico y regulación emocional (Pérez, 2020) en el cual los estudiantes presentaron niveles moderados de estrés académico y dificultades de regulación emocional.

En cambio, en Costa Rica, un estudio realizado por Arce y otros (2020), se centra en la asociación del género y las habilidades relacionales con el estrés académico. Así pues, se ha observado un estudio realizado por Frausto, Melgar y Ramos (2021), con respecto al nivel socioeconómico de un país se corresponde con la predisposición a padecer estrés académico.

Finalmente, en el Ecuador, se han encontrado proyectos de titulación en referencia al estrés académico no existen trabajos representativos, a nivel de investigación científica, abordan la dinámica del estrés académico en población universitaria, lo que más se aproxima es un estudio realizado por Guerrero (2017) con una muestra de estudiantes de medicina en la ciudad de Ambato encontró una correlación baja positiva entre ansiedad y estrés académico. También, en un estudio realizado por Quito, Tamayo, Buñay y Neira (2017), sobre la percepción de estrés académico en estudiantes de último año de bachillerato. Por lo tanto, es relevante e importante del estudio del estrés académico en población joven- adolescentes, pues el conocimiento, que se tiene hoy en día es escaso y se enfoca en el área laboral más que académico.

### **1.1.2. Perspectivas teóricas del Estrés.**

El estudio del estrés se ha realizado a través de varios factores y estímulos externos, definido por varios autores, entre los más importantes están:

Modelo Sistémico Cognitivo:

Dado que las personas interactúan estrechamente con sistemas organizacionales, esto influye en el comportamiento y genera diferentes niveles de tensión. En este sentido la tensión proviene de las exigencias o expectativas de los sistemas organizacionales. Para responder a estas exigencias el estudiante realiza una valoración cognitiva en base a las exigencias del entorno y reformula sus mecanismos en caso de no cumplir con lo esperado.

Según Lazarus (1966 citado en Guerrero 2019), se observa como un modelo multidimensional integra varios enfoques, presenta modelos en una esfera estructural de la realidad, por ejemplo, Colle (2002 citado en Olivas et al, 2021), menciona “Permite considerar un fenómeno en su totalidad, enumerar sus componentes y estudiar las relaciones que los unen, sin reducir el todo a las partes, sino al tener siempre presente que el todo es más que la suma de sus partes” (p. 4).

La principal hipótesis en cuanto al estudio del estrés, se basa en el estímulo estresor desencadena una serie de manifestaciones que anuncian la presencia del desequilibrio sistémico (Estrada et al, 2021). En ese momento, la persona es obligada a actuar de forma tal permita la restauración del equilibrio. Este proceso de restauración es mediado por una

valoración que constituye un proceso psicológico de interpretación, este proceso terminará en cuanto el sistema reconozca el entorno como menos amenazante.

#### Modelo Cognitivo Conductual:

El estrés este fundamento sobre la base de distorsiones y pensamientos erróneos, los cuales afectan la conducta de la persona, como se observa, existen movimientos se activan dentro del proceso mental. Según Pinzón y Calvo (2021), “El ser humano se encuentra inmerso en una sociedad organizacional donde, desde que nace hasta que muere, su vida transcurre en estrecho contacto con sistemas organizacionales. Esta característica de la sociedad actual hace el estudio de fenómenos típicamente humanos, como es el caso del estrés académico, adquiera un mayor grado de opacidad al estar inmersos en una doble contingencia” (p. 4). En este se da importancia a los esquemas mentales que mantiene el sujeto en su interacción con su entorno social.

#### Modelo Clínico:

El estrés académico aparece frente a una gama de experiencias tales como: nerviosismo, tensión e inquietud. Como causa del estrés, Cossio y otros (2021), proponen los cambios fisiológicos son producidos por un prolongado estrés en los órganos y estos serían de tipo genético o constitucional. En este enfoque, que se resalta el factor orgánico en el apareamiento del estrés y dio origen a las clasificaciones clínicas de los trastornos. Por lo tanto, este modelo se centra en los síntomas se generan a partir de la enfermedad.

### **1.1.3. Conceptualización del estrés académico.**

Para esta investigación, se enfocó en definir el estrés desde el ámbito académico, Barraza y otros lo conceptualizan como “el conjunto de procesos cognitivos y emocionales permiten a los estudiantes percibir los factores estresantes y el impacto que estos producen” (p. 17, 2017). Además, es uno de los fenómenos actuales más afecta a la población estudiantil y universitaria, se asume como una causa general el alto nivel de exigencia de la sociedad.

Obtener un título universitario significa que es posible producir cierto grado de estrés, genera problemas emocionales, cognitivos y físicos. Según Barraza (2017) el estrés académico es un proceso sistemático, adaptativo y esencialmente psicológico. Según los informes, las ciencias de la salud es una de las ramas donde los estudiantes presentan mayores niveles de

estrés (Toribio & Franco, 2016), por lo cual, las profesiones de enfermería se consideran estresantes porque quienes estudian y practican la terapia del estrés son propensos a niveles elevados de estrés.

Ante la presión académica, los estudiantes dominarán cada vez más los requisitos y desafíos requiere una gran cantidad de recursos físicos y psicológicos para hacer frente a este problema. Esta situación les hace sentirse agotados, desinterés por aprender, nerviosismo o incluso pérdida de control, necesitan el reconocimiento y la ayuda del profesor (Águila et al, 2015). La combinación de las influencias anteriores afectará el rendimiento académico de los estudiantes, promueve el uso de drogas, trastornos del sueño, evitar responsabilidades y otros cambios cual tendrán un impacto negativo en su desempeño laboral y aspiraciones personales como futuros profesionales.

Por esto, al estrés académico se le define como una reacción normal frente a las demandas y exigencias diarias en sentido académico. Esta reacción permite al organismo se prepare para realizar trabajo bajo presión y de esta manera cumplir con eficacia las metas y objetivos propuestos en el tiempo determinado (Aldana, Isea & Colina, 2020). Sin embargo, si estas exigencias incrementan, el estado de alerta se mantiene y comienza a causar reacciones perjudiciales a la salud, no permite un descanso adecuado y por lo mismo las funciones diarias se verán afectadas.

#### **1.1.4. Tipos de estrés.**

Existen dos tipologías esenciales en el estudio del estrés: desde lo físico y desde lo psicológico. El tipo de estrés detectado revela un patrón comportamental específico e ineficiente en cuanto a la gestión del estrés y por lo mismo indicia cuán vulnerable es la persona para sufrir estrés (Bairero, 2018). , por lo cual, cada individuo es propenso a presentar estrés, depende de sus características personales, comportamentales y sociales es más o menos vulnerable frente al estrés.

Aun, que se realiza una división del estrés con fines educativos, ambos tipos de estrés se interrelacionan y entrelazan, actúan de forma simultánea en el ser humano es un ser multidimensional en donde todas sus áreas interactúan de forma holística.

Dicha tipología es descrita de la siguiente forma:

- 1. Perspectiva psicológica.** El estrés se manifiesta de forma subjetiva, específicamente direccionado al ámbito cognitivo. Se considera como un malestar emocional que afecta a toda la esfera psicológica, es decir, afecta los esquemas cognitivos del sujeto y afecta el desarrollo global del mismo. El estrés dentro del ámbito psicológico se clasifica en Eustrés o estrés bueno y en Distrés o estrés malo.

Las cuales poseen las siguientes características:

**Tabla 1**  
*Clasificación del estrés.*

Tipología	Definición
Eustrés	Una forma estrés bueno. Como su nombre lo dice, este tipo de estrés es considerado como bueno o satisfactorio que permite la ejecución satisfactoria de tareas y ayuda a la persona a obtener sensaciones de bienestar y satisfacción propia. Es importante mencionar que el eustrés siempre es a corto plazo, además, esta cantidad de estrés es estimulante y saludable.
Distrés	Una forma estrés malo. Por otro lado, se encuentra el estrés malo, el cual afecta a la salud psíquica del sujeto. Santos (2014), define el distrés como un malestar o patología es causa directa de trastornos de ansiedad y depresión, al ser una respuesta patológica, no contribuye a la persona, sino que genera efectos adversos en la psicología y fisiología del individuo.

*Nota: Gallego, Gil y Sepúlveda (Revisión teórica del eustrés y distrés, 2018)*

- 2. Perspectiva física.** El estrés ocasiona diversas manifestaciones físicas, que afectan el rendimiento global del sujeto. Dentro de esta clasificación el estrés se evidencia por el malestar físico que presenta el sujeto pues son manifestaciones observables de las reacciones fisiológicas que se dan internamente (Bareiro, 2018). Si el estrés afecta al ámbito físico se clasifica en estrés agudo y estrés crónico, las cuales son descritas como:

**Tabla 2.**  
*Clasificación del estrés desde la perspectiva física*

Tipología	Definición
<i>Estrés agudo</i>	Es el tipo de estrés sano, aparece si la persona se encuentra en un momento de presión, con la función de permitir al organismo un mejor trabajo y desempeño. Desaparece si la persona se encuentra fuera de peligro o presión y baja el nivel de desempeño a sus estándares normales. Es una reacción súbita, este tipo de estrés causa, así pues, reacciones del organismo pues inicia con una elevada producción de adrenalina que sube el ritmo cardíaco, el organismo entra en estado de alerta por lo que requiere estar listo para cualquier signo de peligro, la temperatura sube y la persona incluso experimenta palpitaciones, sudoración, tensión muscular y agitación. Todos estos signos son normales durante un corto período de tiempo.

*Estrés crónico*

Si el estrés se prolonga, Gonzáles habla de efectos a nivel físico y psicológico como sentimientos de inquietud, síntomas gastrointestinales, desesperanza e incluso depresión (2018) este estrés no proviene de la necesidad del sujeto por cumplir un plazo sino de la percepción distorsionada de manejar eventos externos están fuera de su control. Incluso esta distorsión es causada por el estrés, comienza entonces a formarse una relación circular y dependiente en donde el sujeto siente no hay manera de salir de dicho estado, el cual está acompañado de sintomatología física.

---

**Nota:** Espinoza, Pernas y Gonzáles (*Consideraciones teórico metodológicas y prácticas acerca del estrés, 2018*)

### 1.1.5. Causas del Estrés Académico

Las causas están relacionadas con el ambiente físico y psicológico engloban los ambientes académicos y educativos (Ortuño, 2016), si el estudiante percibe su ambiente académico como desfavorable tiene mayor predisposición a desencadenar estrés.

- **Causas físicas:**

En cuanto a las causas físicas, Castillo, Chacón y Díaz (2016) mencionan las siguientes:

**Ambiente físico desagradable:** aquí es esencial para el correcto aprendizaje, el estudiante encuentre su espacio educativo acogedor o cómodo y perciba que le brinda lo necesario para adquirir los conocimientos. Si este espacio no le genera bienestar, sino le causa emociones negativas, se convierte en un factor de estrés pues la mayor parte de la vida de una persona hasta los 20 años, la pasa en las instituciones educativas o académicas.

**Falta de herramientas básicas para el aprendizaje:** con la globalización y simultánea modernización, las herramientas tecnológicas se han vuelto indispensable en el diario aprendizaje. La falta de herramientas adecuadas (internet, conexión inalámbrica, computador, entre otros) es un factor considerable los estándares de la educación superior obligan a los estudiantes a ponerse al día con la tecnología para la consecución de metas académicas. La falta de estas herramientas constituye un gran factor de estrés y posible deserción de los estudios al no sentirse preparado o suficiente frente a las exigencias externas.

**Sobrecarga de tareas:** como se explicó anteriormente, el ser humano es multidimensional y todas sus áreas se interrelacionan de forma simultánea. Para un correcto funcionamiento, es necesario mantener el equilibrio. Si la demanda por parte de una de las áreas incrementa, la persona pierde ese equilibrio y tomar de otra área para cumplir con las exigencias, esto causa disfunción en el sistema y estrés en otras áreas. La sobrecarga de tareas causa graves

daños a nivel personal pues el estudiante deja de lado su vida familiar y social por cumplir con las exigencias académicas, no sólo causa estrés, sino causa trastornos depresivos por el aislamiento generado.

**Masificación de aulas:** un buen aprendizaje no sólo requiere de adquisición de los conocimientos sino de buenas estrategias de enseñanza. Si el entorno de aprendizaje se encuentra saturado, existe mayor probabilidad de los estudiantes no aprendan debido al caos, que se da y el entorno, que se vive. Las peleas por los lugares y los factores de distracción incrementan, impide que los estudiantes se concentren en adquirir el conocimiento y, por lo tanto, incrementa el estrés, bajas notas y sentimientos de infravaloración.

- **Causas psicológicas:**

**Competencia con otros:** al ser el ambiente muy exigente, el desgaste psicológico por la competencia entre estudiantes es alto. El estudiante no busca el éxito por autosuperación sino por obtener un puesto en la sociedad, lo cual incrementa el estrés y permite el apareamiento de síntomas como falta de sueño, ansiedad y en casos extremos estados de paranoia.

**Personalidad y competencias de enseñanza del docente:** este es un factor indispensable, en función a la personalidad del docente se dan los estilos de enseñanza que son clave para la obtención del aprendizaje. Si la personalidad del docente es cerrada no permitirá fluya el conocimiento y, por lo tanto, el estudiante obtendrá información pobre e incompleta, lo cual es una gran fuente de estrés al no sentir satisfacción con su aprendizaje.

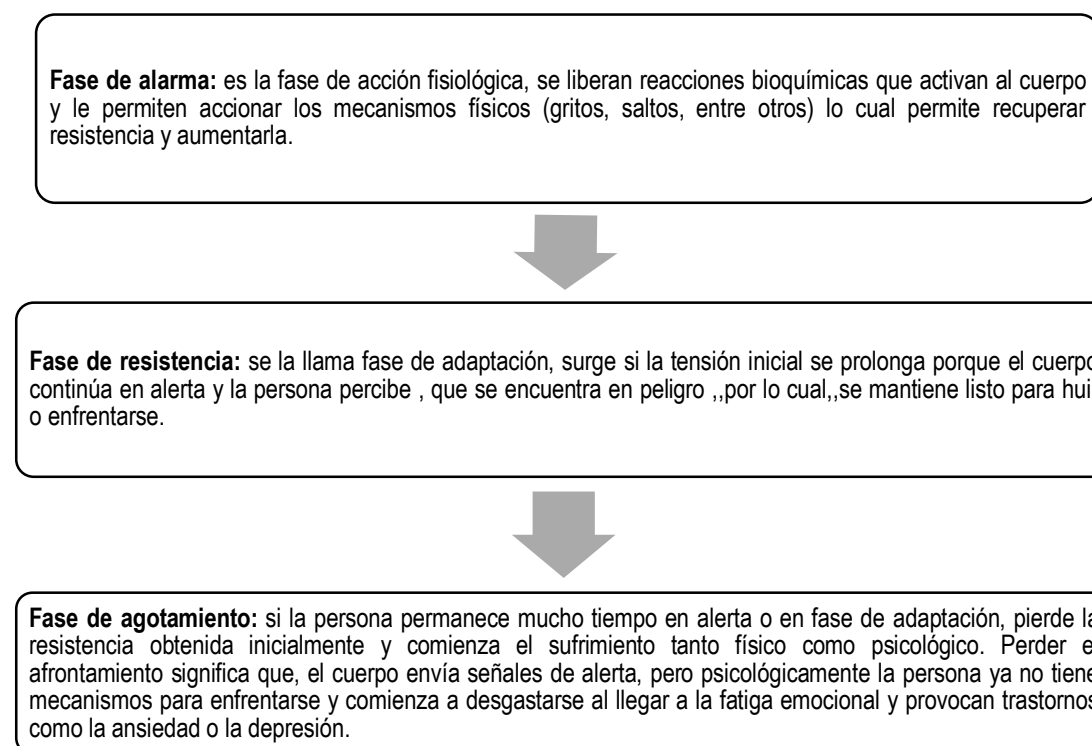
**Vivir lejos de la familia:** al no tener un círculo de protección y apoyo familiar, el estudiante está más propenso a generar estrés pues, la presión por adaptarse al sistema de educación superior, la soledad en un ambiente desconocido y la necesidad de apoyo son factores primarios.

