

ARTÍCULO DE INVESTIGACIÓN ORIGINAL

Psicología

Influencia de la autoestima y los estilos de afrontamiento en el rendimiento académico excelente de estudiantes universitarios de ciencias de la salud

Andrea García¹, Chiara Mello¹, Juan Alejandro Rodríguez¹

¹Carrera de Psicología, Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad del Norte, Asunción, Paraguay.

Enviado: 15 de diciembre de 2023

Aceptado: 26 de junio de 2024

Publicado: 18 de junio de 2025

DOI: [10.5281/zenodo.15682843](https://doi.org/10.5281/zenodo.15682843)



Licencia Creative Commons Atribución 4.0
Internacional (CC-BY)

RESUMEN

Introducción: El rendimiento académico excelente en estudiantes de ciencias de la salud se asocia a variables psicosociales como la autoestima y los estilos de afrontamiento ante el estrés. **Objetivo:** Investigar la influencia de la autoestima y los estilos de afrontamiento en el rendimiento académico excelente de 59 estudiantes de carreras de la salud de una universidad privada de Asunción. **Materiales y métodos:** Estudio cuantitativo, no experimental, transversal y correlacional. Se utilizó la Escala de Autoestima de Rosenberg y el Inventario de Estrategias de Afrontamiento (CSI). **Resultados:** La mayoría de los estudiantes de alto rendimiento (89,8 %) tenía autoestima media, sin correlación significativa entre autoestima y rendimiento académico ($r = 0,167$, $p > 0,05$). Los estilos de afrontamiento más frecuentes fueron la retirada social, la autocrítica y la búsqueda de apoyo social. Se identificó una correlación inversa, débil pero significativa, entre el rendimiento académico y los estilos de expresión emocional ($\rho = -0,316$, $p < 0,05$) y resolución de problemas ($\rho = -0,260$, $p < 0,05$). **Conclusiones:** La autoestima no predijo el rendimiento excelente en esta cohorte. Ciertos estilos de afrontamiento mostraron una relación inversa, sugiriendo que los estudiantes de alto rendimiento podrían supri-

Autor correspondiente: Juan Alejandro Rodríguez. Carrera de Psicología, Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad del Norte, Asunción, Paraguay

Correo electrónico: juan.rodriguez.466@docentes.uninorte.edu.py

Financiación: Este artículo fue presentado para la Convocatoria 2023 del Programa de Iniciación Científica e Incentivo a la Investigación (PRICILA) de la Universidad del Norte. Los fondos para PRICILA fueron provistos por el Banco SUDAMERIS y el Rectorado de la Universidad del Norte.

Conflictos de interés: Los autores declaran no tener conflictos de interés financieros, personales, profesionales, institucionales ni de otra índole relacionados con este trabajo.

mir emociones y evitar problemas como mecanismos para manejar la carga académica, lo que subraya la necesidad de apoyo en salud mental para este grupo.

Palabras clave: rendimiento académico, autoestima, estilos de afrontamiento, estudiantes de la salud, estrés académico

INTRODUCCIÓN

La búsqueda de los determinantes de la excelencia académica ha sido un tema central en la investigación educativa. El rendimiento académico es un constructo complejo, influenciado por una amalgama de factores que, según Montero et al. (1), pueden clasificarse en institucionales, pedagógicos, sociodemográficos y psicosociales. Dentro de esta última categoría, la autoestima y los estilos de afrontamiento ante el estrés son dos de las variables más estudiadas por su potencial impacto en el desempeño estudiantil.

La autoestima, definida por Rosenberg (1973) como el sentimiento, positivo o negativo, que un individuo tiene hacia sí mismo (2), se ha postulado tradicionalmente como un pilar del éxito. La hipótesis de que una alta autoestima fomenta la motivación y la resiliencia, y por ende, un mejor rendimiento, es prevalente tanto en el ámbito popular como en el educativo. Sin embargo, la evidencia empírica ha mostrado resultados mixtos, llevando a algunos investigadores a cuestionar la causalidad directa de esta relación y a sugerir que la autoestima podría ser tanto una causa como una consecuencia del rendimiento, o incluso una variable con una influencia modesta (3).

Por otro lado, los estilos de afrontamiento, definidos por Lazarus y Folkman (1984) como los esfuerzos cognitivos y conductuales para manejar las demandas que exceden los recursos del individuo (4), son cruciales en el contexto universitario. Las carreras del área de la salud, en particular, son conocidas por su alta exigencia, lo que somete a los estudiantes a niveles significativos de estrés. La manera en que los estudiantes afrontan estas presiones —ya sea mediante estrategias adaptativas como la resolución de problemas y la reestructuración cognitiva, o desadaptativas como la evitación y la autocritica— podría ser un factor determinante de su éxito y bienestar.

