



**UNIVERSIDAD INDOAMÉRICA**

**FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES Y HUMANAS**

**CARRERA DE PSICOLOGÍA**

**TEMA:**

---

ESTRÉS ACADÉMICO Y CONSUMO DE ALCOHOL EN ESTUDIANTES DE  
UN INSTITUTO SUPERIOR TECNOLÓGICO DE LA CIUDAD DE LAGO  
AGRIO

---

Trabajo de Integración Curricular previo a la obtención del título de Licenciada en  
Psicología.

**Autor(a)**

Lady Josselyn Cabrera Rodriguez

**Tutor(a)**

Psic.Cl. Márquez Altamirano Ana  
Carolina, Mg.

AMBATO– ECUADOR  
2025

**AUTORIZACIÓN POR PARTE DEL AUTOR PARA LA CONSULTA,  
REPRODUCCIÓN PARCIAL O TOTAL, Y PUBLICACIÓN ELECTRÓNICA  
DEL TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR**

Yo, Lady Josselyn Cabrera Rodriguez, declaro ser autor del Trabajo de Integración Curricular con el nombre “ESTRÉS ACADÉMICO Y CONSUMO DE ALCOHOL EN ESTUDIANTES DE UN INSTITUTO SUPERIOR TECNOLÓGICO DE LA CIUDAD DE LAGO AGRIO”, como requisito para optar al grado de Licenciada en Psicología y autorizo al Sistema de Bibliotecas de la Universidad Tecnológica Indoamérica, para que con fines netamente académicos divulgue esta obra a través del Repositorio Digital Institucional (RDI-UTI).

Los usuarios del RDI-UTI podrán consultar el contenido de este trabajo en las redes de información del país y del exterior, con las cuales la Universidad tenga convenios. La Universidad Tecnológica Indoamérica no se hace responsable por el plagio o copia del contenido parcial o total de este trabajo.

Del mismo modo, acepto que los Derechos de Autor, Morales y Patrimoniales, sobre esta obra, serán compartidos entre mi persona y la Universidad Tecnológica Indoamérica, y que no tramitaré la publicación de esta obra en ningún otro medio, sin autorización expresa de la misma. En caso de que exista el potencial de generación de beneficios económicos o patentes, producto de este trabajo, acepto que se deberán firmar convenios específicos adicionales, donde se acuerden los términos de adjudicación de dichos beneficios.

Para constancia de esta autorización, en la ciudad de Ambato, a los 18 días del mes febrero de 2025, firmo conforme:

Autor: Lady Josselyn Cabrera Rodriguez

Firma:



Número de Cédula: 2100437454  
Dirección: Lago Agrio – Sucumbios  
Correo Electrónico: [lcabrera7@indoamerica.edu.ec](mailto:lcabrera7@indoamerica.edu.ec)  
Teléfono: 0992338132

## **APROBACIÓN DEL TUTOR**

En mi calidad de Tutor del Trabajo de Titulación “ESTRÉS ACADÉMICO Y CONSUMO DE ALCOHOL EN ESTUDIANTES DE UN INSTITUTO SUPERIOR TECNOLÓGICO DE LA CIUDAD DE LAGO AGRIO” presentado por Lady Josselyn Cabrera Rodriguez, para optar por el Título Licenciada en Psicología.

### **CERTIFICO**

Que dicho Trabajo de Integración Curricular ha sido revisado en todas sus partes y considero que reúne los requisitos y méritos suficientes para ser sometido a la presentación pública y evaluación por parte los Lectores que se designe.

Ambato, 23 de julio de 2025

Psic.Cl. Márquez Altamirano Ana Carolina, Mg.

## DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD

Quien suscribe, declaro que los contenidos y los resultados obtenidos en el presente Trabajo de Integración Curricular, como requerimiento previo para la obtención del Título de Licenciada en Psicología, son absolutamente originales, auténticos y personales y de exclusiva responsabilidad legal y académica del autor

Ambato, 23 de julio 2025

A handwritten signature in blue ink, consisting of several loops and vertical strokes, positioned above a dotted line.

Lady Josselyn Cabrera Rodriguez  
2100437454

## **APROBACIÓN DE LECTORES**

El Trabajo de Integración Curricular ha sido revisado, aprobado y autorizada su impresión y empastado, sobre el Tema: “ESTRÉS ACADÉMICO Y CONSUMO DE ALCOHOL EN ESTUDIANTES DE UN INSTITUTO SUPERIOR TECNOLÓGICO DE LA CIUDAD DE LAGO AGRIO”, previo a la obtención del Título de Licenciada en Psicología, reúne los requisitos de fondo y forma para que el estudiante pueda presentarse a la sustentación del Trabajo de Integración Curricular.

Ambato, 12 de agosto de 2025

**Psic.CI Carmen Esthela Suárez Mendoza, Mg.  
LECTORA**

**Psic.CI Jorge Luis Cisneros Bedón, Mg.  
LECTOR**

## DEDICATORIA

Dedico esta tesis primeramente a Dios, por ser mi fuerza inagotable, mi refugio en los momentos de angustia y mi compañía constante en los días difíciles. Gracias por no soltarme la mano, por darme sabiduría en los momentos de confusión y por llenar mi vida de esperanza, aun cuando el cansancio y las responsabilidades parecían sobrepasarme.

A mis padres, Edgar Cabrera y Viviana Rodríguez, gracias por ser el sostén que nunca me faltó, su amor, su tiempo, su paciencia y su dedicación han sido fundamentales no solo para mí, sino también para mi pequeño hijo. A pesar de mis múltiples responsabilidades, ustedes estuvieron ahí, cuidándolo con ternura y comprensión, gracias por no soltarme, por creer en mí cuando yo misma dudaba y por enseñarme, con el ejemplo, que el verdadero amor se expresa en acciones silenciosas pero poderosas.

A mi hijo, mi motor, mi razón más grande para seguir adelante, a tus dos años, cuando los temperamentos cambian, la energía se desborda y la atención es una constante necesidad, tú me enseñaste a ser fuerte, a tener paciencia y a mirar la vida con ternura, cada sonrisa tuya me recordó por qué vale la pena luchar, este logro también es tuyo, porque muchas veces estudié contigo en brazos, entre juegos, llantos y sueños interrumpidos, gracias por enseñarme cada día lo que significa el amor incondicional.

A Pablo Luna, compañero de vida, gracias por ser un apoyo real, por estar presente en los momentos importantes, por sostenerme cuando sentía que no podía más y por compartir conmigo el esfuerzo y la alegría de formar esta familia, tu ayuda ha sido fundamental para que hoy esté aquí, cerrando esta etapa con orgullo.

A mi querida compañera y amiga Michell Mendieta, quien desde el primer semestre caminó a mi lado, gracias por tu amistad sin condiciones, por tu alegría sincera, por motivarme en los momentos en que pensé rendirme y, sobre todo, por demostrarme con tu ejemplo que una verdadera amistad puede convertirse en un pilar invaluable, tu presencia en este proceso ha sido un regalo que guardaré siempre con cariño.

A mis abuelos, quienes han sido un ejemplo, a mi abuelita Julia Reinoso, gracias por tus palabras sabias, tu cariño y tu oración constante. A mi abuelito Segundo Cabrera, quien partió hace apenas un año, te llevo en el corazón, aunque ya no estés físicamente, tu recuerdo me acompaña en cada logro, tuve la esperanza de que me vieras convertida en profesional, y aunque no estés presente, sé que estarías orgulloso de mi logro.

Y a mis hermanos Jefferson, Jordy y Daniel Cabrera, gracias por estar siempre ahí, por acompañarme en silencio, pero demostrando que el amor de hermanos se vive en los pequeños gestos y el apoyo incondicional.

*Lady Josselyn Cabrera Rodriguez*

## AGRADECIMIENTO

Con el corazón lleno de gratitud, dedico este trabajo a aquellas personas, instituciones y fuerzas superiores que han sido parte fundamental en este recorrido académico, personal y humano.

En primer lugar, a Dios, mi guía inquebrantable, fuente de fuerza, esperanza y sabiduría.

A lo largo de este camino, no siempre fácil, ha sido su presencia la que me sostuvo en momentos de duda, me brindó serenidad ante las dificultades y me impulsó a continuar cuando el cansancio intentó detenerme. A la Universidad Indoamérica, institución que me permitió formarme como futura psicóloga, gracias por abrirme sus puertas y ofrecerme una formación de calidad a pesar de la modalidad a distancia. Este formato, que exige autodisciplina, compromiso y perseverancia, se convirtió en un gran reto personal que me permitió descubrir de lo que soy capaz, agradezco a cada departamento, plataforma y recurso académico que me permitió crecer, aprender y desarrollar habilidades esenciales para mi vida profesional. Con especial reconocimiento, dedico unas palabras a quienes, con paciencia y vocación, acompañaron mi proceso educativo. A todos los docentes de la Universidad, gracias por compartir sus conocimientos con responsabilidad y pasión, incluso a través de una pantalla. A aquellos que se esforzaron por hacer sentir cercana la enseñanza, aun desde la distancia, mi respeto y admiración y en particular, al Ps. José Acuña, tutor grupal, por su compromiso, por guiarnos con claridad, por motivarnos cuando el cansancio se hacía presente y por estar siempre dispuesto a escuchar y orientar, su acompañamiento marcó la diferencia en muchos momentos importantes. También agradezco profundamente a la tutora personal, Ps. Ana Márquez, por su calidez, su atención constante y por estar presente aun cuando pareciera que caminábamos solos. Su acompañamiento fue un gran sostén en este proceso.

Mi gratitud se extiende también al Instituto Superior Tecnológico Marta Bucaram, por brindarme sus instalaciones con generosidad para la ejecución de esta etapa tan significativa de mi formación, gracias por la apertura, por la colaboración, y por el respeto mostrado durante cada momento, a sus docentes, gracias por su disponibilidad y disposición para facilitar el desarrollo de este trabajo, lo cual fue esencial para que este proceso se llevó a cabo con éxito.