**Factores personales del estudiante:** la personalidad, el género, el nivel socioeconómico, el lugar de origen e incluso la etnia son factores tanto de fortalecimiento como de vulnerabilidad, depende del entorno en el se desenvuelva el estudiante.

### 1.1.6. Fases del estrés académico

Según Selye (citado en Espinoza, Pernas y González, 2016) describió tres fases en las que se presenta el estrés. Estas fases fueron sintetizadas de la siguiente manera en el gráfico 1:

**Gráfico 1.** *Fases del estrés académico*



**Fuente:** Espinoza, Pernas y Gonzáles (Consideraciones teórico metodológicas y prácticas acerca del estrés, 2018)

### 1.1.7. Síntomas del estrés académico

A nivel físico, el estrés académico presenta síntomas de tipo físico y fisiológico. Indacochea, López, Toasa y Díaz (2021) los describen de la siguiente manera:

**Trastornos del sueño:** son de los primeros síntomas aparecen en una persona estresada, sueño interrumpido, ligero, falta o pérdida de este, así pues, las pesadillas y la dificultad para conciliarlo. Ideas intrusivas en el sueño son factores por los que se presente la dificultad al momento de dormir.

**Fatiga crónica:** se da como consecuencia de la falta de descanso y la sobre exigencia diurna al cuerpo y a la mente, debido al sistema está siempre en alerta, la persona comienza a sentirse siempre cansada sin lograr dormir bien en las noches.

**Dolores de cabeza:** al no lograr un buen descanso, comienzan los dolores de cabeza por la tensión muscular acumulada y a la par comienzan los desórdenes alimenticios por ansiedad (abstinencia o atracones)

**Problemas digestivos:** al presentarse la ansiedad se dan los desórdenes alimenticios no sólo afectan a la persona, sino causan problemas específicos como estreñimiento, gastritis o problemas como reflujo y acidez pues el estrés genera cambios súbitos de hábitos alimenticios

**Mareos:** están ligados a la tensión muscular, dolores de cabeza, falta de sueño reparador y problemas digestivos se presentan debido a la ansiedad.

**Problemas de concentración:** ligados a la falta de sueño y cambios en hábitos alimenticios.

**Bloqueos mentales:** ligados tanto a variables externas como internas, es debido a un sistema de enseñanza deficiente y desordenes en los hábitos de sueño y alimenticios.

**Excesiva transpiración:** como resultado de estados de ansiedad constante.

**Dolor muscular:** debido a la falta de sueño, factores psicológicos como la preocupación excesiva propia del estrés y la ansiedad.

Si estos síntomas no son tratados adecuadamente desarrollará consecuencias tanto personales como sociales para el estudiante. De igual manera, Barraza describe los síntomas psicológicos de tal manera que:

- Conflictos: dificultad de la persona de resolver problemas sencillos por el estado de alerta en el, que se encuentra.
- Aislamiento: debido a la sobre exigencia del medio que le impide desarrollarse con normalidad en otras áreas de su vida (social, familiar, entre otros)
- Desgano: debido a la acumulación de responsabilidades, la persona se desgasta mentalmente sin cumplir con sus deberes.
- Absentismo: ligado al desgano por acumulación de deberes.
- Inquietud: debido al estado constante de ansiedad y desgano le impide desenvolverse con normalidad.

- Irritabilidad: ligado a la inquietud en el cual se percibe todo estímulo como perturbador de la tranquilidad, que se busca.
- Agresividad: de la mano de la irritabilidad, depende de la personalidad del individuo.
- Tristeza prolongada: se presenta en un estado de ansiedad avanzado pues al verse atrapado o sentir que ya no cumple con las exigencias externas existe un sentimiento de desesperanza lo lleva a estados de tristeza prolongados.

Estos síntomas no aparecen aislados, sino se dan en conjunto y por consecuencia de los síntomas físicos, se mantienen entrelazados por una correlación positiva.

### **Agentes del estrés según el momento en que actúan**

Existen los psico traumas, que se consideran remotos, recientes, actuales o futuros todos de acuerdo con el momento de la vida que del sujeto en que actúen. Según, Olmos, Peña y Daza (2018), se definen así:

- Estresores remotos: Actúan sobre la infancia y la adolescencia y provocan enfermedades psíquicas inmediatas o determinan una sensibilidad o vulnerabilidad se observa en la adultez. Un ejemplo sería el ser víctimas de padres abusivos, negligentes, castigadores, crueles o permisivos.
- Estresores recientes: Actúan durante los dos últimos años.
- Estresores actuales: suceden al momento
- Psicotrauma futuro: Resulta una desgracia esperada influye desfavorablemente antes de que ocurran

### **Gestión del estrés**

Según Valdivieso y otros (2020), en el estrés se focalizan un conjunto muy amplio de componentes y situaciones personales, sociales y profesionales, desembocan en actitudes y conductas en la persona invierte mucha más energía de la que es capaz de generar.

Por esta razón es imposible afrontar lo que el entorno demanda, entonces la persona se siente agotado, impotente, cansado sin recursos ocasiona la insatisfacción interna con síntomas de agotamiento mental y físico es agudo en función a los estresores que le impactan en ese momento. Hay que tomar en cuenta, así pues, el control de los factores psicoemocionales para controlar y gestionar el estrés, estos son:

**Visión positiva:** En situaciones de conflicto, controlará las reacciones emocionales.

**Nivel de valor:** la familia, los hijos y los amigos ocuparán un puesto importante en el trabajo. El orden en el, que se desarrollan las cosas en la vida es fundamental para evitar desmoronarse. Prestar atención a una sola cosa sobre la otra causa insatisfacción.

**Cultivar valores espirituales:** los pasatiempos culturales expanden el espíritu y ayudan a lograr una gran armonía.

**Pensar en los demás:** "Resolver problemas" significa no dejar descansar la mente si estás estresado mentalmente, además, pensar en los demás es un buen remedio para olvidar nuestros asuntos: pensar de todo corazón en lo que les gusta y trabajan los demás.

## **1.2 Satisfacción Familiar.**

Los núcleos familiares se consideran el entorno más cercano e importante en la vida de una persona y, junto con la satisfacción laboral, son áreas que contribuyen de manera significativa al bienestar personal (Alayo y Guerra, 2018). Asimismo, se considera la familia es una de las leyes e instituciones centrales brindan apoyo en el cambio, aunque ha sido modificada, se protege de las siguientes formas: es una institución permanente y modificable.

Para el desarrollo de toda la persona y la sociedad, el sistema familiar es un pilar básico. La intimidad es una de las motivaciones sociales más importantes desarrolla el ser humano en la infancia: mantener relaciones emocionales positivas con los demás (Rodríguez, Luján, Díaz, Rodríguez y González, 2018). Además, una de las emociones más importantes en las relaciones humanas es la relación esposo-esposa, porque satisface necesidades básicas y la relación madre – hijo.

Para entender la importancia de estudiar la satisfacción familiar, es fundamental iniciar con un recorrido por la conceptualización de términos facilitarán el entendimiento del presente proyecto. Así, a lo largo de este capítulo se ofrecerá un amplio panorama acerca de la familia, el ciclo vital, los holones familiares, tipos de familia, los antecedentes investigativos, conceptos generales, características importantes y clasificaciones de la satisfacción familiar.

### 1.2.1. La Familia

El antropólogo estadounidense Lewis Morgan (1818-1881) enfatizó por primera vez la influencia de la sociedad en la forma y estructura de la familia. Según él, la familia nunca se detendrá, pero con el avance de la tecnología y la economía, con el desarrollo de la sociedad, pasará de una familia de nivel inferior a una familia de nivel superior (Benítez, 2017). La familia, como concepto general, es la unidad básica de conformación de la sociedad. Definir esto no es una tarea sencilla, sobre todo si se tiene en cuenta no existe un concepto claro de familia.

En otras palabras, a lo largo de la historia, las familias humanas tienen una cierta diversidad y diferentes factores han afectado su estructura y evolución. Por ejemplo, actualmente la sociedad intenta volverse más tolerante y respetuosa con las diferencias, por lo que cada vez hay más alternativas para perfilar nuevas formas de familia (Rodríguez, et al, 2018). Sin embargo, una de las pocas generalizaciones ampliamente aceptadas en las ciencias sociales, la familia es una institución que encuentra en todas las sociedades humanas y ha adoptado muchas formas en el tiempo y el espacio. Se constituye como un grupo de personas unidas por lazos de diferente índole.

Es definida por dos principales enfoques de la siguiente manera:

#### *Enfoque psicológico:*

La familia es considerada como una de las instituciones más antiguas en la historia del ser humano y se liga a la construcción de la civilización y la sociedad. La perspectiva más conservadora la define como la unión de dos progenitores de diferente sexo y niños crecen y se desarrollan (Tavera, 2020). Actualmente la familia se identifica en diversas tipologías: familia nuclear, familia extendida, familias ampliadas, monoparental, y otros (Salgar, 2017). Esta tipología no solamente se da en base a la biología sino a los aspectos sociales cambiantes a lo largo de los años y atiende a las diversas necesidades de los seres humanos.

En base a la familia, se investigaría diversos fenómenos más profundos y complejos. Sin embargo, Fuentes (2012 citado en Tavera, 2020) menciona las divergencias en la familia son más supuestas, la base de la familia siempre se constituye de dos individuos buscan satisfacer sus necesidades en común, las variables de estos procesos se dan en respuesta a las necesidades externas o conflictos internos se dan a lo largo del desarrollo de esa relación.

*Salvador Minuchin:*

Es un exponente relevante para la llamada Teoría Estructural del Funcionamiento Familiar. En esta se presenta a la familia como el grupo natural que elabora las reglas de interacción, conservación y evolución que ha existido a través de la historia del ser humano y ha impartido diferentes funciones como la crianza, supervivencia y unión de los miembros (González et al, 2018), por lo cual, la estructura familiar opera en diferentes lineamientos para resolver los diferentes retos a los que se enfrenta. Este autor es parte importante para la fundamentación de la variable de satisfacción familiar.

Minuchin (1986) propone ciertas características de la familia:

**Es un conjunto.** - la familia es una unidad construida a partir de la individualidad de cada uno de los miembros, creencias, valores y vivencias. Este grupo otorgará respuestas a las necesidades (emocionales y psicológicas) de cada individuo, de igual manera conserva una identidad grupal frente al contexto social.

**Posee una estructura.** – es considerado como un nivel de organización, que se da dentro de la convivencia cotidiana, es decir, las relaciones intrafamiliares, formas de interacción y la jerarquización de estas. Se toma en cuenta las reglas y límites que se establecen de forma directa o indirecta dentro del sistema.

**Miembros de la familia.** - en este grupo los miembros se convierten en individuos activos que modifican la estructura del sistema en base a sus cambios en la interacción.

**Posee un propósito.** - la familia es un sistema que evoluciona junto con sus individuos y, por lo tanto, se orienta a conseguir metas determinadas, cumplir las necesidades que aparecen en las distintas etapas del ciclo familiar.

**Es auto organizado.** - el sistema familiar planifica metas y define medios para la consecución de las mismas, por lo cual, se considera un motor de desarrollo propio pues sus cambios se darán conforme a las conductas, cambios y uso de estrategias que aportarán cada miembro.

**Comprende un nivel de interacción.** - la familia es el primer medio de interacción del individuo, por lo cual, los miembros de un sistema familiar se encuentran en constante

contacto unos con otros. Este contacto influirá de forma bidireccional con las relaciones que se desarrollan dentro del sistema y toma el nombre de dinámica familiar.

**Poseen termodinámica.** - los sistemas familiares son abiertos o cerrados depende de la intensidad de los límites establecidos y la permeabilidad que el sistema posea en cuanto a otros sistemas. En general, los sistemas familiares poseen un cierto grado de apertura, se encuentran en constante interacción con los sistemas externos (educativos, familiares, sociales).

Por lo tanto, la familia llega a ser un sistema complejo que se caracteriza tanto como una unidad como por las características de cada uno de sus miembros, su desarrollo depende del desarrollo de cada miembro, pero de forma circular, se influyen unos a otros a desarrollarse al ser así la dinámica familiar.

*Enfoque jurídico:*

La familia es la unión de los sexos por la vía matrimonial y la procreación. Se da como punto de inicio a la pareja e incluye a los parientes colaterales hasta de cuarto grado de familiaridad. A nivel internacional, la Organización de las Naciones Unidas (1993), declaró el 15 de mayo como día internacional de la familia pues es considerada una entidad que ha evolucionado conforme la sociedad ha establecido puntos y normas para el correcto desarrollo de los individuos.

En Ecuador, existen varios órganos reguladores que procuran diferentes aspectos de la familia:

#### CÓDIGO DE LA NIÑEZ Y ADOLESCENCIA

Art. 8.- Corresponsabilidad del Estado, la sociedad y la familia. - deber de cada una de las entidades, dentro de sus respectivos ámbitos, adoptar las medidas necesarias para asegurar la totalidad de los derechos de niños, niñas y adolescentes.

Art. 9.- función básica de la familia. - la ley reconoce y protege a la familia como el espacio natural y fundamental para el desarrollo integral del niño, niña y adolescente.

Corresponde prioritariamente al padre y a la madre, la responsabilidad compartida del respecto, protección y cuidado de los hijos y la promoción, de respecto y exigibilidad de sus derechos.

Art. 10.- Deber del Estado frente a la familia. - el Estado tiene el deber prioritario de definir y ejecutar políticas, planes y programas apoyen a la familia para cumplir con las responsabilidades.

Art. 21.- Derechos a conocer a los progenitores y mantener relaciones con ellos. - los niños, niñas y adolescentes tienen derecho a conocer a su padre y madre, ser cuidados por ellos y a mantener relaciones afectivas permanentes, personales y regulares con ambos progenitores y demás parientes, especialmente si se encuentran separados por cualesquiera circunstancias, salvo que la convivencia o relación afecten sus derechos y garantías.

Art. 22.- derecho a tener una familiar y a la convivencia familiar. - los niños, niñas y adolescentes tienen derecho a vivir y desarrollarles en su familia biológica.

Excepcionalmente si aquello sea imposible o contrario a su interés superior, los niños, niñas y adolescentes tienen derecho a otra familia, de conformidad con la ley.

Art. 96.- Naturaleza de la relación familiar. - la familia es el núcleo básico de la formación social y el medio natural y necesario para el desarrollo integral de sus miembros, principalmente niños y adolescentes.

Art. 98.- Familia biológica. - Se entiende por familia biológica la formada por el padre, madre, sus descendientes, ascendientes y colaterales hasta el cuarto grado de consanguinidad.

Dentro del sistema jurídico ecuatoriano, Ecuador no cuenta con un código de la familia unificado, por lo cual, se cuentan con otros estatutos que regulan diferentes instancias de la familia: ley de la mujer y la familia, ley del anciano, entre otros. Sin embargo, para efectos de esta investigación se toma en cuenta únicamente aquellos relacionados a la familia como una unidad y no a cada uno de sus miembros.

### **1.2.2. El ciclo evolutivo de la familia.**

Desde la infancia hasta la jubilación, las etapas emocionales e intelectuales que experimenta como miembro de la familia se denominan ciclo de vida familiar. En cada etapa, se enfrenta a desafíos en su vida familiar le permiten desarrollar o dominar nuevas habilidades

(Narváez, 2020). Dominar estas habilidades ayudan a enfrentar los cambios experimentan casi todas las familias

A continuación, es importante dar una breve mirada hacia el concepto del ciclo vital de la familia y su clasificación, para comprender la satisfacción familiar hay que entender cómo se conforma una familia y las etapas influyen en la satisfacción de sus miembros.