Este estudio se propuso analizar la influencia de la autoestima y los estilos de afrontamiento en una muestra

específica: estudiantes con rendimiento académico excelente de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad del Norte en Asunción. El objetivo fue determinar si estas variables psicosociales actúan como predictores del alto rendimiento y explorar el perfil psicológico que caracteriza a estos estudiantes exitosos.

MATERIALES Y MÉTODOS

Diseño del estudio y participantes

Se llevó a cabo un estudio con un enfoque cuantitativo, de diseño no experimental, de corte transversal y alcance correlacional. La población de estudio estuvo conformada por los estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad del Norte, en Asunción. Se seleccionó una muestra no probabilística y por conveniencia de 59 estudiantes, pertenecientes a las carreras de Medicina, Nutrición, Odontología, Enfermería, Psicología y Kinesiología y Fisioterapia. El criterio de inclusión principal fue ser identificado como un estudiante de alto rendimiento, definido por ocupar los primeros lugares en el ranking de calificaciones de su curso y tener al menos el 80 % de las materias de su malla curricular aprobadas.

Instrumentos

Se utilizaron dos instrumentos psicométricos estandarizados:

1. **Escala de Autoestima de Rosenberg (EAR):** Para medir la autoestima global, se utilizó esta escala de 10 ítems con un formato de respuesta tipo Likert de cuatro puntos. La escala ha sido validada en poblaciones de habla hispana, demostrando buenas propiedades psicométricas (5).
2. **Inventario de Estrategias de Afrontamiento (CSI):** Para evaluar los estilos de afrontamiento, se empleó el CSI, desarrollado originalmente por Tobin et al. (1989) y adaptado al español por Cano et al. (6). Este instrumento de 72 ítems mide ocho estrategias de afrontamiento primarias: resolución de problemas (REP), autocritica (AUC), expresión emocional (EEM), pensamiento desiderativo (PSD),

búsqueda de apoyo social (APS), reestructuración cognitiva (REC), evitación de problemas (EVP) y retirada social (RES).

Procedimiento y análisis de datos

La selección de los participantes se realizó a través de los registros académicos de la institución. Se contactó a los estudiantes seleccionados y, previo consentimiento informado digital, se les proporcionó acceso a los cuestionarios en línea. La recolección de datos se coordinó a través de grupos en la aplicación de mensajería WhatsApp.

Los datos fueron analizados con el software SPSS. Se efectuaron pruebas de normalidad de Shapiro-Wilk para determinar la distribución de las variables. Para el análisis correlacional, se utilizó el coeficiente de correlación de Pearson para las variables con distribución normal y el de Spearman para aquellas con distribución no normal.

RESULTADOS

Estadísticas descriptivas

El análisis de la variable autoestima reveló que el 89,8 % ($n=53$) de los estudiantes de alto rendimiento se ubicó en la categoría de autoestima media. Solo un 10,2 % ($n=6$) presentó autoestima alta, y no se registraron participantes con autoestima baja.

En cuanto a los estilos de afrontamiento, las estrategias más utilizadas por esta cohorte (medidas en percentil promedio) fueron la retirada social ($M = 69,86$), la autocrítica ($M = 65,27$) y la búsqueda de apoyo social ($M = 59,83$). Por el contrario, la estrategia menos frecuente fue la resolución de problemas ($M = 40,41$).

El promedio académico general de la muestra fue de 4,49 ($DE = 0,278$), con una moda de 4,60.

Análisis correlacional

La prueba de correlación de Pearson no encontró una asociación estadísticamente significativa entre el puntaje de autoestima y el promedio académico ($r = 0,167$; $p = 0,206$). Por lo tanto, la hipótesis de que la autoestima es correlacional al rendimiento académico fue refutada.

El análisis de correlación de Spearman, utilizado para las variables de afrontamiento con distribución no normal, reveló las siguientes asociaciones significativas con el rendimiento académico:

1. Se encontró una correlación inversa y débil entre el promedio académico y la expresión emocional ($\rho = -0,316$; $p = 0,016$).
2. Se halló una correlación inversa y débil entre el promedio académico y la resolución de problemas ($\rho = -0,260$; $p = 0,046$).

Las demás estrategias de afrontamiento, incluyendo autocrítica y búsqueda de apoyo social, no mostraron una correlación estadísticamente significativa con el rendimiento académico.

DISCUSIÓN

Los resultados de esta investigación presentan un perfil psicológico complejo y, en ciertos aspectos, contraintuitivo de los estudiantes con alto rendimiento académico. El hallazgo más notable es la falta de asociación entre la autoestima y la excelencia académica. La gran mayoría de estos estudiantes exitosos (89,8 %) posee una autoestima media, no alta, lo que desafía la creencia popular y la hipótesis inicial del estudio. Este resultado es congruente con la literatura crítica que argumenta que la autoestima, por sí sola, tiene un poder predictivo limitado sobre el rendimiento objetivo y que una autoevaluación extremadamente alta puede incluso llevar a la complacencia (3). Es plausible que la autocrítica, una estrategia de afrontamiento frecuentemente utilizada por esta muestra, module la autoestima, manteniéndola en un rango moderado que impulsa la mejora continua en lugar de la autocomplacencia.