*Lady Josselyn Cabrera Rodriguez*

## INDICE DE CONTENIDOS

AUTORIZACIÓN POR PARTE DEL AUTOR.....	II
APROBACIÓN DEL TUTOR .....	III
DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD .....	IV
APROBACIÓN DE LECTORES .....	V
DEDICATORIA .....	VI
AGRADECIMIENTO .....	VII
RESUMEN EJECUTIVO .....	X
ABSTRACT.....	11
1.- INTRODUCCIÓN.....	3
2.- MARCO METODOLÓGICO.....	9
3.- RESULTADOS.....	13
3.1 NIVELES DEL ESTRÉS ACADÉMICO .....	14
3.2 NIVELES DE CONSUMO DE ALCOHOL .....	16
3.3 NIVELES DE CONSUMO DE ALCOHOL SEGÚN EL SEXO .....	16
3.4. RELACIÓN DE LAS VARIABLES .....	17
4.- DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES .....	17
REFERENCIA BIBLIOGRÁFICAS.....	23
AGRADECIMIENTOS.....	26
DEDICATORIAS.....	26
ANEXOS.....	27

## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 Datos sociodemográficos.....	13
Tabla 2 Nivel del estrés académico .....	14
Tabla 3 Niveles de Estresores.....	15
Tabla 4 Niveles de Síntomas .....	15
Tabla 5 Niveles de Afrontamiento.....	15
Tabla 6 Niveles de consumo de alcohol .....	16
Tabla 7 Niveles de Consumo de Alcohol según el sexo.....	16
Tabla 8 De Spearman Correlaciones .....	17

**UNIVERSIDAD INDOAMÉRICA**  
**FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES Y HUMANAS**  
**CARRERA DE PSICOLOGÍA**

**TEMA:** ESTRÉS ACADÉMICO Y CONSUMO DE ALCOHOL EN ESTUDIANTES DE UN INSTITUTO SUPERIOR TECNOLÓGICO DE LA CIUDAD DE LAGO AGRIO

**AUTORA:** Lady Josselyn Cabrera Rodriguez

**TUTORA:** Psic.Cl. Márquez Altamirano Ana Carolina, Mg.

**RESUMEN EJECUTIVO**

El presente estudio tuvo como finalidad analizar la relación entre el estrés académico y el consumo de alcohol en estudiantes de un Instituto Superior Tecnológico de la ciudad de Lago Agrio. Desde el enfoque de la psicología clínica y bajo el modelo cognitivo-conductual, se examinó cómo las exigencias del entorno educativo pueden influir en la adopción de conductas de riesgo, especialmente el uso de alcohol como estrategia de afrontamiento emocional. La investigación se desarrolló bajo la modalidad cuantitativa, con un diseño no experimental de tipo transversal y un alcance correlacional. Se aplicaron los instrumentos estandarizados SISCO SV-21 y AUDIT-S a una muestra de 77 estudiantes. Los resultados revelaron que el 49,35% de los participantes presenta un nivel moderado de estrés académico, y que el 42,8% manifiesta patrones de consumo de alcohol en niveles de riesgo o dependencia. Se identificó una correlación positiva débil entre ambas variables ( $\rho = 0.240$ ), lo que indica una relación significativa, aunque no determinante. Se concluye que el estrés académico influye en el comportamiento de consumo de alcohol en los estudiantes, lo que evidencia la necesidad de implementar programas institucionales de prevención y promoción de la salud mental en contextos educativos.

**DESCRIPTORES** *Afrontamiento, Consumo de alcohol, Estrés académico*

**UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA INDOAMÉRICA**

**FACULTY OF SOCIAL AND HUMAN SCIENCES**

**Psychology**

**AUTHOR:** CABRERA RODRIGUEZ LADY JOSSELYN

**TUTOR:** MSc. MARQUEZ ALTAMIRANO ANA

**ABSTRACT**

**ACADEMIC STRESS AND ALCOHOL CONSUMPTION AMONG STUDENTS AT A TECHNOLOGICAL INSTITUTE IN THE CITY OF LAGO AGRIO**

This study aimed to analyze the relationship between academic stress and alcohol consumption among students at a Higher Technological Institute in the city of Lago Agrio. Framed within the field of clinical psychology and based on the cognitive-behavioral model, the research explored how academic demands may contribute to risky behaviors, particularly the use of alcohol as an emotional coping strategy. A quantitative, non-experimental, cross-sectional, and correlational research design was employed. Standardized instruments, SISCO SV-21 and AUDIT-S, were administered to a sample of 77 students. Findings revealed that 49.35% of participants reported moderate levels of academic stress, while 42.8% exhibited alcohol consumption patterns indicative of risk or dependence. A weak but statistically significant positive correlation was identified between the two variables ( $r = 0.240$ ), suggesting an association that, while not conclusive, is noteworthy. The results highlight the influence of academic stress on alcohol consumption behaviors among students, underscoring the need for institutional mental health promotion and prevention programs within educational settings.

**KEYWORDS:**

Coping, Alcohol consumption, Academic stress



# ESTRÉS ACADÉMICO Y CONSUMO DE ALCOHOL EN ESTUDIANTES DE UN INSTITUTO SUPERIOR TECNOLÓGICO DE LA CIUDAD DE LAGO AGRIO

## *ACADEMIC STRESS AND ALCOHOL CONSUMPTION AMONG STUDENTS AT A TECHNOLOGICAL INSTITUTE IN THE CITY OF LAGO AGRIO*

*Autor:* Cabrera Rodriguez Lady Josselyn  
[lcabrera7@indoamerica.edu.ec](mailto:lcabrera7@indoamerica.edu.ec)

*Tutor:* Márquez Altamirano Ana Carolina  
[anamarquez@uti.edu.ec](mailto:anamarquez@uti.edu.ec)

*Lector:* Suarez Mendoza Carmen Esthela  
[carmensuarez@uti.edu.ec](mailto:carmensuarez@uti.edu.ec)

*Lector:* Cisneros Bedón Jorge Luis  
[jorgecisneros@uti.edu.ec](mailto:jorgecisneros@uti.edu.ec)

Trabajo de Titulación para la  
obtención del título de  
Licenciado/a en Psicología de  
la Universidad Tecnológica  
Indoamérica.

Modalidad:  
Investigación Cuantitativa.

### RESUMEN

El presente estudio tuvo como finalidad analizar la relación entre el estrés académico y el consumo de alcohol en estudiantes de un Instituto Superior Tecnológico de la ciudad de Lago Agrio. Desde el enfoque de la psicología clínica y bajo el modelo cognitivo-conductual, se examinó cómo las exigencias del entorno educativo pueden influir en la adopción de conductas de riesgo, especialmente el uso de alcohol como estrategia de afrontamiento emocional. La investigación se desarrolló bajo la modalidad cuantitativa, con un diseño no experimental de tipo transversal y un alcance correlacional. Se aplicaron los instrumentos estandarizados SISCO SV-21 y AUDIT-S a una muestra de 77 estudiantes. Los resultados revelaron que el 49,35% de los participantes presenta un nivel moderado de estrés académico, y que el 42,8% manifiesta patrones de consumo de alcohol en niveles de riesgo o dependencia. Se identificó una correlación positiva débil entre ambas variables ( $\rho = 0.240$ ), lo que indica una relación significativa, aunque no determinante. Se concluye que el estrés académico

### ABSTRACT

The purpose of this study was to analyze the relationship between academic stress and alcohol consumption among students at a higher technical institute in the city of Lago Agrio. From a clinical psychology perspective and using a cognitive-behavioral model, we examined how the demands of the educational environment can influence the adoption of risky behaviors, especially the use of alcohol as an emotional coping strategy. The research was quantitative, with a non-experimental cross-sectional design and a correlational scope. The standardized SISCO SV-21 and AUDIT-S instruments were applied to a sample of 77 students. The results revealed that 49.35% of participants had moderate levels of academic stress, and 42.8% showed patterns of alcohol consumption at levels of risk or dependence. A weak positive correlation was identified between the two variables ( $\rho = 0.240$ ), indicating a significant but not decisive relationship. It was concluded that academic stress influences students' alcohol consumption behavior, highlighting the need to implement institutional

Ambato, Ecuador.  
Agosto de 2025.

influye en el comportamiento de consumo de alcohol en los estudiantes, lo que evidencia la necesidad de implementar programas institucionales de prevención y promoción de la salud mental en contextos educativos.

programs for prevention and mental health promotion in educational contexts.

**Palabras Clave:** *Afrontamiento, Consumo de alcohol, Estrés académico* (extraídas desde [Tesauros UNESCO](#), orden alfabético).

**Keywords:** *Coping, Alcohol consumption, Academic stress* (extraídas desde [Tesauros UNESCO](#), orden alfabético).

## 1.- INTRODUCCIÓN.

La presente investigación está enfocada en el área de la psicología clínica, una rama fundamental de la psicología encargada del estudio, diagnóstico, prevención e intervención de los trastornos emocionales, conductuales y cognitivos que afectan el bienestar psicológico de las personas (Cisneros, 2024). En este caso particular, la psicología clínica se orienta a la comprensión de los procesos de vulnerabilidad emocional en estudiantes de educación superior, quienes, frente a las altas exigencias académicas y presiones sociales, pueden desarrollar síntomas de estrés crónico que afectan su funcionalidad. Uno de los fenómenos asociados a esta realidad es el consumo de alcohol como forma de afrontamiento inadecuado, el cual, lejos de aliviar el malestar, contribuye al deterioro progresivo de la salud mental y al bajo rendimiento académico. Como señalan (Federación de Enseñanza de CCOO, 2023), la psicología clínica también actúa en la prevención temprana de estas conductas de riesgo, brindando herramientas para el manejo emocional y la resiliencia en contextos de alta demanda. Por ello, el propósito de esta investigación es comprender cómo ciertos factores emocionales y conductuales que se presentan en el entorno educativo podrían estar influyendo en la adopción de prácticas que comprometen el bienestar personal de los estudiantes. En este sentido, surge la necesidad de generar evidencia empírica que permita comprender de manera más profunda los factores personales y contextuales que inciden en el bienestar de los estudiantes durante su formación académica. Esta comprensión no solo

facilitará la interpretación de los desafíos que enfrentan, sino que también orientará el diseño de estrategias institucionales que favorezcan una experiencia educativa más saludable, equilibrada y adaptada a sus necesidades reales. La comprensión de las variables analizadas, el estrés académico y el consumo de alcohol, requiere situarlas dentro de un marco disciplinar que permita abordarlas de manera integral. En este sentido, la psicología clínica ofrece el sustento teórico y metodológico adecuado para estudiar cómo estas manifestaciones afectan la salud mental de los estudiantes y cómo es posible intervenir oportunamente. A partir de este enfoque, se profundizará en el campo temático, evidenciando la importancia de la psicología clínica en la identificación, prevención y tratamiento de las problemáticas que emergen en contextos académicos de alta exigencia.

Para abordar con mayor profundidad el fenómeno objeto de estudio, es necesario delimitar con claridad los niveles que lo componen. Comprender cómo determinadas exigencias del entorno educativo impactan en el equilibrio emocional del estudiante y, a su vez, cómo estas respuestas pueden estar asociadas a comportamientos de riesgo, requiere una revisión conceptual rigurosa. Precisar estas categorías permitirá no solo orientar el análisis empírico, sino también establecer conexiones fundamentadas entre los estados de malestar psicológico y determinadas prácticas que comprometen el bienestar de los jóvenes en el ámbito universitario.

La presente investigación se sustenta en el enfoque cognitivo-conductual, el cual constituye una de las corrientes más influyentes y validadas empíricamente dentro de la psicología clínica

contemporánea. Este modelo integra principios del conductismo clásico y operante con aportes fundamentales de la psicología cognitiva, estableciendo que las emociones, pensamientos y conductas están interrelacionados y pueden ser modificados a través de procesos terapéuticos estructurados. Según (Beck, 1979), las distorsiones cognitivas y los esquemas mentales disfuncionales influyen directamente en las reacciones emocionales y conductuales del individuo, lo que permite explicar cómo ciertas percepciones erróneas del entorno pueden generar malestar psicológico y comportamientos de riesgo.

Desde esta perspectiva, el estrés académico puede ser entendido como el resultado de interpretaciones cognitivas negativas o exageradas frente a las exigencias del entorno universitario, las cuales generan respuestas emocionales intensas y desreguladas. A su vez, el consumo de alcohol puede interpretarse como una conducta de afrontamiento desadaptativa, mantenida por la creencia de que el alcohol proporciona alivio o control frente a dichas emociones.

De acuerdo con (Sociedad Española de Psiquiatría y Salud Mental, 2022), el enfoque cognitivo-conductual permite intervenir eficazmente en este tipo de problemáticas mediante técnicas como la reestructuración cognitiva, el entrenamiento en habilidades de afrontamiento, la resolución de problemas y la modificación de patrones conductuales. Además, investigaciones recientes como la de (Alejandra, 2021), sostienen que este enfoque resulta altamente efectivo en el abordaje del estrés académico, al enseñar a los estudiantes a identificar y modificar pensamientos automáticos negativos que incrementan la ansiedad. Por

su parte, (Magill et al., 2023), han demostrado que las intervenciones cognitivo-conductuales también contribuyen significativamente a la reducción del consumo de alcohol en jóvenes universitarios, mediante programas psicoeducativos que fortalecen la regulación emocional y la toma de decisiones saludables.