No todo el mundo ha pasado por el escenario sin contratiempos. En algunos casos, como una enfermedad grave, problemas económicos o la muerte de un ser querido, afecta su capacidad para completar estas etapas. Afortunadamente, si omite habilidades en una determinada etapa, las aprenderá en etapas posteriores (Narváez, 2020). Dominar las habilidades y los hitos de cada etapa le permite pasar con éxito de una etapa de desarrollo a la siguiente. Si no domina estas habilidades, es posible aún avanzar a la siguiente etapa, pero es más probable encuentre dificultades interpersonales y transiciones futuras. La teoría del ciclo de vida familiar sugiere una transición exitosa, así pues, ayudará a prevenir enfermedades y trastornos emocionales o relacionados con el estrés.

Ya sea padre o hijo, hermano o hermana con descendencia o vínculos emocionales, su experiencia en el ciclo de vida familiar afectará quién es y en quién se convertirá. Cuanto más sepa sobre los desafíos en cada etapa del ciclo, más probabilidades tendrá de avanzar con éxito (Narváez, 2020). De forma general, los autores anteriormente mencionados coinciden en ciertos aspectos: la familia es la base de la sociedad, una de las funciones de la familia es la procreación y perpetuación de la familia.

Así como los seres humanos, la familia cumple ciertas etapas de maduración y perecimiento, estas se detallan a continuación:

**Formación de pareja:** esta es la primera etapa, se diría es una etapa previa con la separación de dos individuos de sus familias de origen para unirse y conformar una nueva familia. En este momento se dan nuevas normas de convivencia y se consolidan como un sistema autónomo.

**Familia con hijos pequeños:** se da el nacimiento del primer hijo y se crean los holones (madre-hijo / padre-hijo). Para esta etapa se dé sin complicaciones es necesario el holón

marido-mujer se reorganice de tal forma logre adaptarse al nuevo miembro sin sufrir cambios en su estructura más básica.

**Familia con hijo en edad escolar o adolescente:** empieza si los hijos inician su formación académica y se empiezan a dar nuevas relaciones con un nuevo sistema (escuela), esta termina si los hijos se gradúan. La familia volverá a adaptarse y ser un sistema flexible permite la interacción con los sistemas que aparecerán (escuela, amigos, colegio, pareja, entre otros).

**Familia con hijos adultos:** se da si el último de los hijos se va del hogar, la familia volverá a reorganizarse y vuelve a estar conformada por la pareja inicial.

### 1.2.3. Holones o subsistemas de la familia.

Los holones son sub grupos, que se forman a lo largo del ciclo vital de la familia, se dan en base a diferentes criterios y vínculos. Uno de los modelos teóricos propone el concepto de holones es el Modelo Sistémico estructural de Salvador Minuchín. Éste presenta cuatro tipos de holones en las familias:

**Tabla 3.**  
*Tipos de Holones*

Tipología	Definición
<i>Holón individual</i>	Se refiere al concepto que tiene de sí mismo una persona y contiene determinantes personales e históricas del individuo.
<i>Holón conyugal</i>	Se forma si dos adultos se unen con la intención explícita de formar una familia que comparta intereses, metas y objetivos, donde la pareja desarrolla pautas de complementariedad que permitan a cada uno ceder sin sentirse vencido.
<i>Holón parental</i>	Se constituye con el nacimiento del primer hijo, este es el momento donde se trazan límites los mismo que permitirán el acceso del niño a ambos cónyuges de una forma adecuada.
<i>Holón fraterno</i>	Los hermanos se apoyan entre sí, se divierten, aprender a convivir juntos, elaboran pautas de interacción para negociar, cooperar y competir.

**Nota:** Arias, Castro, Rivera y Ceballos (2019)

Es importante recordar que la familia es una unidad dinámica y cambiante. En el paso por las etapas, las personas experimentan problemas muy complicados, los holones sufren alteraciones y conflictos. Estos conflictos se conocen como periodos de crisis y una vez resueltos se conocen como periodos de transición. El desarrollo de los holones incluyen fluctuaciones, periodos de estabilidad y crecimiento mediante los conflictos, siempre y

cuando los miembros perciban la oportunidad de cambio y no se estanque la familia y su desarrollo desencadenan psicopatía.

#### **1.2.4. Tipos de familias.**

Al mantener el curso teórico sistémico estructural, Minuchin y Fishman (en Guatrochi, 2020) proponen diez tipos de familias:

##### *Familias de pas deux.*

Son familias que están compuestas por dos personas. Esta familia está compuesta por madre, abuela e hijo los mismos mantiene una estrecha relación entre ellos, en esta familia es importantes conocer su organización jerárquica y aclarar los límites entre los subsistemas.

##### *Familia con soporte.*

Este tipo de familia era muy común hace años atrás donde esta era muy extensa y los hijos mayores adoptan responsabilidades de los padres.

##### *Familia acordeón.*

Las familias de los migrantes son claro ejemplo de este tipo de familia, uno de los progenitores permanece alejada durante largo tiempo y en otros casos los dos se ausentan del hogar, donde el cónyuge se queda o una tercera persona asumen la función del cuidado de los niños.

##### *Familias cambiantes.*

Esta familia se caracteriza por el cambio constante de domicilio donde la familia queda aislada por lo que pierde su red de apoyo familiar y comunitario.

##### *Familias huéspedes.*

Este tipo de familia da alojamiento y es incorporado temporalmente un niño dentro de la estructura familiar, los lazos temporales se crean entre los miembros de la familia son rotos si el niño tiene que mudarse y regresar con su familia de origen.

##### *Familias con padrastros o madrastras.*

Cuando a la familia ingresa una persona externa del mismo, es la nueva pareja ya sea del padre o de la madre.

#### *Familia con un fantasma.*

Cuando una familia ha sufrido la muerte de uno de sus cónyuges se tropieza con problemas para asignar las tareas del miembro faltante, donde nadie asume las tareas realizaba el padre o la madre fallecida por deslealtad a su memoria, en ciertas ocasiones estas familias viven a la luz de un duelo no superado.

#### *Familias descontroladas.*

Son familias en las que uno de sus miembros presenta síntomas al ejercer el control, los problemas se presentan en uno o varios campos como la organización jerárquica de la familia, la puesta en práctica de las funciones, etc.

#### *Familias psicósomáticas.*

Este tipo de familia funciona excelentemente si algún miembro de la familia está enfermo, por lo tanto, los cuidados son excesivos y las características que presenta esta familia es de sobreprotección, fusión o unión excesiva entre los miembros de la familia.

### **1.2.5. Antecedentes Investigativos sobre la Satisfacción Familiar.**

La variable de satisfacción familiar ha alcanzado gran importancia en el estudio de los fenómenos relacionales del ser humano. Sin embargo, al ser un factor se presenta en el primero entorno en el cual se desenvuelve la persona, la mayoría de estudios se han enfocado en la población infantil y adolescente. Muy pocos estudios se enfocan en investigar la satisfacción familiar desde el punto de vista de los padres o adultos. En el caso de la población de madres universitarias, los antecedentes investigativos abarcan un debate científico reducido o casi inexistente en cuanto a la población de madres universitarias.

Es así como, se ha observado varios tipos de estudios relacionan la satisfacción familiar con distintos tipos de comportamientos humanos, en el caso de Cuba se expuso la importancia de la satisfacción familiar en población adolescente y preuniversitaria (Hernández, Valladares, Rodríguez & Selín, 2014). Así pues, en México, Loredó (2019),

realizó un estudio acerca de la relación entre satisfacción familiar y el afrontamiento de soledad en adolescentes.

Acerca de la satisfacción familiar, Villareal (2017) realizó un estudio acerca de las variables que influyen en la Satisfacción Familiar y la validación de la Escala de Satisfacción Familiar en población universitaria. Por otro lado, Jiménez y otros (2016) realizaron un estudio acerca del comportamiento de los adultos mayores acerca de la satisfacción familiar y la seguridad doméstica en el cual, se relacionó la presencia de niveles bajos de satisfacción familiar con ciertos comportamientos de riesgo en cuanto a dependencia funcional de la tercera edad.

En cuanto a las investigaciones elaboradas en Latinoamérica, se encontró en Argentina, Genebroso (2019), realizaron un estudio en población universitaria acerca de la satisfacción familiar y tipos de familia en unidades educativas mientras que en el mismo año se realizó un estudio de la misma variable en los congregantes de una iglesia evangélica. Perú consta como uno de los países en los cuales se ha realizado la mayor parte de investigaciones en el tema de satisfacción familiar (Alayo & Guerra, 2018; Samame, 2019; Rosas, 2019; Tavera, 2020). Incluso se ha vinculado con el riesgo de personal de la salud (Cruz, Fernández, Calderón & Perdomo, 2017; Kcana & Pablo, 2019) y otros problemas de atención psicológica (Rodríguez et al, 2018), de esta forma demuestra la importancia de la evaluación de la satisfacción familiar en población universitaria.

Finalmente, en Ecuador, las investigaciones se centran en la población adolescente. Guanuchi y Morocho (2016) realizaron un estudio sobre los niveles de satisfacción familiar en adolescentes, asociados a factores demográficos, obtuvo como resultados el 42% de los participantes reportaron nivel medio de satisfacción familiar y los factores demográficos aportan con cierta estabilidad, sin embargo, no alcanzan una incidencia significativa en la misma. Así, Semblantes (2018) realizó un estudio sobre la percepción de la funcionalidad y grado de satisfacción del individuo respecto de su entorno familiar y la posible relación con sintomatología depresiva en adolescentes, en el cual obtuvo una relación significativa entre funcionamiento, satisfacción familiar y depresión. López (2018) realizó un estudio sobre las relaciones intrafamiliares y la satisfacción familiar en adolescentes de familias reconstituidas. En este estudio se encontró una correlación positiva moderada entre las variables.

De igual manera, Tovar (2019) realizó una investigación sobre la satisfacción familiar y su relación con la ansiedad, obtuvo como resultados la mayoría de los adolescentes evaluados presentaron satisfacción familiar elevada y niveles de ansiedad moderados. Finalmente, Medina (2019) realizó un estudio sobre la funcionalidad familiar y satisfacción familiar en adolescentes, obtuvo como resultado la funcionalidad familiar mantiene una relación significativa con la satisfacción familiar de los estudiantes de la Unidad Educativa Santa Rosa, es decir, estos adolescentes presentaron a mayor funcionalidad, mayor satisfacción familiar.

### **1.2.6. Conceptos Generales de la Satisfacción Familiar**

La satisfacción familiar corresponde a la percepción individual que cada miembro de la familia posee acerca de la relación que tiene con los demás en su sistema familiar. Para determinar el nivel de satisfacción familiar que posee un individuo es necesario evaluar cuatro elementos principales: los niveles comunicativos, el grado de cohesión y el nivel de adaptabilidad familiar y la expresión de los conflictos.

La satisfacción familiar es una percepción individual, esta varía de uno a otro miembro del mismo ambiente, esto depende en gran medida de las experiencias positivas y negativas, que se vivan en el círculo familiar. Barraza (2017) dice al respecto “se encuentra ligada a los sentimientos, que se dan a partir de las interacciones que ocurren entre el sujeto y los otros miembros de la familia” (p.23), por lo cual, los niveles bajos o altos de satisfacción familiar dependen de la calidad de interacción entre los miembros de la familia.

La eficacia de la relación de pareja juega un papel muy importante en la percepción de satisfacción familiar pues dentro de la familia nuclear hay que tomar en cuenta el tipo de relación entre padre-madre e hijos, más que la calidad marital (Velloo, Yang, Kaur & Singh, 2019). Es decir, la relación afectiva, que sea positiva entre padres e hijos permitirá un ambiente más cómodo y, por lo tanto, existirá mayor satisfacción.

### **1.2.7. Características de la Satisfacción Familiar.**

Se han definido 12 características esenciales que permiten definir el nivel de satisfacción familiar, Tercero y otros (2013) las definen de la siguiente manera:

**Compromiso:** el nivel en el, que se involucra cada miembro en el futuro de los demás, si existe buena cohesión existe buen compromiso entre los miembros para el logro de metas a futuro (personales/ familiares).

**Expresión del aprecio:** en un ambiente familiar saludable, el aprecio es expresado abierta y verbalmente, es decir, hacen saber a los demás por medio de palabras y acciones que son especiales.

**Matrimonio fuerte:** mientras la pareja permanezca sólida y unida, la familia es influenciada de tal manera que el respeto mutuo de los progenitores es un factor crítico.

**Tiempo de calidad compartido:** el tiempo de calidad es aquel en el, que se invierte para saber cómo se encuentran los demás miembros de la familia.

**Comunicación:** la salud de una familia depende de cuánto están abiertos a compartir y escuchar de los demás. Al mismo tiempo el uso de un tono de voz calmado y estar abiertos al cambio.

**Estilo de vida saludable:** la búsqueda de una nutrición apropiada para todos los miembros, adecuadas horas de descanso y ejercicio físico moderado son variables esenciales en una familia saludable.

**Fortaleza espiritual:** dentro de una familia saludable existe la espiritualidad al máximo, sea cual sea la creencia personal o familiar, se permite la libre expresión de la misma.

**Positivismo:** búsqueda del mejor lado de cada situación.

**Aceptación de la individualidad:** concentrarse en los aspectos que van más allá de los errores o defectos, tratar de potencializar las características de hacen único a cada miembro.

**Involucramiento en la comunidad:** las familias saludables viven todos sus aspectos al máximo, incluyen lo relacional, se encuentran siempre en búsqueda de explotar su máximo potencial con sus relaciones intra e interpersonales.

**Perdón:** enseñar y prácticas el perdón, no dejar abierta una discusión, herida o pelea. Se practica el aprender de los errores y perdonar.

**Diversión:** va de la mano de compartir tiempo de calidad, el humor, la espontaneidad y las bromas pues ayudan a mantener el sentido positivo de la vida en la familia.

## **CAPITULO II. DISEÑO METODOLÓGICO**

A continuación, se detallará aspectos relacionados a la metodología utilizada en la construcción y aplicación de este proyecto de investigación. Estos se dividen en paradigma

de investigación, el cual es la base sobre la cual se cimentó el estudio bibliográfico y empírico; la modalidad y alcance del proyecto que guio la investigación. Así pues, se brindará información detallada de las técnicas, instrumentos y herramientas, que se utilizaron con el fin de comprobar o descartar las hipótesis propuestas. Finalmente, se definirá la información acerca de la población, muestra y participantes elegidos para formar parte del estudio, los procedimientos y métodos seleccionados para el análisis estadístico de la información recolectada.

## **2.1. Paradigma**

De forma general, el paradigma se define como un concepto que reúne y relaciona teorías, que se formulan dentro de un marco específico que es aceptado por un conjunto de científicos e investigadores se diferencia así una comunidad de otra. Este constituye la base o fundamento sobre el cual se definirá la práctica investigativa de aquello que lo acepten. En 1994, Guba y Lincoln propusieron la clasificación de los paradigmas en investigación en cuatro principales: positivismo, post-positivismo, teoría crítica y constructivismo (citado en Ramos-Galarza, 2019). Así, definieron tres preguntas básicas para que un investigador se posicione en uno de ellos, la interrogante ontológica (¿cuál es la forma y naturaleza de la realidad?) la interrogante epistemológica (¿cuál es la naturaleza de la relación entre el conocedor o posible conocedor y qué es aquello que es conocido?) y la interrogante metodológica (¿cómo el investigador descubre aquello que el cree es cognoscible?).