Aún más reveladores son los hallazgos sobre los estilos de afrontamiento. Se encontró una correlación inversa significativa con la expresión emocional, lo que sugiere que a mayor rendimiento académico, menor es la tendencia a expresar las emociones relacionadas con el estrés. Este patrón de supresión emocional es un arma de doble filo: por un lado, puede ser una estrategia funcional a corto plazo que permite al estudiante mantenerse enfocado en las tareas académicas, pero, por otro, es un conocido factor de riesgo para el agotamiento (burnout) y otros problemas de salud mental, especialmente en profesionales de la salud (7).

La correlación inversa con la resolución de problemas es igualmente paradójica. Podría interpretarse no como una incapacidad para resolver problemas, sino como una estrategia de gestión de recursos cognitivos. Es posible que los estudiantes de alto rendimiento sean adeptos a realizar un triaje de los estresores, desatendiendo o evi-

tando activamente problemas que consideran secundarios para poder concentrar toda su energía en los desafíos académicos prioritarios.

En conjunto, el perfil de afrontamiento predominante (alta retirada social, alta autocrítica, baja expresión emocional) pinta un cuadro preocupante. Aunque estas estrategias parecen ser funcionales para alcanzar la excelencia académica, son inherentemente aislantes e internalizantes, lo que podría colocar a estos estudiantes en una situación de vulnerabilidad para su bienestar psicológico a largo plazo.

Las limitaciones del estudio incluyen el tamaño reducido de la muestra y su selección por conveniencia, lo que impide la generalización de los resultados. Además, el diseño correlacional no permite establecer causalidad. No obstante, su fortaleza radica en explorar una población específica y ofrecer resultados que invitan a una reflexión profunda sobre los costos psicológicos de la excelencia.

En conclusión, la autoestima, en contra de la hipótesis inicial, no es un predictor directo del rendimiento académico excelente en la muestra estudiada. Sin embargo, ciertos estilos de afrontamiento sí muestran una relación significativa, aunque inversa. El perfil del estudiante de alto rendimiento en este contexto parece caracterizarse por una tendencia a la supresión emocional y a una gestión selectiva de los problemas, acompañada de altos niveles de autocrítica y aislamiento social.

Estos hallazgos sugieren que la excelencia académica no debe ser equiparada automáticamente con un bienestar psicológico óptimo. Por lo tanto, se recomienda a las instituciones de educación superior implementar programas de apoyo en salud mental dirigidos específicamente a los estudiantes de alto rendimiento. Dichos programas no deberían enfocarse únicamente en el éxito académico, sino en el desarrollo de estrategias de afrontamiento más saludables y equilibradas, la promoción de la inteligencia emocional y la creación de redes de apoyo social robustas para mitigar los riesgos asociados al perfil psicológico observado.

REFERENCIAS

1. Montero E, Villalobos J, Valverde A. Factores institucionales, pedagógicos, psicosociales y sociodemográficos asociados al rendimiento académico en la Universidad de Costa Rica: Un análisis multinivel.

Revista Electrónica de Investigación y Evaluación Educativa. 2007;13(2).

2. Rosenberg M. La autoimagen del adolescente y la sociedad. Paidós; 1973.
3. Baumeister RF, Campbell JD, Krueger JJ, Vohs KD. Does High Self-Esteem Cause Better Performance, Interpersonal Success, Happiness, or Healthier Lifestyles? Psychol Sci Public Interest. 2003;4(1):1–44. doi: [10.1111/1529-1006.01431](https://doi.org/10.1111/1529-1006.01431)
4. Lazarus RS, Folkman S. Stress, appraisal, and coping. Springer; 1984.
5. Rojas-Barahona CA, Zegers B, Förster CE. La escala de autoestima de Rosenberg: Validación para Chile en una muestra de jóvenes adultos, adultos y adultos mayores. Rev Med Chil. 2009;137(6):791-800. doi: [10.4067/S0034-98872009000600009](https://doi.org/10.4067/S0034-98872009000600009)
6. Cano FJ, Rodríguez L, García J. Adaptación española del Inventario de Estrategias de Afrontamiento. Actas Esp Psiquiatr. 2007;35(1):29-39.
7. Jackson-Koku G, Grime P. Emotion regulation and burnout in doctors: a systematic review. Occup Med (Lond). 2019;69(1):9–21. doi: [10.1093/occmed/kqz004](https://doi.org/10.1093/occmed/kqz004)