Este enfoque resulta especialmente pertinente en contextos educativos, ya que se centra en el fortalecimiento de recursos personales y en la adquisición de estrategias autorreguladoras que mejoran la adaptación del estudiante frente a los desafíos académicos. En el presente estudio, el enfoque cognitivo-conductual permitirá interpretar cómo los pensamientos y creencias disfuncionales relacionados con el desempeño académico pueden generar emociones negativas, que a su vez predisponen a conductas de afrontamiento inadecuadas, como el consumo de alcohol.

Por tal razón, se considera que el estrés es una respuesta natural del organismo ante situaciones que son percibidas como amenazantes, exigentes o desafiantes. Implica un proceso de activación física y psicológica que permite al individuo adaptarse o reaccionar frente a demandas internas o externas. De acuerdo con (Selye, 1956), uno de los pioneros en su estudio, el estrés es la respuesta inespecífica del cuerpo a cualquier demanda que se le impone. Esta reacción, aunque necesaria para la supervivencia, puede convertirse en perjudicial si es prolongada o excesiva.

Existen distintos tipos de estrés, clasificados principalmente por su duración e impacto en el individuo. El estrés agudo es breve y aparece como una reacción inmediata a una

amenaza puntual; el estrés episódico agudo ocurre cuando esta reacción se vuelve recurrente; mientras que el estrés crónico se manifiesta de forma continua y sostenida en el tiempo, lo que puede producir efectos negativos en la salud física y mental. Según (Lazarus, 1986), el estrés también puede distinguirse como positivo o negativo, dependiendo de la evaluación que la persona haga de sus propios recursos para enfrentar la situación estresante.

Dentro de estos tipos, el estrés académico se considera una forma específica de estrés crónico o episódico, relacionado con el entorno educativo. Es una respuesta fisiológica, emocional y conductual que se presenta cuando las demandas académicas (como evaluaciones, tareas acumuladas, presión por resultados, carga horaria) superan las capacidades percibidas de afrontamiento del estudiante. (Peñarrieta et al., 2025) señala que este tipo de estrés no solo interfiere en el rendimiento académico, sino que afecta el bienestar psicológico del estudiante, incrementando el riesgo de desarrollar ansiedad, insomnio, irritabilidad y desmotivación. Por su parte, (Gusqui y Galárraga, 2023), afirman que el estrés académico también puede propiciar conductas de riesgo como el consumo de sustancias, especialmente en entornos sociales donde se normaliza el uso de alcohol como vía de escape.

Del mismo modo, se considera que el consumo de alcohol se refiere a la ingesta de bebidas con contenido etílico, cuyo efecto psicoactivo actúa directamente sobre el sistema nervioso central. Esta conducta, socialmente aceptada en muchas culturas, puede variar desde un uso ocasional hasta un consumo problemático o dependencia, dependiendo de factores como la

frecuencia, la cantidad, el entorno social y las razones emocionales que motivan su ingesta. Según la OMS (2024), el alcohol es responsable de más de 200 enfermedades y trastornos, y representa uno de los principales factores de riesgo para la discapacidad y mortalidad entre los jóvenes de 15 a 29 años.

Desde una perspectiva clínica, el consumo de alcohol puede tener efectos inmediatos como desinhibición, alteración del juicio, disminución de la coordinación motora, euforia o somnolencia. A largo plazo, su uso frecuente o excesivo puede derivar en problemas hepáticos, cardiovasculares, deterioro cognitivo, dependencia emocional y conductual, y trastornos del estado de ánimo como depresión o ansiedad. (Torres, 2022), destacan que, en el caso de los estudiantes universitarios, el alcohol es a menudo utilizado como una forma de evasión emocional frente al estrés, la presión académica o las dificultades personales, lo que establece como una conducta de afrontamiento desadaptativa.

Las características del consumo de alcohol en población joven suelen estar asociadas a su contexto social. Según (Silva et al., 2020), los universitarios consumen con mayor frecuencia durante fines de semana, eventos sociales o en momentos de alta carga emocional, como exámenes y entregas académicas importantes. Este tipo de consumo suele estar normalizado e incluso incentivado por el grupo de pares, lo que dificulta su identificación como problema. No obstante, los efectos son evidentes: dificultades en la concentración, ausentismo, bajo rendimiento académico, conflictos interpersonales, pérdida de autocontrol y riesgo de accidentes.

Según (Moyon y Núñez, 2022) el consumo

de alcohol en estudiantes debe entenderse como una señal de alerta que puede estar encubriendo problemáticas más profundas, como baja autoestima, escasa regulación emocional o deficiencias en las habilidades de afrontamiento. Por ello, es fundamental que las instituciones educativas promuevan espacios de contención, prevención y educación sobre el uso de sustancias, integrando enfoques clínicos y psicoeducativos para reducir el impacto de esta conducta de riesgo.

En función de la revisión bibliográfica se ha logrado establecer un estudio amplio sobre las variables de estrés académico y el consumo de alcohol, que se han consolidado como problemáticas interrelacionadas que afectan de manera significativa a la población universitaria. Diversos estudios señalan, que, en contextos de alta presión académica, los estudiantes tienden a desarrollar conductas de riesgo como el consumo excesivo de alcohol, que actúa como un mecanismo de afrontamiento ante el malestar emocional.

A nivel mundial en Estados Unidos, un estudio realizado por (Liška et al., 2024), mostró que aproximadamente el 38% de los estudiantes universitarios consumen alcohol en exceso al menos una vez al mes, y que el 65% de ellos identifica el estrés académico como el principal detonante de dicha conducta. De manera similar, en España, (Kloster y Perrotta, 2019), encontraron que el 57% de los estudiantes encuestados reportaban niveles altos de estrés durante los periodos de evaluación, y un 42% de ellos reconocían haber consumido alcohol para “relajarse” o “distraerse” frente a la sobrecarga académica.

Desde una perspectiva clásica, (Lazarus y Folkman, 1986), definieron el estrés como

un proceso en el que el individuo evalúa las demandas del entorno como desbordantes respecto a sus recursos personales, lo que genera emociones intensas que pueden canalizarse a través de comportamientos desadaptativos, como el uso de sustancias. Esta visión sigue siendo retomada en la actualidad por autores como (Chacha y Pérez, 2023), quienes realizaron un estudio en universidades de México, donde el 49% de los estudiantes reportaron consumir alcohol en momentos de ansiedad o frustración por tareas académicas acumuladas. Estos resultados refuerzan la necesidad de comprender esta problemática como un fenómeno global, cuya expresión y consecuencias comparten patrones comunes en distintos contextos educativos. Estos estudios, demuestran que la relación entre el estrés académico y el consumo de alcohol no es un fenómeno aislado ni exclusivo de ciertas regiones, sino un problema estructural que afecta a estudiantes de diversas culturas. Esto justifica la urgencia de implementar programas de prevención e intervención psicológica con base científica que puedan adaptarse a las realidades locales.

En esta misma línea, (Castañeda y Huatuco, 2023), en un estudio realizado en una universidad privada de Lima, Perú, identificaron que la sobrecarga académica era el estresor predominante en estudiantes de enfermería. Además, más del 50% de los encuestados reconoció consumir alcohol mensualmente, y un 11% reportó haber incumplido sus obligaciones académicas debido a dicha conducta.

Por otro lado, en Brasil, un estudio realizado por (Azevedo et al., 2023) encontró que el 98.3% de los estudiantes presentaron estrés académico, y el 88.8% se inclinó por las

categorías de intensidad más altas de estrés. Además, se observó una correlación significativa entre los niveles de estresores y reacciones, así como entre estresores y estrategias, lo que sugiere una relación entre el estrés académico y el consumo de alcohol en esta población.

En el contexto ecuatoriano, el estrés académico y el consumo de alcohol también han sido identificados como problemáticas relevantes que afectan a estudiantes de educación superior. Las condiciones socioeconómicas, las deficiencias en el sistema educativo y la falta de estrategias institucionales de contención emocional contribuyen a que los jóvenes universitarios se enfrenten a elevados niveles de presión, lo cual puede derivar en comportamientos desadaptativos. De acuerdo con datos del (Ministerio de Salud Pública del Ecuador, 2022), el estrés relacionado con exigencias académicas representa una de las principales causas de consulta psicológica entre adolescentes y jóvenes, superando incluso a otros motivos vinculados a conflictos familiares o de pareja.

Un estudio realizado por (Arias, 2024), en universidades de la región costa reveló que el 62% de los estudiantes encuestados presentaban niveles moderados a altos de estrés académico, siendo los momentos de evaluación los más críticos. Además, el 38% de los participantes reconoció haber consumido alcohol en situaciones de ansiedad relacionada con el ámbito académico, evidenciando una relación directa entre ambas variables. Por su parte, (Coralía, 2022), en una investigación llevada a cabo en instituciones universitarias de Quito y Cuenca, concluyeron que los estudiantes con mayores niveles de estrés eran también los más propensos a adoptar

estilos de afrontamiento evitativos, incluyendo el uso de alcohol como medio de escape emocional.

Estos hallazgos coinciden con lo planteado por (Lara et al., 2023), quienes señalaron que en las universidades públicas ecuatorianas no existen suficientes programas preventivos de salud mental, lo cual dificulta la detección temprana de conductas de riesgo y limita la implementación de intervenciones eficaces. Además, la Encuesta Nacional de Consumo de Alcohol en Población Universitaria (Secretaría de Educación Superior, Ciencia, Tecnología e Innovación, 2021), reportó que más del 50% de los estudiantes de primer y segundo año consumen alcohol con regularidad, siendo la razón más frecuente relajarse después de exámenes o trabajos estresantes.

Estos antecedentes a nivel nacional evidencian que el estrés académico y el consumo de alcohol constituyen una realidad preocupante en Ecuador, lo cual justifica la necesidad de investigaciones aplicadas que permitan comprender estas dinámicas en contextos específicos, y propongan alternativas de intervención desde la psicología clínica.

En el contexto local, específicamente en el Instituto Superior Tecnológico de la ciudad de Lago Agrio, se ha evidenciado una creciente preocupación por el impacto del estrés académico en la salud mental de los estudiantes y su posible vinculación con conductas de riesgo como el consumo de alcohol. Aunque hasta el momento no se han identificado investigaciones científicas publicadas que aborden esta problemática en esta zona geográfica, diversos reportes institucionales, observaciones de docentes y profesionales del área psicoeducativa han señalado que un número significativo de

estudiantes experimenta elevados niveles de ansiedad y presión académica, particularmente en periodos de evaluación o cierre de ciclo.

Según información proporcionada por orientadores y personal del área de bienestar estudiantil, en los últimos años se ha incrementado el número de estudiantes que solicitan apoyo psicológico por síntomas relacionados con el estrés, como insomnio, irritabilidad, dificultades de concentración y sensación de desbordamiento emocional. De manera paralela, se ha observado una normalización del consumo de bebidas alcohólicas entre estudiantes jóvenes como estrategia para desconectarse de las responsabilidades académicas, especialmente los fines de semana y en momentos previos o posteriores a entregas importantes. Estos patrones, aunque aún no sistematizados en estudios académicos, reflejan una necesidad urgente de investigar con profundidad esta realidad local, con el fin de sustentar decisiones institucionales basadas en evidencia.

A nivel institucional, esta investigación puede convertirse en una herramienta de diagnóstico útil para los equipos de orientación, bienestar estudiantil y autoridades educativas del Instituto Superior Tecnológico, ya que permitirá diseñar políticas internas de salud mental más efectivas y focalizadas en las verdaderas necesidades del alumnado. Asimismo, los resultados podrían ser extrapolables a otras instituciones de educación superior en zonas similares del país.