Al tomar en cuenta las interrogantes anteriores, para este proyecto se decidió basar la investigación en un paradigma post positivista. Cómo su nombre lo indica, este paradigma tiene como base el positivismo con la diferencia que este considera que la realidad existe, sin embargo, no es aprehendida en su totalidad. Es decir, cada fenómeno de la realidad, que sea investigado es conocido únicamente desde la perspectiva incompleta de quien lo estudia, y esta perspectiva es influida a su vez por las creencias, pensamientos e ideales subjetivos. En base a esto, Hernández, Fernández y Baptista (2014) enumeraron las características del paradigma post positivista, son:

- La realidad es conocida de forma incompleta
- El investigador forma parte del fenómeno de interés
- El objeto de estudio influencia al investigador, y viceversa.

- La teoría o hipótesis que sustenta la investigación influye en el desarrollo de la misma.
- El investigador es consciente de que sus valores o tendencias influyen en su investigación
- Siempre existirá un margen de error en las mediciones, que se realicen
- Los hallazgos se respaldarán y comprobarán en una base teórica

En cuanto a la respuesta de las tres interrogantes, este paradigma afirma que la realidad, al contrario del positivismo, no es una concepción ingenua sino reflexiva (Ramos, 2015) en la cual es imperfectamente cognoscible pues los fenómenos que en ella se presentan son incontrolables. Así mismo, los resultados, que se encuentren en una investigación se consideran como probablemente verdaderos. Finalmente, al respecto de la metodología, el paradigma post positivista utiliza una experimentación modificada, en donde se consideran los métodos cuasi-experimentales y se considera la posibilidad de incluir métodos cualitativos como análisis de contenido (Marín, Hernández & Flores, 2016), poseen elementos cuantitativos, entre otros.

Debido a las características enumeradas, este proyecto se basó en el paradigma post positivista pues permite la comprobación de un fenómeno elegido mediante el análisis cuantitativo, comprobado y basado en una fundamentación teórica. De acuerdo con Hernández y otros (2014), este enfoque “utiliza la recolección de datos para probar una hipótesis con base en la medición numérica y el análisis estadístico para establecer patrones de comportamiento” (p. 10). Con esto se logra darles una categoría a las variables, lo que permite construir nuevas teorías en base al rechazo o comprobación de nuestra hipótesis inicial.

### **Enfoque de la investigación**

El enfoque de esta investigación es de tipo cuantitativo pues, uno de los objetivos del estudio es analizar mediante expresión numérica la frecuencia y nivel de ocurrencia de los fenómenos estudiados con el fin de describirlos (Monje, 2017). Este tipo de investigación recopila información para poner a prueba la hipótesis mediante estrategias estadísticas y medición numérica, permite proponer patrones de comportamiento y probar los fenómenos teóricos que explican los patrones.

Este nivel de investigación utiliza la observación como método descriptivo, a su vez se nombra correlacional pues se enfoca en medir y evaluar el grado de relación existente entre dos variables en un grupo de sujetos en una investigación (Hernández et al, 2014). Esta relación es positiva o negativa permite la comprobación o no de la hipótesis, según sea el caso. Por otro lado, el alcance descriptivo tiene como objetivo especificar las propiedades más importantes detallan las características de las variables a estudiarse de manera independiente.

Este tipo de enfoque posee ciertos parámetros que permiten al investigador definir su investigación:

- Se utiliza la medición exhaustiva y objetiva pues es la única forma de alcanzar el conocimiento.
- Existe relación de independencia entre el sujeto y el objeto, el investigador observa desde fuera y permite que el objeto sea el elemento singular de estudio.
- Posee concepción lineal investigativa a través de estrategias deductivas.
- El método de investigación es hipotético-deductivo.

El presente proyecto posee las características y parámetros necesarios para tomarse en cuenta en estudios de nivel cuantitativo, por lo cual, este formó parte de la base metodológica en la cual se cimentó el estudio en cuestión. Debido a, que se hipotetiza una relación entre las variables mencionadas.

### **Tipo de Investigación**

El diseño de una investigación permite que un proyecto se lleve a cabo de forma efectiva, para lo cual esta investigación se denominó de tipo no experimental pues las variables no se manipulan, sino, que se observan tal y como se presentan en la población seleccionada. Los estudios realizados con respecto al estrés académico en estudiantes universitarias dan lugar al entendimiento de que varios factores son predisponentes para su presencia (Álvarez & González, 2017). En base a esto se observa de manera no sistematizada en un segmento de madres universitarias, actitudes favorables ante la posibilidad de sufrir estrés académico, frecuentes síntomas físicos como cefaleas o cansancio excesivo e injustificado, rigidez en cuello y mandíbula, malestares estomacales y quejas constantes de dificultad para conciliar y mantener el sueño. Así, el objetivo de la investigación es determinar la relación existente

entre el estrés académico y la satisfacción familiar en madres universitarias en cuarentena por Covid-19.

Para esto se realizará un estudio cuantitativo, con alcance descriptivo correlacional y de corte transversal en una muestra de madres universitarias de la ciudad de Ambato. La fundamentación teórica se basará desde el enfoque cognitivo – conductual (Herández, et al, 2014). Se optó por esta metodología pues no se considera necesaria la manipulación de variables obtiene datos reales con los cuales se comprobará la hipótesis planteada.

### **Formulación de la hipótesis**

La hipótesis es una predicción o explicación provisional de un fenómeno o de lo, que se espera encontrar al momento de realizar un estudio. En este caso es una predicción de la relación entre dos o más variables estudiadas (Espinoza et al, 2018). Una hipótesis constituye una realidad temporal que no es aceptada o rechazada, se formula como una proposición, idea o argumento.

En la investigación existen dos tipos de hipótesis: nula y alternativa. La hipótesis nula expresa una postura de conformidad en donde no existen efectos de una variable sobre otra (en caso de investigaciones correlacionales). Estas hipótesis no se construyen, sino que están presentes desde el momento en que inicia la investigación de un fenómeno, a su vez existen con el propósito de ser rechazadas. Por otra parte, la hipótesis alternativa es aquella conjetura propuesta por el investigador, constituye el parámetro de investigación o de lo, que se espera comprobar.

Es así que, en el presente proyecto de investigación, la hipótesis alternativa que guiará el proceso de evaluación se enuncia de la siguiente forma:

Existe relación entre el estrés académico y la satisfacción familiar en madres universitarias durante la cuarentena en época de covid-19.

### **2.2. Población y muestra**

La población de interés del presente estudio se constituyó de madres estudiantes universitarias, que se encuentren en etapa de adultez temprana (de 18 a 40 años), cursan estudios de tercer nivel desde primero hasta décimo semestre, en universidades públicas y

privadas de la ciudad de Ambato, en la provincia de Tungurahua. La población elegida constituyó de un total de 200 estudiantes universitarias que a su vez son madres.

Debido al tamaño poblacional se decidió trabajar con todos los sujetos, de los cuales se obtuvo una muerte muestral de 35 sujetos por diversas variables externas, con lo cual la muestra final constó de 165 participantes. Además, no se excluyó factores como el estado civil, estado socioeconómico o étnico, si se dedican solo a estudiar o combinan sus estudios con el trabajo.

Dentro de las características de la muestra, se comprende un análisis preliminar de las condiciones de los participantes. Como se observa en la tabla 5, la muestra se conformó de mujeres de las cuales el 73.9% son madres de un hijo, el 14.5% tienen dos o más hijos y el 11.5% se encontraban embarazadas al momento de la valoración.

De estas madres que participaron en el proyecto, el 64.8% se ubican entre los 21 y 25 años de edad, el 23% de entre 26 a 30 años y el 12.1% entre 18 y 20 años.

**Tabla 5.**  
*Datos Sociodemográficos de la muestra.*

Variable	Frecuencia <i>f</i>	Porcentaje %
Estado Actual de la participante		
Embarazada	19	11.5
Madre de 1 hijo	122	73.9
Madre de 2 o más	24	14.5
Edad		
18-20 años	20	12.1
21-25 años	107	64.8
26-30 años	38	23
Identificación étnica		
Mestiza	163	98.8
Indígena	2	1.2
Estado Civil		
Soltera	82	49.7
Unión Libre	37	22.4
Separada	2	1.2
Divorciada	5	3
Casada	39	23.6
¿Con cuántas personas vive?		
Sola	6	3.6
Con mi pareja	12	7.3
Familia de 3 miembros	49	29.7
4 o más personas	95	57.6
Otros	3	1.8

**Fuente:** Ficha Sociodemográfica (2020)

**Elaborado por:** María José Gallo (2021)

Al indagar sobre su identificación étnica, se obtuvo que el 98.8% se identifican como mestizas mientras que, solo el 1.2% se identifican como indígenas, en esta muestra no se

obtuvieron variables étnicas como blanca, afro ecuatoriana u otros. Así, pues, sobre su estado civil, el 49.7% de las participantes informó encontrarse soltera, el 23.6% informó estar casada, el 22.4% dijo encontrarse en unión libre, el 3% se encontraban divorciadas y el 1.2% se había separado de su pareja.

En cuanto a su familia, el 57.6% dijo vivir en familias de 4 o más personas, el 29.7% en familias de 3 miembros, el 7.3% viven con su pareja, el 3.6% viven solas y el 1.8% reportó encontrarse en otras circunstancias. Son estos las características socio demográficas de la muestra escogida para la realización de este proyecto.

Así, se pidió a las participantes reportar ciertas características sobre su situación académica, siendo estos los resultados:

**Tabla 6.**  
*Características de la muestra*

Variable	Frecuencia <i>f</i>	Porcentaje %
Tipo de Universidad al que pertenece		
Universidad Pública	138	83.6
Universidad Privada	27	16.4
Área de estudios a la que pertenece		
Salud	128	77.9
Administración	19	11.5
Jurisprudencia	5	3
Otros	13	7.9
TOTAL	165	100

**Fuente:** Ficha Sociodemográfica (2020)

**Elaborado por:** María José Gallo (2021)

Como se observa en la tabla 6, el 83.6% de las participantes pertenecen a una universidad pública mientras que el 16.4% asiste a una universidad privada. Así mismo, el 77.9% de la muestra cursa carreras relacionadas al área de Salud, el 11.5% cursa carreras de Administración, el 7.9% se encuentra en otras áreas de estudios universitarios y el 3% cursa carreras de Jurisprudencia. Son estos los factores finales de la caracterización de la muestra.

### 2.3. Técnicas e Instrumentos

A continuación, se describen las técnicas e instrumentos, que se utilizaron para la recolección de datos de este estudio.

En cuanto a técnicas, se utilizó la observación científica por medio de la ficha sociodemográfica Ad Hoc y la recolección de datos por medio de entrevista psicológica.

### **Observación participativa estructurada**

Esta técnica permite la generación de hipótesis en torno a la indagación de un problema planteado, la información, que se obtiene mediante esta técnica servirá para la construcción de la ficha sociodemográfica donde se detallan los datos relevantes de los participantes.

### **Entrevista psicológica estructurada**

El fin de utilizar esta técnica es asegurar la objetividad de los resultados obtenidos y, por consiguiente, de la investigación realizada. Esta constituye una técnica utilizada en estudios e investigaciones en la rama de las ciencias sociales (Bleger, 2016). Se encuentra orientada por medio de instrumentos psicométricos seleccionados para la medición del estrés académico y la satisfacción familiar.

Los instrumentos utilizados para este estudio fueron: ficha sociodemográfica Ad Hoc, Inventario SISCO de Estrés Académico y Escala ESFA de Satisfacción Familiar por Adjetivos.

### **Ficha Ad Hoc sociodemográfica.**

Es un cuestionario estructurado en base a las características de la población, permite recopilar datos generales y específicos de los participantes de la investigación con el fin de conocer a profundidad las características a nivel social, económico o académico, según la necesidad de la investigación.

La ficha construida para este estudio contó con siete preguntas, de las cuales cinco refieren a la situación sociodemográfica de las participantes y dos refieren a la situación académica.

Esta ficha fue valorada y aceptada por una experta en el área investigativa y psicológica previo a la aplicación.

### **Inventario SISCO de Estrés Académico**

Este inventario fue desarrollado por Barraza (2012), de tipo auto descriptivo, es decir, se presenta como un auto informe generado por el evaluado. Abarca distintos aspectos de la dinámica con base en auto observación. Consta de 31 ítems organizados de la siguiente manera: el primer ítem sirve de filtraje, permite determinar si el participante es candidato o no; el segundo ítem consta con escala Likert en donde 1 es poco y 5 es mucho, permite identificar el nivel de intensidad de estrés académico. Los siguientes ocho ítems permiten

identificar las demandas del entorno y con qué frecuencia son percibidas como estímulos estresores. Estos ítems constan de calificación en escala Likert (1=poco a 5=mucho). Los siguientes quince ítems evalúan la frecuencia con, que se presentan los síntomas en referencia al estímulo estresor, constan de escala Likert, estos se encuentran divididos en tres dimensiones: reacciones físicas, psicológicas y comportamentales.

Finalmente, seis ítems que identifican la frecuencia de uso de estrategias de afrontamiento, así pues, organizadas con calificación de escala Likert. Este inventario se califica de forma separada los primeros diez ítems. En los quince ítems siguientes, a cada respuesta del inventario se le asigna un valor ya preestablecido. Se recomienda 0 para nunca, 1 para algunas veces, 2 para casi siempre y 3 para siempre. Se obtiene la media por cada ítem y se transforma en porcentaje a través de regla de tres simples. Una vez obtenido el porcentaje se interpreta con el siguiente baremo: de 0 a 33%: nivel leve; de 34% a 66% nivel moderado; y de 67% a 100% nivel profundo. Para cada dimensión se obtiene la media respectiva y se interpreta con el baremo ya mencionado. Los seis últimos ítems se interpretan forma individual para obtener la estrategia más utilizada para afrontamiento del estrés académico.

En cuanto a las propiedades psicométricas del cuestionario se obtuvo una confiabilidad por mitades de .87 y una confiabilidad en alfa de Cronbach de .90, estos niveles de confiabilidad son valorados como muy buenos. Este inventario se administra de forma individual o grupal, no se encuentra un tiempo limitado para su aplicación, sin embargo, dura entre 10 a 15 minutos. Debido a que el tema se desarrolló en tiempo de pandemia por covid-19, en la provincia de Tungurahua y alrededor del Ecuador, se encontró la disposición de cuarentena restringida causan el cierre temporal de centros educativos. Debido a las disposiciones de salud, este cuestionario fue digitalizado y administrado vía online grupal con la supervisión de los docentes universitarios y la investigadora presente mediante salas de video llamada para explicar y responder preguntas relacionadas a la comprensión del instrumento.

### **Escala de Satisfacción Familiar por Adjetivos (ESFA)**

Esta escala fue creada por Barraca y López (Tercero et al, 2013). El ESFA va dirigido a adolescentes a partir de los 16 años, sin embargo, en la población mexicana y peruana se han obtenido baremos desde la edad de 9 años en adelante. Proporciona una medida objetiva sobre la percepción global que el participante tiene sobre su situación familiar. Es una de las pruebas más utilizadas en los estudios relacionados a bienestar y ajuste familiar. Esta escala

está compuesta por 27 ítems, los mismos contienen una pareja de adjetivos antónimos que manifiestan las distintas emociones, que se dan dentro del grupo familiar, esto ayuda a que la prueba sea breve y sencilla al momento de ser respondida. Los resultados se dan mediante una única puntuación total de la cual luego se saca el centil correspondiente.

Evalúa la satisfacción familiar percibida por los miembros de la familia mediante sus diferentes adjetivos antónimos, es el encabezado general para los 27 ítems: “Cuando estoy en mi casa, con mi familia, más bien me siento.”, en donde el investigado marca la respuesta (totalmente, bastante, algo). Este test dentro de la versión española presente una consistencia interna de alfa de Cronbach de .97 (para la muestra total) y con el método de mitades partidas obtuvo .96 (para la muestra total). Esta escala es de administración individual y colectiva, su duración es de 10 minutos aproximadamente y está validada para usar con población adolescente y adulta.