Desde una perspectiva social, el abordaje de estas problemáticas puede contribuir al fortalecimiento de factores protectores en la población juvenil, reduciendo la probabilidad de que el estrés académico

desencadene comportamientos adictivos o desadaptativos.

A pesar de la abundante evidencia nacional e internacional sobre la relación entre el estrés académico y el consumo de alcohol en estudiantes universitarios, en el Instituto Superior Tecnológico de la ciudad de Lago Agrio no se han identificado estudios científicos que aborden esta problemática de forma sistemática. Esta ausencia de investigaciones en el contexto local representa un vacío de conocimiento que justifica la necesidad de realizar un estudio empírico que permita comprender cómo se manifiesta esta relación en esta población específica, considerando sus características socioculturales y académicas.

Por ello, este trabajo de investigación se justifica como un aporte necesario para visibilizar y comprender la dinámica entre el estrés académico y el consumo de alcohol en esta población específica, generando datos que puedan orientar futuras intervenciones clínicas y educativas ajustadas a las características del contexto de Lago Agrio.

Esta realidad, ampliamente documentada a nivel internacional y nacional, se manifiesta también en el contexto local de la ciudad de Lago Agrio, donde se ha observado un aumento de consultas psicológicas relacionadas con ansiedad, presión académica y uso problemático de bebidas alcohólicas por parte de jóvenes estudiantes. Desde el punto de vista científico y académico, el estudio busca generar evidencia empírica que permita comprender la relación entre el estrés académico y el consumo de alcohol, abordando un vacío investigativo en esta región del país. La escasez de estudios sistemáticos en Lago Agrio sobre esta problemática refuerza la necesidad de indagar cómo estas variables

interactúan y afectan el desarrollo integral del estudiante, lo cual es esencial para fundamentar estrategias de prevención e intervención desde la psicología clínica.

A partir de la revisión bibliográfica y del vacío de investigación encontrado, han surgido las siguientes preguntas de investigación:

*¿Existe relación entre el estrés académico y el consumo de alcohol en estudiantes de un Instituto Superior Tecnológico de la ciudad de Lago Agrio?*

*¿Cuáles son los niveles del estrés académico que presentan los estudiantes de un Instituto Superior Tecnológico de la ciudad de Lago Agrio?*

*¿Cuáles son los niveles de consumo de alcohol en los estudiantes de un Instituto Superior Tecnológico de la ciudad de Lago Agrio?*

*¿Cuáles son los niveles de consumo de alcohol en los estudiantes de un Instituto Superior Tecnológico de la ciudad de Lago Agrio según el sexo?*

Considerando la relevancia del fenómeno analizado y la necesidad de generar respuestas desde el ámbito académico, se plantean los siguientes objetivos, los cuales permitirán guiar el abordaje metodológico y dar respuesta a las preguntas centrales de la investigación.

#### **Objetivo general:**

Relacionar los niveles del estrés académico y los niveles de consumo de alcohol en los estudiantes de un Instituto Superior Tecnológico de la ciudad de Lago Agrio.

#### **Objetivos específicos:**

- ∞ Estimar los niveles del estrés académico en los estudiantes de

un Instituto Superior Tecnológico de la ciudad de Lago Agrio.

- ∞ Estimar los niveles de consumo de alcohol en los estudiantes de un Instituto Superior Tecnológico de la ciudad de Lago Agrio
- ∞ Estimar los niveles de consumo de alcohol en los estudiantes de un Instituto Superior Tecnológico de la ciudad de Lago Agrio según el sexo.

## **2.- MARCO METODOLÓGICO**

En este capítulo se describe el enfoque epistemológico y metodológico adoptado para desarrollar la presente investigación, así como el diseño, tipo de alcance, población objetiva, tipo de muestreo, y los criterios de inclusión y exclusión. Estos elementos permiten garantizar la rigurosidad del estudio y la validez de los resultados obtenidos.

La presente investigación se enmarca en el paradigma positivista, el cual se sustenta en una visión objetiva, cuantificable y sistemática de la realidad. Este paradigma considera que los fenómenos pueden ser medidos y explicados mediante el uso de herramientas estadísticas, generando conocimiento válido y replicable.

El paradigma positivista se basa en una concepción objetiva de la realidad, donde el conocimiento se adquiere a través de la observación sistemática, la medición cuantificable y la aplicación del método científico. Este paradigma sostiene que los fenómenos pueden ser explicados mediante leyes generales y comprobados

empíricamente, separando al sujeto que investiga del objeto investigado para evitar sesgos subjetivos (Hernández, 2018).

Desde la dimensión ontoepistemológica, se concibe una realidad objetiva, independiente del investigador, que puede ser observada y explicada mediante leyes generales. En este sentido, (Contreras, 2011) sostiene que existe una separación clara entre el sujeto que investiga y el objeto investigado, permitiendo la producción de conocimiento sin sesgos. En la dimensión metodológica, (Martínez, 2013) afirman que el positivismo utiliza el método científico mediante la verificación de hipótesis y el uso de técnicas rigurosas de análisis cuantitativo. Finalmente, en la dimensión ético-política, (Barrientos, 2022) plantea que el paradigma positivista orienta la investigación hacia el respeto de los derechos de los participantes, garantizando su privacidad, consentimiento informado y la aplicación ética de los resultados en beneficio de la comunidad.

La investigación utiliza una metodología cuantitativa, dado que permite recolectar, organizar y analizar datos numéricos con el fin de identificar patrones, relaciones y comportamientos medibles. Este enfoque se aplica especialmente cuando se desea explicar fenómenos a través de variables cuantificables y herramientas estadísticas. Según Taruchain y Acosta (2022), este enfoque facilita la formulación de hipótesis y su comprobación empírica en poblaciones determinadas. Asimismo, (Artavia y Guardian, 2021) destacan que el método cuantitativo busca objetividad, fiabilidad y validez mediante técnicas estructuradas y replicables.

El presente estudio se caracteriza por tener

un diseño no experimental de tipo transversal, ya que no se manipulan intencionadamente las variables de estudio y la recolección de los datos se realiza en un solo momento temporal. Este tipo de diseño permite observar fenómenos tal como se presentan en su contexto natural. (Bernal, 2016) señala que los estudios transversales son adecuados para describir características de una población o establecer relaciones entre variables en un punto específico en el tiempo.

Así mismo, el estudio tiene un alcance correlacional, ya que pretende determinar el grado de relación entre dos variables: el estrés académico y el consumo de alcohol. Este tipo de estudio no busca establecer causalidad, sino evidenciar si existe una asociación estadística significativa entre las variables analizadas. Según (Nuñez, 2011), el enfoque correlacional es útil para analizar fenómenos complejos dentro de contextos sociales, permitiendo identificar patrones de asociación que pueden guiar futuras intervenciones.

La investigación se llevó a cabo con estudiantes matriculados de las distintas carreras tecnológicas que ofrece la universidad; Mecatrónica, Mecánica Industrial, Seguridad y Prevención de Riesgos Laborales, y Soldadura. Los participantes deberán tener un rango de edad entre 17 y 40 años, y se considerará una población mixta de hombres y mujeres.

Para la selección de los participantes se utilizó un muestreo no probabilístico por conveniencia. Este tipo de muestreo consiste en seleccionar a los individuos que estén disponibles y dispuestos a participar, facilitando el acceso a la muestra en función del tiempo y los recursos disponibles. De

acuerdo con (Ozten y Manterola, 2017), este método permite trabajar con poblaciones específicas cuando no es posible acceder a todos los miembros de manera aleatoria, siendo frecuente en contextos educativos.

En el caso de la investigación, para garantizar la rigurosidad del estudio y la validez de los resultados, se establecieron criterios de inclusión y exclusión que permitieron delimitar la muestra de forma precisa y acorde con los objetivos de investigación. Estos criterios aseguran que los participantes seleccionados cumplan con las características necesarias para aportar información relevante sobre las variables de interés: el estrés académico y el consumo de alcohol. Además, permiten evitar sesgos derivados de condiciones que podrían interferir en la interpretación de los datos.

A continuación, se describe los criterios de inclusión: a) Estudiantes matriculados en el Instituto Superior Tecnológico de Lago Agrio en el periodo 2024-2025, b) Tener entre 18 y 40 años de edad, c) Haber aceptado voluntariamente participar en la investigación mediante la firma del consentimiento informado. Así mismo se establecieron criterios de exclusión que, por otra parte, se deben tener en cuenta como: a) Estudiantes que reporten, mediante autodeclaración, haber sido diagnosticados con algún trastorno psicológico severo que pueda interferir en la percepción del estrés o en el consumo de alcohol, b) Estudiantes que no completen adecuadamente los instrumentos aplicados.

Para la recolección de datos se utilizaron dos instrumentos estandarizados que evalúan las variables centrales del estudio: el Inventario SISCO SV-21 para medir el estrés académico, y el Cuestionario AUDIT-S para

evaluar el consumo de alcohol. Ambos fueron aplicados de forma autoadministrada, asegurando la confidencialidad de los datos y el anonimato de los participantes.

El SISCO SV-21 es un instrumento diseñado para identificar la presencia y características del estrés académico en estudiantes de nivel medio, superior y de posgrado. Evalúa niveles: fuentes del estrés académico, estresores, síntomas “reacciones” y estrategias de afrontamiento. Escala de puntuación: Utiliza una escala tipo Likert del 1 al 5, donde 1 representa "nunca" y 5 "siempre", aplicada a 21 ítems divididos por categorías.

Confiabilidad: Estudios recientes reportan un índice de confiabilidad (alfa de Cronbach) general superior a 0,85, y valores entre 0,75 y 0,96 en sus distintos niveles, lo cual indica una alta consistencia interna (De la Fuente et al., 2021).

El AUDIT-S (Alcohol Use Disorders Identification Test – Spanish Version) es una herramienta de evaluación desarrollada por la OMS para detectar patrones de consumo riesgoso o problemático de alcohol. Está compuesto por 10 ítems, evaluando frecuencia, cantidad, control y consecuencias del consumo.

Escala de puntuación: Cada ítem se califica de 0 a 4 puntos. El puntaje total oscila entre 0 y 40 puntos.

Para hombres:

0–4: Consumo bajo riesgo

5–14: Riesgo moderado

15–19: Consumo dañino

20 o más: Posible dependencia

Para mujeres:

0–3: Consumo bajo riesgo

4–12: Riesgo moderado

13–19: Consumo dañino

20 o más: Posible dependencia

Confiabilidad: El AUDIT-S ha demostrado una confiabilidad alfa de Cronbach entre 0,80 y 0,88, lo que indica una adecuada consistencia interna para la detección de consumo nocivo de alcohol (Trim y Schuckit, 2013).

Para el procesamiento y análisis de los datos recolectados, se utilizaron las herramientas Microsoft Excel y el software estadístico JASP, para facilitar el análisis de datos de forma intuitiva y visual. El uso de estas plataformas respondió a su funcionalidad y aplicabilidad en investigaciones de carácter cuantitativo, permitiendo organizar, depurar, tabular e interpretar datos de forma precisa.

Inicialmente se realizó un análisis estadístico descriptivo para identificar las características generales de la muestra. Se calcularon frecuencias absolutas y relativas (porcentajes) para variables categóricas como sexo, edad, semestre y carrera. Para variables cuantitativas, como los puntajes obtenidos en el SISCO SV-21 y el AUDIT-S, se aplicaron medidas de tendencia central (media) y dispersión (desviación estándar, valores mínimo y máximo) para explorar la distribución y variabilidad de los datos.

En cuanto al análisis inferencial, se aplicó el coeficiente de correlación de Spearman para examinar la relación entre los niveles del estrés académico y los niveles de consumo de alcohol. Esta prueba fue seleccionada debido a que los datos provienen de escalas ordinales (tipo Likert y rangos del AUDIT-S), y no se asumió una distribución normal. Según Apaza et al. (2022), la correlación de Spearman resulta adecuada cuando se busca interpretar la fuerza y dirección de la asociación entre variables ordinales, brindando una interpretación robusta

incluso en presencia de datos asimétricos.

Asimismo, se evaluó la consistencia interna de los instrumentos mediante el cálculo del coeficiente alfa de Cronbach para la muestra local, debido a que no se encontró evidencia documentada de validación formal de estas escalas en el contexto ecuatoriano. Esto garantizó que los instrumentos utilizados fueran confiables para medir adecuadamente las variables objeto de estudio en este entorno específico.

Los datos recopilados en el presente estudio fueron utilizados exclusivamente con fines académicos y científicos. Antes de la recolección de información, se obtuvo el consentimiento informado de todos los participantes, quienes fueron informados sobre los objetivos de la investigación, el uso de los datos, la confidencialidad de su identidad, así como sobre su derecho a participar de manera voluntaria y a retirarse en cualquier momento sin consecuencias.

Con el propósito de resguardar la privacidad de los participantes y proteger la información recolectada, se garantizó la anonimización de los datos y el acceso restringido únicamente a los investigadores responsables del proyecto. Esta práctica se alinea con los principios de respeto, integridad y responsabilidad profesional en la investigación con seres humanos (Ojeda et al., 2007)

El documento de consentimiento informado detalló el propósito del estudio, los instrumentos empleados (Inventario SISCO SV-21 y Cuestionario AUDIT-S), y las condiciones de participación. Dicho procedimiento responde a lo planteado por Ortega y Muñoz (2020), quienes señalan que el consentimiento informado debe permitir

que los participantes comprendan claramente el alcance de su colaboración, garantizando un ejercicio ético, transparente y respetuoso de la investigación científica.

Asimismo, esta investigación se desarrolló conforme a los principios éticos internacionales establecidos en el Código de Ética para la Investigación con Seres Humanos (CIOMS, 2021), los cuales promueven la autonomía, la beneficencia, la no maleficencia y la justicia. Estos principios orientaron cada fase del estudio, desde la recolección de datos hasta su análisis y presentación final, velando por el bienestar físico, emocional y psicológico de los participantes.

Así mismo, el presente trabajo se estructuró respetando las normas de presentación académica según la séptima edición del Manual de Publicaciones de la American Psychological Association (APA, 2020), lo cual garantiza el cumplimiento de estándares éticos y formales en la elaboración del informe final.

### 3.- RESULTADOS

El presente capítulo expone los principales hallazgos obtenidos a partir del análisis de los datos recolectados durante la investigación. El propósito fue identificar y describir los niveles de las variables objeto de estudio: estrés académico y consumo de alcohol, en estudiantes de un Instituto Superior Tecnológico de la ciudad de Lago Agrio. Para ello, se emplearon herramientas estadísticas descriptivas que permitieron organizar, interpretar y representar los resultados de forma clara y precisa.

Inicialmente, se presenta la caracterización sociodemográfica de los participantes,

seguida del análisis de los niveles de cada variable en estudio. La presentación de los resultados se realiza por objetivos específicos, permitiendo así una mejor comprensión de los patrones observados y facilitando el cumplimiento de los fines investigativos planteados.

Tabla 1  
*Datos sociodemográficos*

	EDAD	
	F	M
Media	24.033	22.128
Desviación Típica	4.605	4.528
Mínimo	19.000	18.000
Máximo	34.000	37.000

Nota: elaboración propia

En esta investigación participaron 77 estudiantes pertenecientes a diferentes carreras del Instituto Superior Tecnológico de la ciudad de Lago Agrio. Los participantes del estudio tienen una edad promedio de  $X = 23.02$  años. La edad mínima registrada fue de 18 años, mientras que la máxima alcanzó los 37 años.

Al desagregar los datos por sexo, se observa que la edad promedio en las estudiantes mujeres fue de  $X = 24.03$  años ( $DS = 4.61$ ), con un rango de edad entre 19 y 34 años; mientras que, en los hombres, la media fue de  $X = 22.13$  años ( $DS = 4.53$ ), con edades comprendidas entre 18 y 37 años. La muestra presenta una distribución equilibrada por sexo, con un 50.6% de hombres ( $n = 39$ ) y un 49.4% de mujeres ( $n = 38$ ), lo cual contribuye a evitar sesgos asociados al género y permite una comparación más representativa de los niveles de estrés académico y consumo de

alcohol entre ambos grupos.

### 3.1 NIVELES DEL ESTRÉS ACADÉMICO

Para estimar los niveles de estrés académico en los estudiantes se utilizó el Inventario SISCO SV-21, una escala diseñada para evaluar el estrés en contextos educativos a partir de la percepción subjetiva del estudiante. A partir de esta clasificación, se determinó que el 49,35% de los estudiantes presentó un nivel moderado de estrés académico, el 40,26% un nivel bajo, y el 10,39% reportó un nivel alto de estrés, como se muestra en la siguiente tabla.

Tabla 2  
*Nivel del estrés académico*

NE	F	%	% V	% A
Alto	8	10.39 0	10.39 0	10.390
Bajo	31	40.26 0	40.26 0	50.649
Moderado	38	49.35 1	49.35 1	100.00
Ausente	0	0.000		
Total	77	100.0 0		

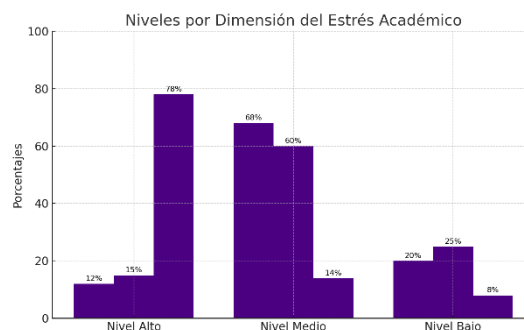
Nota: elaboración propia

En los niveles de estrés académico, los resultados obtenidos muestran que el 10.39% de la muestra (n = 8) obtuvo una puntuación alta, lo que indica la presencia de altos niveles de tensión y sobrecarga emocional frente a las demandas académicas. El 49.35% de los participantes (n = 38) se ubicó en un nivel moderado, lo cual sugiere que una proporción importante de estudiantes experimenta estrés de manera constante, aunque en un rango controlable.

Finalmente, el 40,26% (n = 31) manifestó un nivel bajo de estrés, lo que refleja una menor percepción de presión académica en este grupo. En tanto, el 49,35% (n = 38) se ubicó en un nivel intermedio, mientras que un 10,39% (n = 8) presentó un nivel alto de estrés académico. Estos datos permiten observar una mayor concentración de estudiantes en los niveles bajo y medio de estrés, como se ha expuesto en la tabla correspondiente.

Figura 1

*Gráfico de barras de los niveles del estrés académico*



En cuanto a los niveles del estrés académico, los resultados muestran que la mayoría de los estudiantes (78%) presentó un nivel alto en la categoría de estrategias de afrontamiento. Este resultado indica una alta frecuencia de uso de mecanismos personales frente a situaciones académicas estresantes. Por otro lado, se evidenció que el 14% de los estudiantes se ubicó en un nivel medio y el 8% en un nivel bajo dentro de esta misma categoría. Por otro lado, el 68% de los estudiantes evidenció un nivel medio en los estresores académicos, indicando que una parte significativa percibe una carga académica constante, pero no excesiva. En cuanto a los síntomas, el 60% de los participantes obtuvo un nivel medio, reflejando la presencia moderada de reacciones físicas, emocionales y conductuales ante el estrés. Finalmente, los

niveles bajos se observaron con menor frecuencia en las tres categorías evaluadas: 20% en estresores, 25% en síntomas y 8% en afrontamiento. Esto es lo que se evidencia en los resultados representados en la siguiente tabla.

Tabla 3  
*Niveles de Estresores*

Niveles	F	%	% válido
Nivel Alto	24	30,8	30,8
Nivel Medio	40	51,3	51,3
Nivel Bajo	13	16,7	16,7
Ausente	1	1,3	1,3

Nota: *Elaboración propia*

En los niveles de estresores fuertes, los resultados muestran que el 16.2% de los estudiantes (n = 12) obtuvo una puntuación alta, lo que indica una exposición considerable a factores que generan presión académica constante. El 39.2% (n = 29) fue clasificado con un nivel moderado, lo que sugiere que una parte significativa de los participantes percibe las exigencias del entorno académico como manejables, aunque aún presentes. Por otro lado, el 44.6% (n = 33) de los estudiantes presentó un nivel bajo de estresores, lo cual refleja una percepción más reducida de factores académicos perturbadores.

Tabla 4  
*Niveles de Síntomas*

Niveles	F	%	% válido
Nivel Alto	65	84,4	84,4
Nivel Medio	8	10,4	10,4
Nivel Bajo	4	5,2	5,2
Ausente	0	0	0

Nota: *Elaboración propia*

En cuanto a los niveles de síntomas del estrés académico, los resultados muestran que el 13.5% de los estudiantes (n = 10) obtuvo una puntuación alta, lo cual indica una presencia significativa de reacciones físicas, emocionales y conductuales ante situaciones académicas exigentes. El 45.9% (n = 34) fue clasificado en un nivel moderado, evidenciando la manifestación de síntomas de manera ocasional o controlada. Por su parte, el 40.5% (n = 30) de los participantes presentó un nivel bajo de síntomas, lo que sugiere una afectación mínima del estrés en su bienestar general.

Tabla 5  
*Niveles de Afrontamiento*

Niveles	F	%	% válido
Nivel Alto	22	28,6	28,6
Nivel Medio	43	55,8	55,8
Nivel Bajo	12	15,6	15,6
Ausente	0	0	0

Nota: *Elaboración propia*

En cuanto a los niveles de estrategias de afrontamiento, los resultados muestran que el 59.5% de los estudiantes (n = 44) obtuvo una puntuación alta, lo cual indica que la mayoría recurre con frecuencia a mecanismos de autorregulación emocional, planificación y apoyo social para manejar las exigencias académicas. El 24.3% (n = 18) fue clasificado en un nivel moderado, reflejando un uso ocasional o parcial de estrategias adaptativas. Por su parte, el 16.2% (n = 12) presentó un nivel bajo de afrontamiento, lo que sugiere una menor

capacidad o disposición para enfrentar situaciones estresantes de forma efectiva.

### 3.2 NIVELES DE CONSUMO DE ALCOHOL

Para evaluar los niveles de consumo de alcohol en los estudiantes, se aplicó el Cuestionario AUDIT (Alcohol Use Disorders Identification Test), un instrumento validado por la Organización Mundial de la Salud que permite identificar patrones de consumo problemático. Esta herramienta clasifica el comportamiento de consumo en tres niveles: consumo bajo, consumo de riesgo y consumo dependiente, en función de la frecuencia, cantidad y consecuencias asociadas al uso de bebidas alcohólicas.