Debido a que el tema se desarrolló en tiempo de pandemia por covid-19, en la provincia de Tungurahua y alrededor del Ecuador, se encontró la disposición de cuarentena restringida causan el cierre temporal de centros educativos. Debido a las disposiciones de salud, este cuestionario fue digitalizado y administrado vía online grupal con la supervisión de los docentes universitarios y la investigadora presente mediante salas de video llamada para explicar y responder preguntas relacionadas a la comprensión del instrumento.

#### **2.4. Recolección de datos**

Para la realización de este proyecto se recopiló antecedentes e información bibliográfica de los aspectos relevantes a las variables de estrés académico y satisfacción familiar, consecuentemente se realizó un análisis del contenido en dicha información lo cual permitió la selección objetiva de los instrumentos psicométricos más adecuados para su uso en población ecuatoriana.

La investigación contó con la participación de 165 madres universitarias estudiantes de las instituciones de tercer nivel ubicadas en la ciudad de Ambato, provincia de Tungurahua, Ecuador. La recolección de información se realizó de forma grupal, por medio de salas de video llamada organizadas en los distintos niveles y universidades. El tiempo estimado de aplicación fue 45 minutos. Esta recolección inició en el mes de octubre y culminó en el mes de diciembre de 2020. Cada grupo fue supervisado e instruido por la investigadora mediante

salas de video llamada en el software Teams de Microsoft para clases online o Zoom (depende de la modalidad de la universidad). Se aplicó de forma digital: carta de consentimiento informado, ficha sociodemográfica y cuestionarios psicométricos en el siguiente orden: Inventario SISCO de Estrés Académico y Escala ESFA de Satisfacción Familiar por Adjetivos. Una vez realizada la aplicación de la batería de evaluación psicológica, se procedió a la recopilación y depuración de la información. Este proceso consistió en evaluar minuciosamente las respuestas de las participantes e identificar información verídica y confiable aseguran que la investigación cuente con datos reales, que sean sometidos a los análisis respectivos.

La tabulación de los datos se dio a través del programa estadístico SPSS versión 25 utilizado para análisis en investigación de las ciencias sociales. Con la información recolectada se realizó el análisis e interpretación de los resultados.

### **CAPÍTULO III. RESULTADOS**

En la presente investigación se buscó indagar sobre el estrés académico en madres universitarias y la satisfacción familiar en cuarentena por Covid-19. Para este proyecto de investigación formativa se utilizaron herramientas psicológicas con altos niveles de confiabilidad para diagnosticar el nivel de estrés académico y la satisfacción familiar, pues de esta forma presentar la información detallada sobre los resultados obtenidos en la investigación.

#### **3.1. Análisis estadístico del Estrés Académico**

A continuación, se procede con el análisis categórico de los resultados obtenidos a través del instrumento psicológico “Inventario SISCO de Estrés Académico” utilizado para la evaluación de niveles de estrés académico.

Se analizaron los primeros ocho ítems que permiten reconocer con qué frecuencia las madres perciben los siguientes como factores estresores:

**Tabla 7.**  
*Factor 1. La competencia con los compañeros de grupo.*

<b>Variable</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
	<i>f</i>	<i>%</i>
Nunca	18	10.9
Rara vez	55	33.3
Algunas veces	59	35.8
Casi siempre	27	16.4

Siempre	6	3.6
TOTAL	165	100

**Fuente:** Inventario SISCO de Estrés Académico (2020)

**Elaborado por:** María José Gallo (2021)

Se encontró que, el 35.8% de las participantes algunas veces percibe la competencia existente con los compañeros de grupo como un agente estresor. El 33.3% rara vez se ha sentido estresada por la competencia entre compañeros de grupo. El 16.4% casi siempre se estresa debido a la competencia con los pares, el 10.9% nunca ha percibido la competencia con los pares como un agente estresor y finalmente, el 3.6% siempre se ha sentido estresada por la competencia con los compañeros de grupo.

De la misma forma se evaluó el segundo ítem de factores académicos que resultan como factores de estrés y se encontró los siguientes datos:

**Tabla 8.**  
*Factor 2. Sobrecarga de tareas y trabajos académicos*

Variable	Frecuencia <i>f</i>	Porcentaje %
Nunca	3	1.8
Rara vez	20	12.1
Algunas veces	48	29.1
Casi siempre	63	38.2
Siempre	31	18.8
TOTAL	165	100

**Fuente:** Inventario SISCO de Estrés Académico (2020)

**Elaborado por:** María José Gallo (2021)

Se observa en la tabla 8 que, el 38.2% de la muestra casi siempre ha percibido la sobrecarga de tareas y trabajos académicos como un factor de estrés, mientras que el 29.1% lo ha percibido estresante algunas veces. Así, el 18.8% reportó siempre sentirse estresadas por la sobrecarga de tareas y trabajos, especialmente en la situación de cuarentena por CoVid-19. Mientras que el 12.1% reportó que rara vez la sobrecarga de tareas y trabajos académicos ha representado un factor de estrés y el 1.8% dijo nunca sentirse estresadas por las tareas y trabajos académicos.

El tercer ítem de factores estresores se refiere a la personalidad y el carácter del profesor. Como se observa en la tabla 9, el 31.5% de la muestra considera que algunas veces, la personalidad y el carácter del profesor es estresante mientras que el otro 31.5% considera que rara vez ha sido estresante la personalidad y el carácter del profesor.

**Tabla 9.**  
*Factor 3. La personalidad y el carácter del profesor.*

Variable	Frecuencia <i>f</i>	Porcentaje %
Nunca	14	8.5
Rara vez	52	31.5
Algunas veces	52	31.5
Casi siempre	38	23
Siempre	9	5.5
TOTAL	165	100

**Fuente:** Inventario SISCO de Estrés Académico (2020)

**Elaborado por:** María José Gallo (2021)

Sin embargo, el 23% reportó que casi siempre la personalidad y el carácter del profesor constituye un factor de estrés mientras que el 8.5% considera que nunca se ha sentido estresada por la personalidad de su profesor y el 5.5% reportó que siempre el carácter y la personalidad del profesor es un factor que contribuye al nivel de estrés.

El cuarto factor abarca las evaluaciones a maestros, exámenes, ensayos y trabajos. En este factor se obtuvieron los siguientes resultados:

**Tabla 10.**

*Factor 4. Evaluaciones de los profesores, exámenes, ensayos, trabajos.*

Variable	Frecuencia <i>f</i>	Porcentaje %
Nunca	1	0.6
Rara vez	32	19.4
Algunas veces	48	29.1
Casi siempre	55	33.3
Siempre	29	17.6
TOTAL	165	100

**Fuente:** Inventario SISCO de Estrés Académico (2020)

**Elaborado por:** María José Gallo (2021)

El 33.3% de la muestra considera que casi siempre es estresante evaluar el desempeño de los profesores durante el año académico, rendir exámenes y entregar ensayos o trabajos. El 29.1% considera que algunas veces es estresante realizar tareas o rendir evaluaciones mientras que el 19.4% rara vez se ha estresado durante épocas de evaluaciones y entrega de trabajos finales. Por el contrario, el 17.6% siempre ha experimentado estrés durante las evaluaciones de los profesores, exámenes, entrega de ensayos y trabajos finales. Únicamente, el 0.6% dijo nunca sentir estrés en cuanto a evaluaciones, exámenes, ensayos y trabajos.

El quinto factor de estrés, que se presenta en el inventario SISCO abarca el tipo de trabajo que piden los profesores, los resultados se muestran a continuación:

**Tabla 11.***Factor 5. El tipo de trabajo que piden los profesores*

Variable	Frecuencia <i>f</i>	Porcentaje %
Nunca	3	1.8
Rara vez	30	18.2
Algunas veces	55	33.3
Casi siempre	55	33.3
Siempre	22	13.3
TOTAL	165	100

**Fuente:** Inventario SISCO de Estrés Académico (2020)**Elaborado por:** María José Gallo (2021)

Como se observa en la tabla 11, el 33.3% de la muestra considera casi siempre el tipo de trabajo que piden los profesores como un factor estresor mientras que el 33.3% opina lo mismo algunas veces. El 18.2% rara vez ha sentido el tipo de trabajo que pide el profesor como algo estresante y el 13.3% siempre se ha estresado al respecto, únicamente el 1.8% de la muestra nunca ha percibido el tipo de trabajo que piden los profesores como un factor de estrés.

El sexto factor de estrés académico se refiere a la posibilidad de no entender los temas, que se abordan en clase.

**Tabla 12.***Factor 6. El no entender los temas , que se abordan en clase.*

Variable	Frecuencia <i>f</i>	Porcentaje %
Nunca	2	1.2
Rara vez	49	29.7
Algunas veces	68	41.2
Casi siempre	34	20.6
Siempre	12	7.3
TOTAL	165	100

**Fuente:** Inventario SISCO de Estrés Académico (2020)**Elaborado por:** María José Gallo (2021)

Se observó que, el 41.2% algunas veces se ha estresado por no entender los temas en clase, el 29.7% reportó rara vez estresarse al no entender los temas en clase, el 20.6% casi siempre ha sentido estrés al no comprender los temas en clase mientras que el 7.3% siempre ha sentido estrés al no entender los temas en clase y únicamente el 1.2% nunca ha experimentado estrés al no entender temas dados en la clase.

El siguiente factor de estrés se refiere a la participación en clase y sus resultados se reflejan a continuación:

**Tabla 13.**  
*Factor 7. La participación en clase.*

Variable	Frecuencia <i>f</i>	Porcentaje %
Nunca	8	4.8
Rara vez	28	17
Algunas veces	82	49.7
Casi siempre	32	19.4
Siempre	15	9.1
TOTAL	165	100

**Fuente:** Inventario SISCO de Estrés Académico (2020)

**Elaborado por:** María José Gallo (2021)

Como se observa en la tabla 13, el 49.7% algunas veces ha sentido estrés al respecto de la participación en clase, el 19.4% dijo casi siempre sentir estrés al participar en clase o no participar lo suficiente. El 17% reportó rara vez sentirse estresadas por la participación en clase y el 9.1% por el contrario, reportó que este factor siempre ha sido estresor. Finalmente, el 4.8% dijo nunca sentir estrés respecto a la participación en clase.

Como último factor de estrés se tuvo el tiempo limitado para hacer el trabajo, se encontraron los siguientes resultados:

**Tabla 14.**  
*Factor 8.El tiempo limitado para hacer el trabajo.*

Variable	Frecuencia <i>f</i>	Porcentaje %
Nunca	6	3.6
Rara vez	19	11.5
Algunas veces	58	35.2
Casi siempre	46	27.9
Siempre	36	21.8
TOTAL	165	100

**Fuente:** Inventario SISCO de Estrés Académico (2020)

**Elaborado por:** María José Gallo (2021)

En cuanto a la tabla 14, se observa que el 35.2% algunas veces ha sentido estrés por el tiempo limitado para hacer y entregar trabajos, mientras el 27.9% casi siempre ha experimentado estrés en estas circunstancias, el 21.8% siempre ha percibido este factor como estresante y el 11.5% al contrario, rara vez ha sentido que el tiempo limitado para hacer el trabajo sea un estresor, finalmente, el 3.6% nunca ha tenido problemas de estrés en cuanto al tiempo limitado para entregar el trabajo.

A continuación, se realizó el análisis estadístico de los resultados obtenidos de la aplicación del Inventario SISCO de Estrés Académico. Este inventario evalúa el estrés

académico basado en tres sub escalas: reacciones físicas, reacciones psicológicas y reacciones comportamentales, estos resultados se muestran en las siguientes tablas:

**Tabla 15.**  
*Sub factor 1. Reacciones físicas*

Variable	Frecuencia <i>f</i>	Porcentaje %
Leve o nulo	14	8.5
Moderado	108	65.5
Grave	43	26.1
TOTAL	165	100

**Fuente:** Inventario SISCO de Estrés Académico (2020)

**Elaborado por:** María José Gallo (2021)

Se observó que el 65.5% de la muestra presenta niveles moderados de reacciones físicas de estrés tales como trastornos del sueño, cansancio permanente, dolores de cabeza, problemas de digestión, rasquiña o mayor necesidad de dormir. El 26.1% presentó graves reacciones físicas como fatiga crónica, migrañas, dolor abdominal y somnolencia. Mientras que el 8.5% presentó niveles leves o nulos de reacciones físicas como cansancio, pesadillas, diarrea, entre otros.

En la siguiente tabla se presentan los resultados obtenidos en cuanto a los niveles de reacciones psicológicas de estrés académico que las participantes reportaron:

**Tabla 16**  
*Sub factor de Reacciones Psicológicas.*

Variable	Frecuencia <i>f</i>	Porcentaje %
Leve o nulo	29	17.6
Moderado	127	77
Grave	9	5.5
TOTAL	165	100

**Fuente:** Inventario SISCO de Estrés Académico (2020)

**Elaborado por:** María José Gallo (2021)

El 77% de las participantes presentaron niveles moderados de reacciones psicológicas de estrés académico tales como: dificultad para relajarse, sentimientos recurrentes de depresión y tristeza, angustia constante, problemas de atención y concentración generalizados y aumento de la irritabilidad. El 17.6% presentó niveles leves o nulos de reacciones psicológicas al estrés académico tales como: dificultad para desconectarse de las actividades académicas, sentimientos de tristeza ocasionales, cambios repentinos de ánimo, entre otros. Finalmente, el 5.5% presentó niveles graves de reacciones psicológicas tales como: inquietud y ansiedad constante, sentimientos de decaimiento, problemas de concentración y memoria, sentimientos de agresividad y aumento de la irritabilidad.

Finalmente, se realizó el análisis de los resultados obtenidos en cuanto a las reacciones comportamentales de estrés académico:

**Tabla 17**

*Sub Factor de Reacciones Comportamentales*

Variable	Frecuencia <i>f</i>	Porcentaje %
Leve o nulo	13	7.9
Moderado	118	71.5
Grave	34	20.6
TOTAL	165	100

**Fuente:** Inventario SISCO de Estrés Académico (2020)

**Elaborado por:** María José Gallo (2021)

Como se observa en la tabla 17, el 71.5% de las participantes presentaron niveles moderados de reacciones comportamentales de estrés académico como: tendencia a polemizar, aislarse del grupo, decaimiento al realizar actividades académicas y aumento o reducción de consumo de alimentos, bebidas. El 20.6% de la muestra presentó niveles graves de reacciones comportamentales como tendencia al conflicto o discutir, aislamiento constante de todo grupo (social, familiar y de pareja), desganado para realizar las labores (retraso en la presentación de tareas o incluso incumplimiento de las tareas) y aumento o reducción de consumo de alimentos severo (atracones o abstinencia). Finalmente, el 7.9% de las participantes presentaron niveles leves o nulos de reacciones comportamentales.

**Tabla 18.**  
*Resultados del Inventario SISCO de Estrés Académico*

Variable	Frecuencia <i>f</i>	Porcentaje %
Leve o nulo	12	7.3
Moderado	134	81.2
Grave	19	11.5
TOTAL	165	100

**Fuente:** Inventario SISCO de Estrés Académico (2020)

**Elaborado por:** María José Gallo (2021)

El 81.2% de la muestra presenta niveles moderados de estrés académico, que se manifiesta en dificultades para conciliar el sueño, sueño interrumpido o pesadillas constantes, cansancio constante, sensación de aburrimiento y desgano. Asimismo, el 11.5% presentó niveles graves de estrés académico, que se manifiestan en insomnio o somnolencia constante, sueño corto durante la noche, pesadillas o terrores nocturnos, sudoraciones inexplicables, palpitaciones en extremidades o temblores, respuestas agresivas o exaltadas ante discusiones provocadas o desgano y anhedonia frente a actividades académicas. Y finalmente, el 7.3% presentó niveles leves o nulos de estrés académico.