Tabla 6  
*Niveles de consumo de alcohol*

NA	F	%	% V	% A
Bajo	44	57.143	57.14 3	57.143
Dependiente	13	16.883	16.88 3	74.026
Riesgo	20	25.974	25.97 4	100.00 0
Ausente	0	0.000		
Total	77	100.00 0		

Nota: *Elaboración propia*

En relación con los niveles de consumo de alcohol, los resultados muestran que el 57.1% de los estudiantes (n = 4) se ubicó en la categoría de consumo bajo, lo que sugiere un patrón de ingesta ocasional y sin consecuencias negativas aparentes. Por otro lado, el 25.9% (n = 2) fue clasificado en el

nivel de consumo de riesgo, lo cual implica una frecuencia o cantidad de consumo que podría generar efectos adversos en la salud si no se controla. Finalmente, el 16.8% (n = 1) presentó un patrón de consumo dependiente, evidenciando posibles indicios de hábito problemático que ameritan atención y seguimiento especializado.

### 3.3 NIVELES DE CONSUMO DE ALCOHOL SEGÚN EL SEXO

Con el propósito de estimar los niveles de consumo de alcohol según el sexo, se realizó un análisis de frecuencia cruzada entre la variable “Nivel de consumo de alcohol” y “Sexo”. Esta comparación permite identificar patrones diferenciales en la conducta de ingesta de bebidas alcohólicas entre hombres y mujeres, lo cual resulta relevante para el diseño de estrategias de intervención diferenciadas y focalizadas según las características de cada grupo.

Tabla 7  
*Niveles de Consumo de Alcohol según el sexo*

S	Nive l	F	%	% V	% A
FEME NINO	Bajo	20	66.6 67	66.6 67	66.6 67
	Depen diente	2	6.66 7	6.66 7	73.3 33
	Riesgo	8	26.6 67	26.6 67	100. 000
	Ausent e	0	0.00 0		
	Total	30	100. 000		
MASC ULINO	Bajo	24	51.0 64	51.0 64	51.0 64

S	Nivel	F	%	% V	% A
	Dependiente	11	23.404	23.404	74.468
	Riesgo	12	25.532	25.532	100.000
	Ausente	0	0.000		
	Total	47	100.000		

Nota: *Elaboración propia*

Los resultados muestran que, del total de mujeres encuestadas ( $n = 30$ ), el 66.7% ( $n = 20$ ) presenta un nivel de consumo bajo, seguido de un 26.7% ( $n = 8$ ) en nivel de consumo de riesgo y solo un 6.7% ( $n = 2$ ) en nivel dependiente, sin casos registrados en la categoría de ausencia. En contraste, de los hombres encuestados ( $n = 47$ ), el 51.1% ( $n = 24$ ) se ubica en el nivel bajo, el 25.5% ( $n = 12$ ) en riesgo y un 23.4% ( $n = 11$ ) presenta consumo dependiente. Estos resultados reflejan una mayor prevalencia de consumo problemático entre los hombres, con una diferencia considerable especialmente en el nivel dependiente.

### 3.4. RELACIÓN DE LAS VARIABLES

Con el fin de cumplir el objetivo general del estudio, que consistió en relacionar los niveles de estrés académico y los niveles de consumo de alcohol en estudiantes de un Instituto Superior Tecnológico de la ciudad de Lago Agrio, se aplicó la correlación de Spearman. Esta prueba no paramétrica fue seleccionada debido a la naturaleza ordinal de las variables y a la ausencia de normalidad en los datos, lo que permite estimar la fuerza

y dirección de la asociación entre ambas variables sin requerir supuestos estrictos de distribución.

Tabla 8  
*De Spearman Correlaciones*

Variable		EA	CA
1. E A	Rho de Spearman	—	
2. C A	Rho de Spearman	0.240	—

Nota: *Elaboración propia*

Los resultados del análisis de Spearman evidenciaron una correlación positiva débil ( $\rho = 0.240$ ) entre el estrés académico y el consumo de alcohol en los estudiantes. Esto indica que a mayores niveles de estrés académico podría corresponder una ligera tendencia al incremento del consumo de alcohol; sin embargo, la fuerza de esta asociación es baja. Aunque el coeficiente no sugiere una relación fuerte, estos hallazgos destacan la importancia de considerar el estrés como un posible factor asociado al inicio o intensificación de conductas de riesgo como el consumo de sustancias.

### 4.- DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

El presente apartado tiene como propósito analizar e interpretar los hallazgos obtenidos en relación con los objetivos específicos de la investigación, estableciendo un diálogo crítico con estudios previos que han abordado las mismas variables. A partir de un enfoque comparativo, se examina en qué medida los resultados del estudio coinciden o difieren de otras investigaciones

nacionales e internacionales, lo que permite contextualizar la realidad observada en los estudiantes del Instituto Superior Tecnológico de la ciudad de Lago Agrio. Este análisis busca no solo validar los hallazgos mediante evidencia empírica, sino también identificar patrones, divergencias y posibles explicaciones asociadas a factores individuales, institucionales o socioculturales. Así, se ofrece una comprensión más profunda del fenómeno estudiado la relación entre el estrés académico y el consumo de alcohol desde una perspectiva integral, contribuyendo con insumos relevantes para futuras intervenciones psicoeducativas.

En relación con el primer objetivo específico, los hallazgos revelan que un 49,35% de los estudiantes se encuentra en un nivel moderado de estrés académico, seguido por un 40,26% con nivel bajo y un 10,39% en nivel alto. Este patrón sugiere que la mayoría de los estudiantes experimenta algún grado de estrés, siendo el nivel moderado el predominante, lo cual refleja una constante exposición a exigencias académicas percibidas como desafiantes, aunque en términos generalmente manejables.

Estos resultados convergen con los hallazgos reportados por Márquez-Granados et al. (2019), quienes en su estudio con estudiantes universitarios también identificaron un predominio del estrés académico en niveles moderados (85%), seguido por niveles altos en menor proporción. Aunque su muestra pertenecía a otra región y no encontraron una correlación significativa entre el estrés y el

consumo de sustancias, sí se evidenció una tendencia creciente al incremento del consumo conforme aumentaban los niveles de estrés, lo cual refuerza la interpretación de que el estrés académico es una condición prevalente y potencialmente riesgosa en contextos educativos de alta demanda.

Asimismo, el estudio realizado por Peñarrieta et al. (2025) en estudiantes de Derecho en zonas altoandinas del Perú también respalda estos resultados, al señalar que la sobrecarga de tareas, los periodos de evaluación y la presión por el rendimiento académico son factores estresantes constantes que afectan negativamente la salud mental de los estudiantes, incrementando su ansiedad, insomnio e irritabilidad. Este tipo de evidencia refuerza la validez externa de los resultados obtenidos en el contexto ecuatoriano.

En contraste, se identifican estudios que divergen de los resultados del presente trabajo. Por ejemplo, una investigación realizada en una universidad ecuatoriana por autores de la Universidad Técnica de Ambato (UTA, 2024) determinó que los estudiantes evaluados presentaban niveles bajos de estrés académico, atribuyendo este resultado a la existencia de programas institucionales de apoyo emocional y tutorías académicas personalizadas. Este contraste puede explicarse por diferencias en el entorno institucional, el tamaño de la muestra o la disponibilidad de estrategias de contención emocional en cada centro educativo.

Adicionalmente, los resultados de la presente investigación mostraron que, dentro de los niveles específicas del estrés

académico, el mayor porcentaje de estudiantes (59.5%) se ubicó en el nivel alto en la categoría de estrategias de afrontamiento, mientras que en los niveles de síntomas predominó el nivel medio (45.9%) y el nivel alto fue del 13.5%. Estos datos sugieren que, si bien los estudiantes experimentan síntomas moderados de estrés, la mayoría recurre de manera frecuente a mecanismos personales para manejar la situación, lo cual puede considerarse un factor protector.

Estos hallazgos son consistentes con lo señalado por Alejandra (2021), quien en su estudio sobre adolescentes universitarios en Otavalo determinó que el entrenamiento en habilidades de afrontamiento, como parte de una intervención cognitivo-conductual, permite reducir significativamente los niveles de estrés académico y aumentar la percepción de control en los estudiantes. Por tanto, se puede interpretar que el alto nivel de afrontamiento observado en esta muestra representa un recurso adaptativo frente a las demandas percibidas, aunque no siempre sea suficiente para reducir los síntomas fisiológicos o emocionales derivados del estrés.

En cuanto al segundo objetivo específico, los resultados muestran que el 57,14% de los estudiantes se encuentra en el nivel de consumo bajo, seguido por un 25,97% en nivel de riesgo, y un 16,88% en nivel de consumo dependiente. Este patrón revela que, si bien más de la mitad de los estudiantes mantiene un consumo ocasional sin consecuencias aparentes, existe una proporción considerable que presenta hábitos preocupantes, particularmente en los niveles de riesgo y dependencia. Estas

cifras reflejan una realidad que no puede ser ignorada, ya que una de cada seis personas evaluadas manifiesta signos compatibles con un consumo problemático de alcohol, lo cual puede acarrear consecuencias negativas en su rendimiento académico, su salud mental y su vida social.

Los resultados obtenidos en esta investigación convergen con el estudio de Cadena Figueroa et al. (2025), quienes en una universidad de la ciudad de Riobamba concluyeron que el estrés académico se configura como uno de los principales factores que precipitan el consumo de alcohol en jóvenes universitarios. En su investigación, identificaron que una parte significativa de los estudiantes recurría al consumo como una estrategia para aliviar tensiones emocionales o escapar temporalmente de las demandas académicas, hallazgo que se alinea con la tendencia observada en el presente estudio, donde una proporción relevante de estudiantes manifiesta niveles de consumo superiores a los considerados de bajo riesgo.

Asimismo, un estudio realizado por Torres (2022) en la Universidad Técnica de Ambato, concluyó que el consumo de alcohol en estudiantes universitarios responde, en muchos casos, a una necesidad de evasión frente al estrés académico, particularmente en periodos de evaluación. Este fenómeno fue más notorio entre los estudiantes de los primeros niveles, quienes aún no desarrollan estrategias efectivas de afrontamiento. Tales coincidencias refuerzan la interpretación de que el consumo de alcohol en el entorno universitario no puede ser entendido solo como una práctica social, sino también

como un mecanismo de afrontamiento ante el malestar emocional.

Por otro lado, los resultados de la presente investigación divergen de lo planteado por Pereira et al. (2022), quienes, en un estudio realizado con docentes en Brasil, encontraron que los principales predictores del consumo de alcohol eran factores como el sexo masculino, la edad menor a 40 años, el consumo de tabaco y el uso de psicofármacos, mientras que el estrés laboral no mostró un peso estadístico significativo como predictor. Esta diferencia podría explicarse por las distintas características de las poblaciones analizadas (profesionales vs. estudiantes) y por el contexto socioeducativo en el que se desarrollan. A diferencia del entorno laboral docente, los estudiantes universitarios enfrentan una etapa de desarrollo en la que los procesos de autorregulación emocional aún están en consolidación, lo cual puede incrementar la vulnerabilidad frente a conductas adictivas.

Otro aspecto que respalda la preocupación por los niveles de consumo observados es lo señalado por la Organización Mundial de la Salud (2024), que advierte que el alcohol es uno de los principales factores de riesgo para la discapacidad y mortalidad entre jóvenes de 15 a 29 años. Desde esta perspectiva, incluso los niveles considerados como “moderados” pueden acarrear efectos perjudiciales cuando se instauran como forma habitual de afrontar el estrés o cuando son reforzados por dinámicas sociales donde se normaliza su uso.

Respecto al tercer objetivo específico, los resultados evidencian diferencias notables en el consumo de alcohol según el sexo de

los participantes. En el grupo de mujeres, el 66,7% presentó un consumo bajo, el 26,7% se ubicó en un nivel de riesgo, y apenas el 6,7% mostró consumo dependiente. En contraste, entre los hombres, el 51,1% presentó consumo bajo, el 25,5% consumo de riesgo, y un preocupante 23,4% se ubicó en el nivel dependiente. Estos datos permiten afirmar que, si bien ambos sexos presentan consumo de riesgo, los hombres manifiestan una mayor prevalencia de patrones problemáticos, especialmente en lo que respecta a la dependencia alcohólica.

Estos hallazgos coinciden con los reportados por Mormah (2023), quien en su estudio sobre adicción al alcohol en docentes de Nigeria concluyó que los hombres tienden a consumir alcohol con mayor frecuencia e intensidad que las mujeres, generando un impacto negativo en el ambiente académico. El autor señala que los patrones de consumo en los varones se ven influenciados por factores culturales, sociales y emocionales, lo que refuerza la interpretación de que el género es un factor relevante en el análisis de conductas adictivas en contextos educativos.

Asimismo, la Organización Mundial de la Salud (2024) respalda esta diferencia de género, indicando que la mayoría de los casos de consumo problemático y sus consecuencias más graves se presentan en población masculina joven. Esta tendencia global permite comprender que los resultados encontrados en la muestra del Instituto Superior Tecnológico de Lago Agrio no son una excepción, sino que responden a patrones ampliamente documentados en la literatura científica.

Por otro lado, los resultados de este objetivo divergen parcialmente de lo planteado por Pereira et al. (2022), quienes, aunque también encontraron que los hombres presentaban mayores niveles de consumo, no establecieron una relación directa entre el género y el estrés como predictor del uso de alcohol. En su lugar, identificaron otros factores como el tabaquismo, la automedicación con psicofármacos y el nivel de ingresos. Esta diferencia puede estar relacionada con la población estudiada (profesionales adultos frente a estudiantes jóvenes) y con el contexto sociocultural de cada país, lo que resalta la necesidad de interpretar los resultados desde una perspectiva contextualizada.

Cabe señalar que las mujeres participantes en este estudio presentan, en general, un mayor control sobre el consumo, lo que puede estar asociado a factores como la percepción de riesgo, la presión social inversa, o la presencia de redes de apoyo. Sin embargo, el hecho de que un 26,7% de las estudiantes se ubiquen en niveles de consumo de riesgo, aunque no en niveles dependientes, también debe considerarse como una señal de alerta, dado que representa un cuarto del grupo femenino.

El objetivo general de la presente investigación consistió en establecer la relación entre los niveles de estrés académico y los niveles de consumo de alcohol en estudiantes del Instituto Superior Tecnológico de la ciudad de Lago Agrio. Los resultados del análisis estadístico mediante la prueba de correlación de Spearman evidenciaron una correlación positiva débil ( $\rho = 0.240$ ) entre ambas variables. Si bien la asociación no es fuerte, este valor indica que

existe una ligera tendencia según la cual a mayor nivel de estrés académico podría corresponder un incremento en el consumo de alcohol, lo que justifica su análisis desde una perspectiva clínica y preventiva.

Este hallazgo coincide con lo planteado por Márquez-Granados et al. (2019), quienes, aunque no encontraron una correlación estadísticamente significativa entre estrés y consumo de alcohol, sí observaron una tendencia proporcional entre ambas variables en estudiantes universitarios. En ese sentido, el presente estudio respalda la hipótesis de que el malestar emocional derivado de las exigencias académicas puede funcionar como un disparador para el inicio o el aumento de conductas de riesgo, como el consumo de alcohol. Esta interpretación se ve reforzada por lo señalado por Cadena Figueroa et al. (2025), quienes identificaron que el estrés académico actúa como un precursor del consumo de alcohol entre estudiantes de nivel superior en Ecuador, particularmente en contextos de evaluación o sobrecarga académica.

Desde la perspectiva teórica del enfoque cognitivo-conductual que sustenta esta investigación, esta relación puede explicarse a través de la presencia de distorsiones cognitivas y creencias disfuncionales que llevan al estudiante a interpretar las situaciones académicas como amenazas desbordantes, activando respuestas emocionales intensas y, en consecuencia, conductas de afrontamiento desadaptativas, como el uso del alcohol. Este marco interpretativo es respaldado por Magill et al. (2023), quienes evidencian la efectividad de las intervenciones cognitivo-conductuales

en la reducción del consumo de alcohol cuando se abordan los esquemas mentales negativos y se fortalecen habilidades de afrontamiento.

Sin embargo, también es importante reconocer las divergencias. Por ejemplo, el estudio de Pereira et al. (2022), realizado en una población adulta, señala que el consumo de alcohol se relaciona más con variables como el género, el tabaquismo y el uso de psicofármacos, sin que el estrés sea un predictor directo. Esta diferencia puede explicarse por el contexto etario y profesional de los participantes, así como por los recursos personales más consolidados en adultos frente a jóvenes universitarios, lo que subraya la necesidad de interpretar los hallazgos desde una óptica situada y poblacional.

Otro aspecto relevante en la discusión del objetivo general es la diferencia de patrones de consumo según el sexo, evidenciada en los resultados. Los estudiantes hombres presentan un mayor porcentaje en los niveles de riesgo y dependencia, lo que sugiere que el estrés académico puede estar influyendo de manera diferencial según el género. Este dato resulta clave para el diseño de intervenciones diferenciadas, pues no solo se trata de reducir el estrés, sino de identificar cómo cada grupo lo canaliza conductualmente.

Los resultados obtenidos en la presente investigación permitieron establecer una caracterización precisa de los niveles de estrés académico y consumo de alcohol en estudiantes del Instituto Superior Tecnológico de la ciudad de Lago Agrio, así como la relación existente entre ambas

variables. En primer lugar, se identificó que el nivel predominante de estrés académico en la población estudiada es moderado, seguido por un porcentaje importante de estudiantes con niveles bajos, y una proporción menor que experimenta estrés en un nivel alto. Estos hallazgos reflejan una constante exposición a exigencias académicas percibidas como retadoras, que, si bien son en su mayoría manejables, generan respuestas emocionales que afectan el bienestar estudiantil.

En cuanto al consumo de alcohol, la mayoría de los estudiantes presenta un patrón de consumo bajo; sin embargo, se identificó que uno de cada cuatro se encuentra en niveles de riesgo, y una proporción significativa evidencia consumo dependiente. Este dato adquiere mayor relevancia cuando se analiza según el sexo, ya que los varones presentan una mayor prevalencia de consumo problemático, especialmente en la categoría de dependencia, mientras que en las mujeres predomina el consumo ocasional o de bajo riesgo.

Finalmente, la correlación positiva débil identificada entre el estrés académico y el consumo de alcohol indica que, aunque la asociación no es fuerte, existe una tendencia significativa que evidencia cómo el malestar emocional derivado de las demandas académicas puede contribuir al uso de estrategias de afrontamiento desadaptativas, como el consumo de alcohol. En este sentido, la investigación subraya la importancia de implementar estrategias institucionales de promoción de la salud mental, educación emocional y prevención del consumo de sustancias, ajustadas a las

características específicas del estudiantado, con el fin de favorecer un entorno educativo saludable, seguro y equitativo.

## REFERENCIA BIBLIOGRÁFICAS.

- Alejandra, A. J. (2021). *PLAN DE INTERVENCIÓN PARA REDUCIR EL ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES ADOLESCENTES DE OTAVALO*.  
<https://repositorio.puce.edu.ec/bitstream/ams/14ca8fa4-9018-4ae4-b4e1-28780177a193/download>
- Apaza, E., Cazorla, S., Condori, C., & Yana, W. (2022). *La Correlación de Pearson o de Spearman en caracteres físicos y textiles de la fibra de alpacas*.  
[http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1609-91172022000300009](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1609-91172022000300009)
- Arias. (2024). *Estrés académico y consumo de sustancias en estudiantes universitarios de América Latina*.  
<https://dspace.unl.edu.ec/items/d137126f-deab-446f-a851-26cc340e6f67>
- Artavia, Á., & Guardian, A. (2021). *Fundamentos de investigación cuantitativa en educación*.  
<https://editorial.uned.ac.cr/gpd-fundamentos-de-investigacion-cuantitativa-en-educacion-9789968489560.html>
- Azevedo, F., Dantas, L., & Nunes, J. (2023). *CONSUMO DE SUSTANCIAS PSICOACTIVAS Y RENDIMIENTO ACADÉMICO DE ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DEL ÁREA DE LA SALUD*.  
*CONSUMO DE SUSTANCIAS PSICOACTIVAS Y RENDIMIENTO ACADÉMICO DE ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DEL ÁREA DE LA SALUD*
- Barrientos, J. (2022). *La ética de la investigación cuantitativa y cualitativa en la Filosofía*.  
<https://revistas.ucm.es/index.php/RESF/article/download/78633/4564456560349/4564456689332>
- Beck, A. T. (1979). *Cognitive Therapy and the Emotional Disorders*.  
[https://archive.org/details/cognitivetherapy0000beck\\_e3y7](https://archive.org/details/cognitivetherapy0000beck_e3y7)
- Bedoya, J. (2016). *Aplicación de herramientas estadísticas con Excel para la investigación académica*.  
<http://dspace.unach.edu.ec/handle/51000/1715>
- Bernal, C. (2016). *Metodología De La Investigación Bernal 4ta. edición*.  
[https://www.academia.edu/44228601/Metodologia\\_De\\_La\\_Investigaci%C3%B3n\\_Bernal\\_4ta\\_edicion](https://www.academia.edu/44228601/Metodologia_De_La_Investigaci%C3%B3n_Bernal_4ta_edicion)
- Castañeda, D., & Huatuco, I. (2023). *El consumo de alcohol y el estrés entre estudiantes del segundo año de enfermería*. <http://hdl.handle.net/20.500.12894/10950>
- Chacha y Pérez. (2023). *Estrategias de afrontamiento y consumo de alcohol en adultos: Coping Strategies and Alcohol Consumption in Adults*.  
[https://www.researchgate.net/publication/367987463\\_Estrategias\\_de\\_afrontamiento\\_y\\_consumo\\_de\\_alcohol\\_en\\_adultos\\_Coping\\_Strategies\\_and\\_Alcohol\\_Consumption\\_in\\_Adults](https://www.researchgate.net/publication/367987463_Estrategias_de_afrontamiento_y_consumo_de_alcohol_en_adultos_Coping_Strategies_and_Alcohol_Consumption_in_Adults)
- Cisneros, C. C. (2024). *EVALUACIÓN, DIAGNÓSTICO E INTERVENCIÓN EN*