Una vez obtenidos los resultados del estrés académico se realizó el análisis de las estrategias de afrontamiento que las participantes utilizaron en cuanto a los factores de estrés académico. Estos resultados se presentan en la siguiente tabla:

**Tabla 19**  
*Estrategia 1. Habilidad asertiva*

Variable	Frecuencia <i>f</i>	Porcentaje %
Nunca	8	4.8
Rara vez	41	24.8
Algunas veces	50	30.3
Casi siempre	45	27.3
Siempre	21	12.7
TOTAL	165	100

**Fuente:** Inventario SISCO de Estrés Académico (2020)

**Elaborado por:** María José Gallo (2021)

Como se observa en la tabla 19, el 30.3% de la muestra algunas veces utiliza la estrategia de afrontamiento conocida como habilidad asertiva para tratar con las situaciones estresoras

descritas anteriormente, el 27.3% casi siempre usa la asertividad para hacerle frente al estrés, el 24.8% rara vez se muestra asertiva en situaciones estresantes, el 12.7% siempre defiende su preferencia, idea o sentimientos sin dañar a otros en las diferentes situaciones académicas y el 4.8% nunca ha sido asertiva en cuanto a situaciones de estrés académico.

Como segunda estrategia de afrontamiento se encuentra la elaboración de un plan y ejecución de las tareas, se observaron los siguientes resultados:

**Tabla 20.**

*Estrategia 2. Elaboración de un plan y ejecución de las tareas*

Variable	Frecuencia <i>f</i>	Porcentaje %
Nunca	6	3.6
Rara vez	31	18.8
Algunas veces	73	44.2
Casi siempre	40	24.2
Siempre	15	9.1
TOTAL	165	100

**Fuente:** Inventario SISCO de Estrés Académico (2020)

**Elaborado por:** María José Gallo (2021)

Se observa que, el 44.2% algunas veces hace uso de esta estrategia, el 24.2% casi siempre elabora un plan y ejecuta sus tareas en base al mismo, el 18.8% rara vez tiene un plan que le permita afrontar las situaciones de estrés, el 9.1% siempre realiza un plan y ejecuta el mismo en base a las situaciones de estrés académico, que se le presente y el 3.6% nunca ha elaborado un plan o ejecutado tareas que le permita disminuir el nivel de estrés académico.

**Tabla 21**

*Estrategia 3. Elogios a sí mismo*

Variable	Frecuencia <i>f</i>	Porcentaje %
Nunca	10	6.1
Rara vez	52	31.5
Algunas veces	61	37
Casi siempre	25	15.2
Siempre	17	10.3
TOTAL	165	100

**Fuente:** Inventario SISCO de Estrés Académico (2020)

**Elaborado por:** María José Gallo (2021)

En cuanto a la tercera estrategia, el 37% algunas veces se elogia a sí mismo o reconoce de forma positiva e individual sus avances y metas alcanzadas académicamente. El 31.5% rara vez reconoce sus metas académicas de forma positivas, el 15.2% casi siempre se reconoce a sí mismo de forma positiva, el 10.3% siempre se elogia a sí mismo por los logros alcanzados y el 6.1% nunca se elogia a sí mismo ni se reconoce positivamente los logros obtenidos.

**Tabla 22**  
*Estrategia 4. Religiosidad*

Variable	Frecuencia <i>f</i>	Porcentaje %
Nunca	6	3.6
Rara vez	45	27.3
Algunas veces	65	39.4
Casi siempre	28	17
Siempre	21	12.7
TOTAL	165	100

**Fuente:** Inventario SISCO de Estrés Académico (2020)

**Elaborado por:** María José Gallo (2021)

Como se observa en la tabla 22, el 39.4% algunas veces hace oraciones o asiste a eventos religiosos si se siente estresada, el 27.3% rara vez hace oraciones o asisten a eventos religiosos si se sienten estresadas, el 17% casi siempre hace oraciones o asisten a eventos religiosos si se encuentran bajo estrés, el 12.7% siempre hace oraciones o asisten a eventos religiosos para mitigar sus situaciones de estrés. Finalmente, el 3.6% nunca hace oraciones ni asisten a eventos religiosos como ayuda para calmar sus situaciones de estrés.

**Tabla 23**  
*Estrategia 5. Búsqueda de la información sobre la situación*

Variable	Frecuencia <i>f</i>	Porcentaje %
Nunca	9	5.5
Rara vez	40	24.2
Algunas veces	74	44.8
Casi siempre	30	18.2
Siempre	12	7.3
TOTAL	165	100

**Fuente:** Inventario SISCO de Estrés Académico (2020)

**Elaborado por:** María José Gallo (2021)

Como se observa en la tabla 23, el 44.8% de la muestra algunas veces busca información sobre la situación de estrés que le permita solucionarlo, el 24.2% rara vez ha buscado información que le permita solucionar situaciones de estrés, el 18.2% casi siempre hace uso de información para mitigar la situación de estrés, el 7.3% siempre recurre a la búsqueda de información como un método de mitigar estrés y el 5.5% nunca ha investigado sobre información que le permita obtener solución a la situación de estrés.

Como siguiente estrategia de afrontamiento está la ventilación y confidencias, que permite la verbalización de la situación que preocupa. Se obtuvieron los siguientes resultados:

**Tabla 24**

*Estrategia 6. Ventilación y confidencia*

Variable	Frecuencia <i>f</i>	Porcentaje %
Nunca	6	3.6
Rara vez	48	29.1
Algunas veces	74	44.8
Casi siempre	28	17
Siempre	9	5.5
TOTAL	165	100

**Fuente:** Inventario SISCO de Estrés Académico (2020)

**Elaborado por:** María José Gallo (2021)

Como se observa en la tabla 24, el 44.8% de las participantes algunas veces recurren a sus amigos, familiares, pareja o profesionales para verbalizar la situación de estrés que les preocupa, el 29.1% rara vez ha recurrido a otros para hablar sobre los factores estresores que percibe, el 17% casi siempre recurre al apoyo social, familiar o profesional para solucionar situaciones de estrés, el 5.5% siempre acude en opinión y solución de otros para mitigar sus niveles de estrés frente a situaciones que le preocupan mientras que únicamente el 3.6% de la muestra nunca recurre a otros ni habla de sus preocupaciones como método de solución de situaciones estresores.

### 3.2. Análisis estadístico de la Satisfacción Familiar

Una vez realizado el análisis de la variable de estrés académico, se procedió a análisis la variable de satisfacción familiar, con lo cual se encontró los siguientes resultados:

**Tabla 25**  
*Resultados de la Escala ESFA de Satisfacción Familiar*

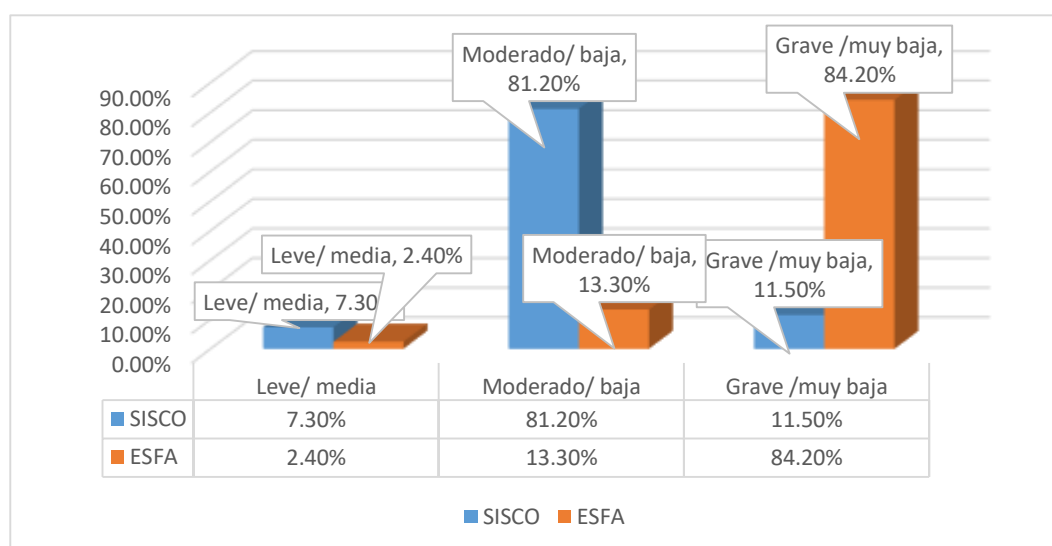
Variable	Frecuencia <i>f</i>	Porcentaje %
Muy Baja	139	84.2
Baja	22	13.3
Media	4	2.4
TOTAL	165	100

**Fuente:** Escala ESFA de Satisfacción Familiar (2020)

**Elaborado por:** María José Gallo (2021)

Se observa en la tabla 21, acerca de la satisfacción familiar que el 84.2% de la muestra seleccionada posee una satisfacción muy baja, mientras que el 13.3% presenta una satisfacción baja y únicamente el 2.4% alcanzó niveles medios de satisfacción. Se observó que, las personas que obtuvieron puntajes de estrés académico alto, factores de estrés variados, estrategias de afrontamiento nulas, así pues, presentaron niveles de satisfacción familiar bajo y muy bajo. Debido a esto se realizó el siguiente gráfico que permite entender la relación entre ambas variables y comprobar los niveles de estrés y satisfacción familiar.

**Gráfico 1.** *Correlación de los resultados de estrés académico y Satisfacción familiar*



**Fuente:** Inventario SISCO de Estrés Académico (2020) Escala ESFA de Satisfacción Familiar

**Elaborado por:** María José Gallo (2021)

Se observa que el 81.2% de las personas, que se ubicaron en un nivel de estrés académico moderado, también, obtuvieron un nivel muy bajo de satisfacción familiar y aquellas que

presentaron niveles graves de estrés académico presentaron niveles bajos de satisfacción familiar.

### 3.3. Análisis de correlación de Estrés Académico y Satisfacción Familiar

Para comprobar la correlación entre estas dos variables se realizó la prueba de coeficiente de correlación de Pearson, que se presenta a continuación:

**Tabla 26.**  
*Correlación de Pearson entre Satisfacción Familiar y Estrés Académico*

	Factores	S. F.	Sub factores SISCO			Estrés académico
			R. F.	R. P.	R.C.	
	<b>Satisfacción Familiar</b>	1	,188*	,136	,215**	,244**
Sub factores SISCO	<b>Reacciones físicas</b>		1	,431**	,548**	,696**
	<b>Reacciones psicológicas</b>			1	,517**	,540**
	<b>Reacciones comportamentales</b>				1	,681**
	<b>Estrés Académico</b>					1

\*. Correlación significativa en el nivel 0.05

\*\* . Correlación significativa en el nivel 0.01

Fuente: SPSS, correlación de Pearson, inventario SISCO y Escala ESFA (2021)

Elaborado por: María José Gallo (2021)

Se observa en la tabla 22, que los sub factores del Inventario SISCO de Estrés Académico se correlacionan de forma positiva con la Escala ESFA de Satisfacción Familiar. Estas variables al ser opuestas, poseen una relación positiva inversa, es decir, mientras los niveles de estrés académico suban, los niveles de satisfacción familiar bajarán. Así pues, si los niveles de satisfacción familiar se encuentran altos, los niveles de estrés académico son menores. En conclusión, las variables de estrés académico y satisfacción familiar cumplen una correlación positiva lo cual permite aceptar la hipótesis planteada.

## CONCLUSIONES

- En cuanto a la fundamentación teórica, se encontró que el estrés académico es un trastorno generalización a nivel global que ha sido estudiado en los últimos años con el fin de localizar los factores principales de su presencia y elaborar estrategias que permitan a los estudiantes regular sus respuestas frente a los factores que generan estrés académico.
- Así, acerca de la fundamentación teórica de la satisfacción familiar, se sabe que es un fenómeno ampliamente investigado en si a población infantil, adolescente y adulta en pareja. En este sentido se requiere mayor investigación en cuanto a población de madres, pues el presente proyecto de investigación es uno de los principales aportes al estudio de la satisfacción familiar en madres universitarias demuestran la importancia de continuar con la investigación en esta área y población.
- Acerca de la evaluación, se encontró que las madres universitarias en tiempos de cuarentena por covid-19 poseen niveles moderados y graves de estrés académico, además, de muy bajos y bajos niveles de satisfacción familiar, lo cual se correlaciona de forma positivamente inversa.
- Se comprobó la hipótesis propuesta los análisis estadísticos demostraron que el estrés académico y la satisfacción familiar en madres universitarias en cuarentena por covid-19 guardan una relación positiva inversa, es decir, mientras los niveles de estrés académico suben, los niveles de satisfacción familias disminuyen.
- En cuanto al contexto en el, que se desarrolló la investigación, debido a la cuarentena por covid-19, las madres estudiantes universitarias, así pues, se encuentran bajo niveles de estrés más altos y, por lo cual, no existe una buena relación con su aspecto familiar.

## RECOMENDACIONES

- Ampliar la población y muestra del estudio en futuras investigaciones que abarquen la población de mujeres madres estudiantes en todos los niveles educativos que permita una visión más global del estrés académico y la satisfacción familiar en diversas edades y contextos.
- Realizar investigaciones de tipo comparativo y descriptivo para complementar con la visión acerca de los fenómenos estresores en madres estudiantes de distintos estratos y realidades socio económicas para la mejora de estrategias de enseñanza, a nivel académico, estrategias de enfrentamiento, a nivel psicológico, y de cohesión a nivel familiar.
- La investigación psicológica en población de madres estudiantes universitarias es un fenómeno poco explorado, lo cual impide a la comunidad académica y científica tomar acciones que permitan a las mujeres disfrutar y desarrollarse en su totalidad por lo cual, se recomienda continuar los estudios en esta población que permita dar visibilidad a una gran realidad de los países en vías de desarrollo y que requieren de acciones para mejorar el contexto en el que estas mujeres estudian y se desenvuelven.

## BIBLIOGRAFÍA

- Acebo, G., y Samada, Y. (2019). El estrés familiar y su influencia en el rendimiento laboral. *Mikarimin. Revista Científica Multidisciplinaria*, 103-114. Recuperado de <https://core.ac.uk/download/pdf/288220165.pdf>
- Águila, A., Calcines, M., Monteagudo, R. y Nieves, Z. (2015). Estrés académico. *Edumecentro*, 7(2), 163-178. Recuperado de [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2077-28742015000200013](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2077-28742015000200013)
- Aihie, O. y Ohanaka, B. (2019). Perceived academic stress among undergraduate students in a Nigerian University. *Journal of Educational and Social Research*, 9(2), 56-56. Recuperado de <http://www.richtmann.org/journal/index.php/jesr/article/view/10433>
- Al Rasheed, F., Naqvi, A., Ahmad, R., y Ahmad, N. (2017). Academic Stress and Prevalence of Stress-Related Self-Medication among Undergraduate Female Students of Health and Non-Health Cluster Colleges of a Public Sector University in Dammam, Saudi Arabia. *Journal of pharmacy & bioallied sciences*, 9(4), 251–258. [https://doi.org/10.4103/jpbs.JPBS\\_189\\_17](https://doi.org/10.4103/jpbs.JPBS_189_17)
- Alayo, M. y Guerra, E. (2018). Satisfacción familiar e imagen corporal en estudiantes de una institución privada. *Univerfam*, 5(2), 45-52. <https://1library.com/title/satisfaccion-familiar-imagen-corporal-estudiantes-universidad-privada-trujillo>.
- Aldana, J., Isea, J., y Colina, F. (2020). Estrés académico y trabajo de grado en licenciatura en educación. *TeloS*, 22(1), 91-103. <https://doi.org/10.36390/telos221.07>
- Alfonso, C., Valladares, A., Rodríguez, L., y Selin, M. (2017). Comunicación, cohesión y satisfacción familiar en adolescentes de la enseñanza secundaria y preuniversitaria. *Medisur*, 15(3), 341-349. [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_abstract&pid=S1727-897X2017000300009](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1727-897X2017000300009).

- Álvarez, C., & González, C. (2017). Los paradigmas de investigación educativa, desde una perspectivacrítica. *RevistaConrado*, 13(58),72-74.<https://conrado.ucf.edu.cu/index.phpconrado/article/view/476>.
- Álvarez, L., Gallegos, R. y Herrera, P. (2018). Estrés académico en estudiantes de Tecnología Superior. *UNIVERSITAS: Revista de Ciencias Sociales y Humanas*, 28, 193-209. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=476154745010>.
- Arce, E., Azofeifa, C., Morera, M. y Rojas, D. (2020). Asociación entre estrés académico, composición corporal, actividad física y habilidad emocional en mujeres universitarias. *MHSalud*, 17(2). <https://doi.org/10.15359/mhs.17-2.5>.
- Arias, W., Castro, R., Rivera, R., y Ceballos, K. (2019). Análisis factorial exploratorio del Inventario de Integración Familiar en una muestra de trabajadores de la ciudad de Arequipa.*CienciasPsicológicas*,13(2),367-377.<https://core.ac.uk/download/pdf/234705976.pdf>.
- Bairero, M. (2018). El estrés y su influencia en la calidad de vida. *MULTIMED*, 21(6). <http://www.revmultimed.sld.cu/index.php/mtm/article/view/688>.
- Barcia, M. y Medranda, G. (2017). Los retos de las madres solteras en la formación académica universitaria: caso estudiantes de la escuela de trabajo social de la Universidad Técnica de Manabí. *Revista Contribuciones a las Ciencias Sociales*, 1-6: <https://www.eumed.net/rev/cccss/2017/01/madres.html>.
- Barraza, A. (2012). El inventario SISCO para el estudio del estrés laboral en las educadoras. México: Instituto Universitario Anglo Español.[http://www.redie.mx/librosyrevistas/libros/inventario\\_sisco.pdf](http://www.redie.mx/librosyrevistas/libros/inventario_sisco.pdf).
- Barraza, A., González, L., Garza, A., y Cázares de León, F. (2017). El estrés académico en alumnos de odontología. *Revista Mexicana de Estomatología*, 6(1), 12-26. <https://www.remexesto.com/index.php/remexesto/article/view/236>.

- Barrera, A., Neira, M., Raipán, P., Riquelme, P. y Escobar, B. (2019). Apoyo social y factores sociodemográficos en relación con los síntomas de ansiedad, depresión y estrés en universitarios chilenos. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 24,105-115: 10.5944/rppc.23676.
- Benítez, E. (2017). La familia: Desde lo tradicional a lo discutible. *Novedades en Población*, 26, 58-68. Recuperado de <http://scielo.sld.cu/pdf/rnp/v13n26/rnp050217.pdf>.
- Bleger, J. (2016). *La entrevista psicológica. (7ma. Ed.)*. Buenos Aires: Ediciones Marín.
- Campos, S. (2018). Estrés académico en los estudiantes de primer a cuarto ciclo de la Universidad Autónoma de Ica, 2017: <http://repositorio.autonomaieca.edu.pe/bitstream/autonomaieca/228/1/ROSARIO%20CAMPOS%20MARTINEZESTRES%20ACADEMICO%20EN%20LOS%20ESTUDIANTES.pdf>
- Castillo, C., Chacón, T. y Díaz, C. (2016). Ansiedad y fuentes de estrés académico en estudiantes de carreras de la salud. *Revista Investigación en Educación Médica*, 5 (20), 230-237: <http://www.scielo.org.mx/pdf/iem/v5n20/2007-5057-iem-5-20-00230.pdf>
- Cerna, R. (2018). Estrategias de aprendizaje y estrés académico en estudiantes universitarios de primer ciclo de la Facultad de Psicología de una universidad privada de Lima. <https://190.116.48.43/handle/20.500.12866/4383>.
- Colle, R. (2002). Teoría cognitiva sistémica de la comunicación. En: Olivas, L., Morales, S., y Solano, M. (2021). Evidencias psicométricas de Inventario SISCO SV-21 para el estudio del estrés académico en universitarios peruanos. *Propósitos y Representaciones*, 9(2), 647. <http://revistas.usil.edu.pe/index.php/pyr/article/view/647/1530>.
- Cossio, M., Castaño, E., y López, J. (2019). Estrés percibido por los padres de niños con Trastorno por Déficit de Atención con Hiperactividad. *Revista De Psiquiatría Infanto-Juvenil*, 36(3), 21-31. <https://doi.org/10.31766/repisj.v36n3a3>.

- Cruz, G., Fernández, M., Calderón, H & Perdomo, P. (2019). Satisfacción familiar en recién nacido con atresia esofágica relacionados con los servicios de salud neonatal. *Revista Cubana de Tecnología de la Salud*, 10(2), 101-114. Recuperado de <https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=89573>
- De la Fuente, J., Pachón, M., Santos, F., Peralta, F., González, M., Artuch, 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. *Frontiers in Psychology*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.626340>
- Deb, S., Strodl, E. y 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. <https://eprints.qut.edu.au/86092/>
- Demeke, G. (2016). An examination of perceived sources of academic stress: the case of management students of Bahir Dar University, Ethiopia. *Review of Public Administration and Management*, 3(10). <https://platform.almanhal.com/Files/Articles/107817>
- Domingues, J. (2016). Familia, modernización y teoría sociológica. *Estudios Sociológicos*, 100, 145-167. [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2448-64422016000100145](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2448-64422016000100145)
- Escobar, E., Soria, B., López, G. y Peñafiel, D. (2018). Manejo del estrés académico; revisión crítica. *Revista Atlante: Cuadernos de Educación y Desarrollo*: <https://www.eumed.net/rev/atlante/2018/08/estres-academico.html>
- Espinoza, A., Pernas, I. y González, R. (2018). Consideraciones teórico metodológicas y prácticas acerca del estrés. *Revista Humanidades Médicas*, 18(3), 697-717. <http://scielo.sld.cu/pdf/hmc/v18n3/1727-8120-hmc-18-03-697.pdf>
- Esteves, Z, Figueroa, E. y Garcés, N. (2016). Educación inclusiva a madres y padres solteros como inversión estatal para el desarrollo sostenible de la familia. *Revista electrónica*

*cooperaciónUniversidadSociedad*,23-26:<https://www.semanticscholar.org/paper/Educaci%C3%B3n-inclusiva-a-madres-y-padres-solteros-como-Fajardo-Martinez/afa7b05e8243db00fc4261bad778e842e446c995>

Estrada, E., Roque, M., Gallegos, N., Uchasara, H. y Zuloaga, M. (2021). Estrés Académico en estudiantes universitarios peruanos en tiempos de la pandemia del COVID-19. *AVFT Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 40(1), 88-93. <http://doi.org/10.5281/zenodo.4675923>

Frausto, E., Melgar, J., y Ramos, P. (2021). El Estrés y su Relación con el Desempeño Académico de Estudiantes Universitarios: Stress and its relationship with the academic performance of university students. *Academic Journal of Studies in Society, Sciences and Technologies Geplat Papers*, 2(2).<http://geplat.com/papers/index.php/home/article/view/47>

Gallego, Y., Gil, S., y Sepúlveda, M. (2018). *Revisión teórica del eustrés y distrés*. Medellín: Salud Pública.<https://ces.edu.co/bitstream/10946/4229/1/REVISI%C3%93N%20TEORICA%20DE%20EUISTR%C3%89S%20Y%20DISTR%C3%89S%2028102018.pdf>

Genebros, E. (2019). Relación entre satisfacción familiar y tipo de familia en adolescentes. *Revista de salud familiar*,2(14),123-134.<https://bibliotecadigital.oducal.com/Record/ir-123456789-21931>

González, R., Souto, A., González, L., y Franco, V. (2018). Perfiles de afrontamiento y estrés académico en estudiantes universitarios. *Revista de Investigación Educativa*, 36(2), 421–433. doi: <https://doi.org/10.6018/rie.36.2.290901>

Guanuchi, C., & Morocho, D. (2016). “Niveles de satisfacción familiar en adolescentes, asociados a factores demográficos”.<https://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/25539/1/Trabajo%20de%20titulacion.pdf>

- Guatrochi, M. (2020). Nuevas configuraciones familiares: tipos de familia, funciones y estructura familiar. *Redes. Revista de Psicoterapia Relacional e Intervenciones Sociales*, 41, 918. <http://redesdigital.com.mx/index.php/redes/article/view/278/678343>
- Guerrero, G. (2017). *El estrés académico y su correlación con la ansiedad en estudiantes universitarios de la carrera de medicina de la ciudad de Ambato*. Ambato: Pontificia Universidad Católica del Ecuador) <https://repositorio.pucesa.edu.ec/handle/123456789/2151>
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, M. (2014). *Metodología de la investigación (6ta ed.)*. México: McGraw Hill Education. <http://observatorio.epacartagena.gov.co/wp-content/uploads/2017/08/metodologia-de-la-investigacion-sexta-edicion.compressed.pdf>
- Hj Ramli, N. H., Alavi, M., Mehrinezhad, S. A., & Ahmadi, A. (2018). Academic Stress and Self-Regulation among University Students in Malaysia: Mediator Role of Mindfulness. *Behavioral sciences (Basel, Switzerland)*, 8(1), 12. <https://doi.org/10.3390/bs8010012>
- Indacochea, L., López, M., Toasa, M., y Díaz, K. (2021). El estrés académico durante la emergencia sanitaria y sus afectaciones en las funciones básicas cognitivas: memoria, comprensión, lenguaje, pensamiento. *Educación Virtual*, 5(2). <https://doi.org/10.33262/exploradordigital.v5i2.1664>
- Jayasankara, K., Karishma, R. y Anjana, T. (2018). Academic Stress and its Sources Among University Students. *Biomed Pharmacol*, 11(1): <https://biomedpharmajournal.org/vol11no1/academic-stress-and-its-sources-among-university-students/>
- Jerez, M. y Oyarzo, C. (2015). Estrés académico en estudiantes del Departamento de Salud de la Universidad de Los Lagos Osorno. *Revista chilena de neuropsiquiatría*, 53(3), 149-157: [https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0717-92272015000300002#:~:text=El%20estr%C3%A9s%20acad%C3%A9mico%20es%20un,propio%20alumno%20son%20consideradas%20estresores.](https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-92272015000300002#:~:text=El%20estr%C3%A9s%20acad%C3%A9mico%20es%20un,propio%20alumno%20son%20consideradas%20estresores.)

- Jiménez, B., Baillet, L., Ávalos, F. & Campos, L. (2016). Dependencia funcional y percepción de apoyo familiar en el adulto mayor. *Atención familiar*, 23(4), 129-133. doi: <https://doi.org/10.1016/j.af.2016.08.002>
- Kcana, Y., & Pablo, G. (2019). “*Funcionalidad y satisfacción familiar en familias de la asociación pampa limay - pachacamac, lima 2018*”.[https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UWIE\\_d7b40d5a2bcc0140c986be1b5c7d55d1/Cite](https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UWIE_d7b40d5a2bcc0140c986be1b5c7d55d1/Cite)
- Lazarus, R. S. (1966). Psychological stress and the copen process. En: Guerrero, B. (2019). Estrés Académico como objetivo de estudio en la investigación educativa. *Revista Apuntes del Doctorado*, 2(2), 94-106. <http://uba.edu.ve/wp-content/uploads/2020/03/REVISTA-VISION-EDUCATIVA-.pdf#page=94> **Gráfico 1.** *Correlación de los resultados de estrés académico y Satisfacción familiar*
- López, A. (2018). “*Las relaciones intrafamiliares y la satisfacción familiar en adolescentes de familias reconstituidas de la ciudad de Ambato*”.<https://repositorio.pucesa.edu.ec/bitstream/123456789/2361/2/76648.pdf>
- Loredo, M. (2019). Satisfacción familiar y relación con el afrontamiento de soledad en adolescentes 11 a 15 años. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 1(1). Recuperado de <https://www.revistacneip.org/index.php/cneip/article/view/16>
- Marín, A., Hernández, E., & Flores, J. (2016). Metodología para el análisis de datos cualitativos en investigaciones orientadas al aprovechamiento de fuentes renovables de energía. *KOINONIA Revista Arbitrada Interdisciplinaria de Ciencias de la Educación, Turismo, Ciencias Sociales y Económica, Ciencias del Agro y Mar y Ciencias Exactas y aplicadas*, 1(1), 1-16.<https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/7062638.pdf>
- Medina, G. (2019). “*Funcionalidad familiar y satisfacción familiar en adolescentes de tercer año de bachillerato de la Unidad Educativa Santa Rosa*”.<https://repositorio.pucesa.edu.ec/bitstream/123456789/2920/1/77086.pdf>

- Miller, Dell Smith y Rothstein (s.a). Clasificación del estrés. En: Barradas, M., Delgadillo, R., Gutiérrez, L., Posadas, M. (2018). *Estrés y Burnout enfermedades en la vida actual*. Palibrio:[https://www.researchgate.net/publication/346360033\\_ESTRES\\_Y\\_BURNO\\_UT\\_ENFERMEDADES\\_EN\\_LA\\_VIDA\\_ACTUAL](https://www.researchgate.net/publication/346360033_ESTRES_Y_BURNO_UT_ENFERMEDADES_EN_LA_VIDA_ACTUAL)
- Moawad, R. (2020). Online Learning during the COVID-19 Pandemic and Academic Stress in University Students. *Revista Românească pentru Educație Multidimensională*, 1(2), 100-107: <https://www.ceeol.com/search/article-detail?id=859384>
- Monje, C. (2017). *Metodología de la Investigación cuantitativa y cualitativa*. Neiva: Surcolombiana. <https://www.uv.mx/rmipe/files/2017/02/Guia-didactica-metodologia-de-la-investigacion.pdf>
- Neighardt, J., Weinstein, M., y Conry, R. (1989). Seis programas para prevenir y controlar el estrés. En: Solano, L., Trejo, I., Franco, C., Ocampo, L., y Benavides, J. (2019). Factores que provocan estrés en estudiantes de Enfermería en prácticas clínicas de una Universidad rural. *ParaninfoDigital*, 1-2: <http://ciberindex.com/index.php/pd/article/view/e004>
- Obando, I., Calero, S., Carpio, P. y Fernández, A. (2017). Efecto de las actividades físicas en la disminución del estrés laboral. *Revista cubana de Medicina General Integral*, 33(3), 342-351: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0864-21252017000300007](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252017000300007)
- Olmos, J., Peña, P., y Daza, J. (2018). Factores estresores y síntomas somáticos del sistema musculoesquelético en estudiantes universitarios de Palmira. *Revista Educación Médica Superior*, 32(3), 157-171. [http://scielo.sld.cu/pdf/ems/v32n3/a13\\_1433.pdf](http://scielo.sld.cu/pdf/ems/v32n3/a13_1433.pdf)
- Ortega, K. y Paredes, T. (2018). Madres y estudiantes universitarias: Relación entre deserción y/o interrupción escolar. El caso de la Facultad de Jurisprudencia y Ciencias Sociales de la Universidad Técnica de Ambato-Ecuador. *Boletín Coyuntura*, 19, 21-25: <http://revistas.uta.edu.ec/erevista/index.php/bcoyu/article/view/680/546>

- Ortuño, F. (2016). Clínica Universidad de Navarra. Obtenido de Clínica Universidad de Navarra. <http://www.cun.es/enfermedadestratamientos/enfermedades/ansiedad>
- Peng, S., Yang, T., y Rockett, I. (2020). Life stress and uncertainty stress: which is more associated with unintentional injury? *Psychology, health & medicine*, 25(6), 774-780: <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/13548506.2019.1687913>
- Pérez, D. (2020). Estrés académico y regulación emocional en estudiantes universitarios. <https://repositorio.uade.edu.ar/xmlui/handle/123456789/12474>
- Pinzón, A. y Calvo, A. (2021). El rol de la familia en la rehabilitación de adicciones desde el Modelo Transteórico e Intervenciones Cognitivo-Conductuales. Artículo de revisión. *Informes Psicológicos*, 21(1), 511-67. <https://doi.org/10.18566/infpsic.v21n1a010>
- Pitt, A., Oprescu, F, Tapia, G. y Gray, M. (2017). An exploratory study of students' weekly stress levels and sources of stress during the semester. *Active Learning in Higher Education*. <https://doi.org/10.1177/1469787417731194>
- Proaño, M. (2016). Situación de las madres universitarias y la organización de sus estudios en la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación. *Boletín Coyuntura*, 100-109: <https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/ca%20Cecilia%20Proa%C3%B1o%20Cruz.pdf>
- Quezada, J., Zavala, E. y Lenti, M. (2015). Satisfacción familiar en mujeres jóvenes. *Revista Avances en Psicología*, 23(2), 223-229: <http://revistas.unife.edu.pe/index.php/avancesenpsicologia/article/view/164/152>
- Quiliano, M., y Quiliano, M. (2020). Inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes de enfermería. *Ciencia y enfermería*, 26. [https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?pid=S071795532020000100203&script=sci\\_arttext](https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?pid=S071795532020000100203&script=sci_arttext)

- Quispe, J., y Ramos, M. (2019). Estrés académico y hábitos de estudio en estudiantes universitarios que cursan el primer año de Universidad Nacional de San Agustín. <http://repositorio.unsa.edu.pe/handle/UNSA/10187>
- Quito, C., Tamayo, P., Buñay, B. y Neira, C. (2017). Estrés académico en estudiantes de tercero de bachillerato de unidades educativas particulares del Ecuador. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 20(3), 253-276. <https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=77981>
- Ramos, A. (2015). Los paradigmas de la investigación científica. *Revista Avances en Psicología*, 23(1), 917. <https://revistas.unife.edu.pe/index.php/avancesenpsicologia/article/view/167/159>.
- Ramos-Galarza, C. (2019). *Fundamentos de Investigación para Psicólogos: Primer Round*. Editorial Universidad Indoamérica. Quito-Ecuador. Recuperado de <http://201.159.222.95/bitstream/123456789/1005/1/LIBRO%20PRIMER%20ROUND.pdf>
- Rodríguez, H., Luján, I., Díaz, C., Rodríguez, C., & González, Y. (2018). Satisfacción familiar, comunicación e inteligencia emocional. *INFAD Revista de Psicología*, 1(1), 12-18. <https://www.redalyc.org/jatsRepo/3498/349855553013/html/index.html>
- Rosas, H. (2019). Satisfacción familiar prevalente de los pobladores del asentamiento humano San Francisco de Asís. *Revista ALMAN*, 9(7), 90-105. [http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/15332/T4\\_v.f-ART%20C3%8DCULO\\_ROSAS%20LUIS.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/15332/T4_v.f-ART%20C3%8DCULO_ROSAS%20LUIS.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Salgar, C. (2017). Concepto de familia: cambios estructurales y conceptuales. *Fundación Libertadores*, 17, 125-145. <https://repository.unad.edu.co/handle/10596/12203>
- Samame, C. (2019). Satisfacción familiar e ideación suicida en adolescentes. *Family Journal of Psychology*, 21(5), 127-140: <https://doi.org/10.1111/bdi.12791>

- Secretaría de Educación Superior, Ciencia, Tecnología e Innovación. (2018). *Educación Superior, Ciencia, Tecnología, Innovación y Saberes Ancestrales en Cifras*. [https://www.educacionsuperior.gob.ec/wpcontent/uploads/downloads/2019/01/00\\_Nacional\\_Educacion\\_Superior\\_en\\_Cifras\\_Diciembre\\_2018.pdf](https://www.educacionsuperior.gob.ec/wpcontent/uploads/downloads/2019/01/00_Nacional_Educacion_Superior_en_Cifras_Diciembre_2018.pdf)
- Semblantes, A. (2018). “Percepción de la funcionalidad y grado de satisfacción del individuo respecto de su entorno familiar y la posible relación con la sintomatología depresiva en adolescentes”. <https://repositorio.uide.edu.ec/bitstream/37000/2562/1/T-UIDE-1829.pdf>
- Sullca, G. (2020). *Estrés académico en estudiantes del primer ciclo de la escuela académico profesional de enfermería de la universidad Norbert Wiener*. <http://190.187.227.76/handle/123456789/3790>
- Tavera, G. (2020). Funcionamiento, comunicación y satisfacción familiar. *ULALECH*, 1(4), 20-37. <https://renati.sunedu.gob.pe/handle/sunedu/1923426>
- Tercero, G., Lavielle, M., Muñoz, O., Clark, P., Medeiros, M., Hernández, A., & Luque, M. (2013). Escala de Satisfacción Familiar por Adjetivos (ESFA) en escolares y adolescentes mexicanos: datos normativos. *Salud mental*, 36(5), 381-386. [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S01853325201300050005&lng=es&tlng=es](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S01853325201300050005&lng=es&tlng=es).
- Toribio, C. y Franco, S. (2016). Estrés Académico: El Enemigo Silencioso del Estudiante. *Revista Salud y Administración*, 3(7), 11-18: [http://www.unsis.edu.mx/revista/doc/vol3num7/A2\\_Estres\\_acad.pdf](http://www.unsis.edu.mx/revista/doc/vol3num7/A2_Estres_acad.pdf)
- Tovar, J. (2019). “La satisfacción familiar y su relación con la ansiedad en adolescentes”. <https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/30301/2/Proyecto%20de%20investigaci%C3%B3n.pdf>

- Valdivieso, L., Lucas, S., Tous, J., y Espinoza, I. (2020). Estrategias de Afrontamiento del Estrés Académico Universitario: Educación Infantil-Primaria. *Educación*, 23(2), 165-186. <https://doi.org/10.5944/educXX1.25651>
- Veloo, P. K., Yang, W., Kaur, G., & Singh, P. (2019). Relationship between the Chinese Language Classroom Environment and Students' Motivation to Learn Mandarin in Malaysia. *Universal Journal of Educational Research*, 7(10A),54-59.[https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/64244183/UJERS10-19590693-with-cover-page-STiE~g\\_\\_&Key-Pair-Id=APKAJLOHF5GGSLRBV4ZA](https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/64244183/UJERS10-19590693-with-cover-page-STiE~g__&Key-Pair-Id=APKAJLOHF5GGSLRBV4ZA)
- Villarreal, D., Copez, A. y Costa, C. (2017). Validez y confiabilidad de la Escala Satisfacción Familiar en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana, Perú. *Revista actualidad en Perú*, 31(123),8998:<https://www.scielo.sa.cr/pdf/ap/v31n123/2215-3535-ap-31-123-90.pdf>
- You, J. (2018) Testing the three-way interaction effect of academic stress, academic self-efficacy, and task value on persistence in learning among Korean college students. *Higher Education*, 76, 921–935. <https://doi.org/10.1007/s10734-018-0255-0>

**ANEXOS****Anexo 1****Consentimiento Informado**

Sra. o Srta. Participante.

Por medio de la presente, solicitamos su autorización para su inclusión como participante en la investigación sobre Estrés Académico y Satisfacción Familiar en madres universitarias de la provincia de Tungurahua.

La presente investigación se llevará a cabo durante el mes de junio 2020 hasta el mes abril 2021. Esta es dirigida por la Mg. Rosario Lara-Machado, junto con un cuerpo de docentes. El objetivo de esta investigación es identificar cómo se relaciona el estrés académico y la satisfacción familiar en madres universitarias.

Por último, si usted acepta participar, llene esta carta de consentimiento, fírmela y devuelva a la persona que le ha solicitado esta autorización. Si tiene cualquier duda o pregunta siéntase libre de realizarla al momento de firmar.

Su participación es anónima, le garantizamos la absoluta confidencialidad de la información.

**AUTORIZO SER ENCUESTADO PARA LA INVESTIGACIÓN**

.....

Firma del participante

Cédula de identidad.....

## ANEXO 2

## Ficha Sociodemográfica

Marque con una “X” la opción que más le identifique.

**1. Señale su sexo**

Femenino (\_\_\_) Masculino (\_\_\_)

**2. Marque su estado actual**

Embarazada (\_\_\_) Madre de 1 hijo (\_\_\_)

Madre de 2 o más (\_\_\_) Ninguna de las anteriores (\_\_\_)

**3. Seleccione su rango de edad:**

18-20 años (\_\_\_) 21-25 años (\_\_\_)

26-30 años (\_\_\_) Más de 30 años (\_\_\_)

**4. Identificación étnica**

Mestiza (\_\_\_) Afrodescendiente (\_\_\_)

Indígena (\_\_\_) Blanco (\_\_\_)

**5. Estado civil:**

Soltera (\_\_\_) Unión libre (\_\_\_)

Separada (\_\_\_) Divorciada (\_\_\_)

Casada (\_\_\_) Viuda (\_\_\_)

**6. ¿Con cuántas personas vive usted?**

Sola (\_\_\_) Con mi pareja (\_\_\_)

Familiar de 3 miembros (\_\_\_) Familia de 4 o más (\_\_\_)

**6. ¿Es usted estudiante universitaria?**

Si (\_\_\_) No (\_\_\_)

**7. Seleccione el tipo de universidad al que pertenece:**

Universidad pública (\_\_\_) Universidad privada (\_\_\_)

**8. Seleccione el área al que pertenece:**

Salud (\_\_\_) Administración (\_\_\_)

Jurisprudencia (\_\_\_) Educación (\_\_\_)

## Anexo 3

## Inventario SISCO de Estrés Académico

El presente cuestionario tiene como objetivo central reconocer las características del estrés que suele acompañar a los estudiantes de educación superior durante sus estudios. La sinceridad con que respondas a los cuestionamientos es de gran utilidad para la investigación. La información, que se proporcione es totalmente confidencial y solo se manejarán resultados globales. La respuesta a este cuestionario es voluntaria por lo que estás en tu derecho de contestarlo o no contestarlo.

**1. Durante el transcurso de este semestre, ¿has tenido momento de preocupación o nerviosismo?**

SI	NO

*\*En caso de seleccionar la alternativa “NO”, el cuestionario se da por concluido. En caso de seleccionar la alternativa “SI”, pasar a la pregunta número 2 y continuar con el resto de preguntas.*

**2. En una escala del 1 al 5, encierre en un círculo con qué frecuencia te inquietaron las siguientes situaciones:**

1	2	3	4	5
Nunca	Rara Vez	Algunas Veces	Casi Siempre	Siempre

	1	2	3	4	5
1. La competencia con los compañeros del grupo.	1	2	3	4	5
2. Sobrecarga de tareas y trabajos escolares.	1	2	3	4	5
3. La personalidad y el carácter del profesor.	1	2	3	4	5
4. Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etcétera).	1	2	3	4	5
5. El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etcétera).	1	2	3	4	5
6. El no entender los temas , que se abordan en la clase.	1	2	3	4	5
7. La participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etcetera)	1	2	3	4	5
8. El tiempo limitado para hacer el trabajo.	1	2	3	4	5
Otro: Especifique:.....	1	2	3	4	5

**3. En una escala del 1 al 5 encierre en un círculo con qué frecuencia tuviste las siguientes reacciones físicas, psicológicas y comportamentales cuando estabas preocupada o nerviosa:**

1	2	3	4	5
Nunca	Rara vez	Alguna veces	Casi siempre	Siempre

<b>Reacciones Físicas</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
9. Trastornos en el sueño (insomnio opesadillas).	1	2	3	4	5
10. Fatiga crónica (cansancio permanente).	1	2	3	4	5
11. Dolores de cabeza o migrañas	1	2	3	4	5
12. Problemas de digestión, dolor abdominal odiarrea	1	2	3	4	5
13. Rascarse, morderse la uñas, frotarse, etcétera.	1	2	3	4	5
14. Somnolencia o mayor necesidad de dormir.	1	2	3	4	5
<b>Reacciones Psicológicas</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
15. Inquietud (incapacidad de relajarse y estartranquilo).	1	2	3	4	5
16. Sentimientos de depresión y tristeza(decaído).	1	2	3	4	5
17. Ansiedad, angustia o depresión.	1	2	3	4	5
18. Problemas de concentración.	1	2	3	4	5
19. Sentimiento de agresividad o aumento de la irritabilidad.	1	2	3	4	5
<b>Reacciones Comportamentales</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
20. Conflictos o tendencia a polemizar o discutir.	1	2	3	4	5
21. Aislamiento de los demás.	1	2	3	4	5
22. Desgano para realizar las labores escolares.	1	2	3	4	5
23. Aumento o reducción de consumo de alimentos.	1	2	3	4	5
<b>Otros</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
Especifique.....	1	2	3	4	5

**4. En una escala del 1 al 5 encierre en un círculo con qué frecuencia utilizaste las siguientes estrategias para afrontar la situación que te causaba la preocupación o nerviosismo.**

1	2	3	4	5
Nunca	Rara vez	Alguna vez	Casi siempre	Siempre

	1	2	3	4	5
24. Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias, ideas o sentimientos sin dañar a otros).	1	2	3	4	5
25. Elaboración de un plan y ejecución de las tareas.	1	2	3	4	5
26. Elogios a sí mismo.	1	2	3	4	5
27. La religiosidad (oraciones o asistencia a misa)	1	2	3	4	5
28. Búsqueda de la información sobre la situación	1	2	3	4	5
29. Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa)	1	2	3	4	5
Otro Especifique.....	1	2	3	4	5

**Anexo 4****Escala de Satisfacción Familiar por Adjetivos****ESFA**

En la siguiente hoja encontraras una lista de pares de palabras separadas por seis casillas. Fíjate en casa una de ella y piensa cuál de las palabras describe mejor tu situación en respuesta a la frase:

**“CUANDO ESTOY EN CADA, CON MI FAMILIA MAS BIEN ME SIENTO...”**

Una vez que hayas elegido la palabra, valora el grado que alcanza en su caso y ponga una “X” en la casilla correspondiente.

**IMPORTANTE:**

Contesta todos los pares de palabras con una sola marca en cada par.

Recuerda que tus opciones son:

TOTALMENTE	BASTANTE	ALGO
------------	----------	------

“Cuando estoy en casa con mi familia, más bien me siento”

		<b>Totalme</b>	<b>Basta</b>	<b>Alg</b>	<b>Alg</b>	<b>Basta</b>	<b>Totalme</b>		
		<b>nte</b>	<b>nte</b>	<b>o</b>	<b>o</b>	<b>nte</b>	<b>nte</b>		
1	Feliz							Infeliz	1
2	Aislada							Acompañada	2
3	Jovial							Malhumorada	3
4	Reconfortada							Desconsolada	4
5	Criticada							Apoiada	5
6	Sosegada							Desasosegada	6
7	Descontenta							Contenta	7
8	Insegura							Segura	8
9	A gusto							A disgusto	9
10	Satisfecha							Insatisfecha	10
11	Cohibida							A misanchas	11
12	Desanimada							Animada	12
13	Entendida							Malinterpretada	13
14	Incomoda							Cómoda	14
15	Atosigada							Aliviada	15
16	Invadida							Respetada	16