- PSICOLOGÍA DE LA SALUD . [https://www.cardenalcisneros.es/wp-content/uploads/site-files/planes-estudio/MPSI/1%C2%BA%20Curso/2%C2%BA%20Cuatrimestre/202377\\_OBL\\_4-EVALUACION,%20DIAGNOSTICO%20E%20INTERVENCION%20EN%20PSICOLOG%C3%8DA%20DE%20LA%20SALUD.pdf](https://www.cardenalcisneros.es/wp-content/uploads/site-files/planes-estudio/MPSI/1%C2%BA%20Curso/2%C2%BA%20Cuatrimestre/202377_OBL_4-EVALUACION,%20DIAGNOSTICO%20E%20INTERVENCION%20EN%20PSICOLOG%C3%8DA%20DE%20LA%20SALUD.pdf)
- Contreras, L. (2011). *TENDENCIAS DE LOS PARADIGMAS DE INVESTIGACIÓN EN EDUCACIÓN*. chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/<https://www.redalyc.org/pdf/658/65830335004.pdf>
- Coralía, T. L. (2022). *ESTRÉS ACADÉMICO Y SU RELACIÓN CON EL CONSUMO DE ALCOHOL EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS*. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/2883672.pdf>
- Federación de Enseñanza de CCOO. (2023). *La salud mental en la educación*. <https://fe.ccoo.es/8a2aad2ebbc5a38058bde05b157a573f000063.pdf>
- Gusqui y Galárraga. (2023). *Análisis de disparidad en los niveles de estrés académico entre estudiantes universitarios de primer y último nivel*. <https://prometeojournal.com.ar/index.php/prometeo/article/download/49/63/100>
- Hernández, R. (2018). *METODOLOGIA DE LA INVESTIGACIÓN: LAS RUTAS CUANTITATIVA, CUALITATIVA Y MIXTA*. [http://www.biblioteca.cij.gob.mx/Archivos/Materiales\\_de\\_consulta/Drogas\\_de\\_Abu-so/Articulos/SampieriLasRutas.pdf](http://www.biblioteca.cij.gob.mx/Archivos/Materiales_de_consulta/Drogas_de_Abu-so/Articulos/SampieriLasRutas.pdf)
- Kloster y Perrotta. (2019). *ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE LA CIUDAD DE PARANÁ*. <https://repositorio.uca.edu.ar/bitstream/123456789/9774/1/estres-academico-estudiantes-universitarios.pdf>
- Lara et al. (2023). *Estrés académico y adaptación a la universidad en estudiantes de primer semestre de una universidad pública en Ecuador*. <https://latam.redilat.org/index.php/lt/article/view/1212>
- Lazarus y Folkman. (1986). *Estrés y procesos cognitivos*. <https://www.moldesmentales.com/otros/mar.htm>
- Lazarus, R. S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos*. <https://pdfcoffee.com/download/estres-y-procesos-cognitivos-lazarus-y-folkman-2-pdf-free.html>
- Liška et al. (2024). *El impacto del consumo de alcohol en la calidad de vida de los estudiantes universitarios: un estudio de tres universidades eslovacas*. <https://www.nature.com/articles/s41599-024-03931-4>
- Magill et al. (2023). *Eficacia de la terapia cognitivo-conductual para los trastornos relacionados con el consumo de alcohol y otras drogas: ¿Es apropiado un enfoque único para todos?* <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC9948631/>
- Martínez, V. (2013). *Paradigmas de investigación*. [https://pics.unison.mx/wp-content/uploads/2013/10/7\\_Paradigmas\\_de\\_investigacion\\_2013.pdf](https://pics.unison.mx/wp-content/uploads/2013/10/7_Paradigmas_de_investigacion_2013.pdf)
- Ministerio de Salud Pública del Ecuador. (2022). *Proyecto de Creación e Implementación de Servicios de la Red de Salud Mental Comunitaria y Centros Estatales de Recuperación de Adicciones*. [https://www.salud.gob.ec/wp-content/uploads/2022/11/Informe-Evaluacion-Plan-Salud-Mental\\_2014-2017\\_24\\_08\\_2022\\_Final1-signed.pdf](https://www.salud.gob.ec/wp-content/uploads/2022/11/Informe-Evaluacion-Plan-Salud-Mental_2014-2017_24_08_2022_Final1-signed.pdf)
- Moyon y Núñez . (2022). *Tipología familiar y su influencia en el consumo de alcohol en estudiantes de bachillerato*. Salcedo, 2022. . <http://dspace.unach.edu.ec/bitstream/51000/9301/1/Moyon%20Herrera%20K%20N%C3%BA%20B1ez%20Sandoval%20L%282022%29%20Tipolog%20>

- C3%ADa%20familiar%20y%20su%20influencia%20en%20el%20consumo%20de%20alcohol%20en%20estudiantes%20de%20bachillerato.%20Salced
- Nuñez, I. (2011). *DISEÑOS DE INVESTIGACIÓN EN PSICOLOGÍA*. chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://diposit.ub.edu/dspace/bitstream/2445/20322/1/Dise%C3%B1o\_de\_investigaciones.pdf
- Ojeda, J., Quintero, J., & Machado, I. (2007). *La ética en la investigación*. chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://www.redalyc.org/pdf/993/99318750010.pdf
- Organización Mundial de la Salud. (2024). *Cada año fallecen más de tres millones de personas, sobre todo varones, debido al consumo de alcohol y drogas*. <https://www.who.int/es/news/item/25-06-2024-over-3-million-annual-deaths-due-to-alcohol-and-drug-use-majority-among-men>
- Organización Mundial de la Salud. (2024). *Informe mundial sobre alcohol y salud*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/alcohol>
- Ozten, T., & Manterola, C. (2017). *Técnicas de Muestreo sobre una Población a Estudio*. <https://dx.doi.org/10.4067/S0717-95022017000100037>
- Peñarrieta, L., Pineda, J., Quintanilla, M., & Rodríguez, L. (2025). *Estrés académico como factor de riesgo en la salud mental de estudiantes de Derecho en zonas altoandinas*. <https://epsir.net/index.php/epsir/article/download/1445/1361/8833>
- Rodríguez et al. (2023). *Consumo de alcohol y afrontamiento al estrés en adolescentes estudiantes de escuelas preparatorias del estado de Jalisco, México*. <https://revistas.upch.edu.pe/index.php/RPH/article/view/5292#:~:text=Resumen,estr%C3%A9s%20entre%20los%20estudiantes%20consumidores>
- Secretaría de Educación Superior, Ciencia, Tecnología e Innovación. (2021). *Encuesta Nacional de Consumo de Alcohol en Población Universitaria*. <https://siau.senescyt.gob.ec/estadisticas-de-educacion-superior-ciencia-tecnologia-e-innovacion/>
- Selye, H. (1956). *The Stress of Life*. <https://www.cerasa.es/media/areces/files/book-attachment-1677.pdf>
- Silva et al. (2020). *Estrés académico en estudiantes universitarios*. <https://www.redalyc.org/journal/674/67462875008/html/>
- Sociedad Española de Psiquiatría y Salud Mental. (2022). *TERAPIA COGNITIVO CONDUCTUAL (TCC)*. [https://sepsm.org/wp-content/uploads/2022/06/TERAPIA\\_COGNITIVO\\_CONDUCTUAL.pdf](https://sepsm.org/wp-content/uploads/2022/06/TERAPIA_COGNITIVO_CONDUCTUAL.pdf)
- Torres, E. C. (2022). *Estrés académico y su relación con el consumo de alcohol en estudiantes universitarios*. <https://repositorio.uta.edu.ec/items/b70e3084-0ce5-488a-aad3-960f06c481c6>
- Trim, R., & Schuckit, M. (2013). *Predictores de la remisión inicial y sostenida de los trastornos por consumo de alcohol: hallazgos del seguimiento de 30 años del estudio prospectivo de San Diego*. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/acer.12107>

## AGRADECIMIENTOS

Con el corazón lleno de gratitud, dedico este trabajo a aquellas personas, instituciones y fuerzas superiores que han sido parte fundamental en este recorrido académico, personal y humano.

En primer lugar, a Dios, mi guía inquebrantable, fuente de fuerza, esperanza y sabiduría. A lo largo de este camino, no siempre fácil, ha sido su presencia la que me sostuvo en momentos de duda, me brindó serenidad ante las dificultades y me impulsó a continuar cuando el cansancio intentó detenerme. A la Universidad Indoamérica, institución que me permitió formarme como futura psicóloga, gracias por abrirme sus puertas y ofrecerme una formación de calidad a pesar de la modalidad a distancia. Este formato, que exige autodisciplina, compromiso y perseverancia, se convirtió en un gran reto personal que me permitió descubrir de lo que soy capaz, agradezco a cada departamento, plataforma y recurso académico que me permitió crecer, aprender y desarrollar habilidades esenciales para mi vida profesional. Con especial reconocimiento, dedico unas palabras a quienes, con paciencia y vocación, acompañaron mi proceso educativo. A todos los docentes de la Universidad, gracias por compartir sus conocimientos con responsabilidad y pasión, incluso a través de una pantalla. A aquellos que se esforzaron por hacer sentir cercana la enseñanza, aun desde la distancia, mi respeto y admiración y en particular, al Ps. José Acuña, tutor grupal, por su compromiso, por guiarnos con claridad, por motivarnos cuando el cansancio se hacía presente y por estar siempre dispuesto a escuchar y orientar, su acompañamiento marcó la diferencia en muchos momentos importantes. También agradezco profundamente a la tutora personal, Ps. Ana Márquez, por su calidez, su atención constante y por estar presente aun cuando pareciera que caminábamos solos. Su acompañamiento fue un gran sostén en este proceso.

Mi gratitud se extiende también al Instituto Superior Tecnológico Marta Bucaram, por brindarme sus instalaciones con generosidad para la ejecución de esta etapa tan significativa de mi formación, gracias por la apertura, por la colaboración, y por el respeto mostrado durante cada momento, a sus docentes, gracias por su disponibilidad y disposición para facilitar el desarrollo de este trabajo, lo cual fue esencial para que este proceso se llevó a cabo con éxito.

## DEDICATORIAS

Dedico esta tesis primeramente a Dios, por ser mi fuerza inagotable, mi refugio en los momentos de angustia y mi compañía constante en los días difíciles. Gracias por no soltarme la mano, por darme sabiduría en los momentos de confusión y por llenar mi vida de esperanza, aun cuando el cansancio y las responsabilidades parecían sobrepasarme.

A mis padres, Edgar Cabrera y Viviana Rodríguez, gracias por ser el sostén que nunca me faltó, su amor, su tiempo, su paciencia y su dedicación han sido fundamentales no solo para mí, sino también para mi pequeño hijo. A pesar de mis múltiples responsabilidades, ustedes estuvieron ahí, cuidándolo con ternura y comprensión, gracias por no soltarme, por creer en mí cuando yo misma dudaba y por enseñarme, con el ejemplo, que el verdadero amor se expresa en acciones silenciosas pero poderosas.

A mi hijo, mi motor, mi razón más grande para seguir adelante, a tus dos años, cuando los temperamentos cambian, la energía se desborda y la atención es una constante necesidad, tú me

enseñaste a ser fuerte, a tener paciencia y a mirar la vida con ternura, cada sonrisa tuya me recordó por qué vale la pena luchar, este logro también es tuyo, porque muchas veces estudié contigo en brazos, entre juegos, llantos y sueños interrumpidos, gracias por enseñarme cada día lo que significa el amor incondicional.

A Pablo Luna, compañero de vida, gracias por ser un apoyo real, por estar presente en los momentos importantes, por sostenerme cuando sentía que no podía más y por compartir conmigo el esfuerzo y la alegría de formar esta familia, tu ayuda ha sido fundamental para que hoy esté aquí, cerrando esta etapa con orgullo.

A mi querida compañera y amiga Michell Mendieta, quien desde el primer semestre caminó a mi lado, gracias por tu amistad sin condiciones, por tu alegría sincera, por motivarme en los momentos en que pensé rendirme, y sobre todo, por demostrar por demostrarme con tu ejemplo que una verdadera amistad puede convertirse en un pilar invaluable, tu presencia en este proceso ha sido un regalo que guardaré siempre con cariño.

A mis abuelos, quienes han sido un ejemplo, a mi abuelita Julia Reinoso, gracias por tus palabras sabias, tu cariño y tu oración constante. A mi abuelito Segundo Cabrera, quien partió hace apenas un año, te llevo en el corazón, aunque ya no estés físicamente, tu recuerdo me acompaña en cada logro, tuve la esperanza de que me vieras convertida en profesional, y aunque no estés presente, sé que estarías orgulloso de mi logro.

Y a mis hermanos Jefferson, Jordy y Daniel Cabrera, gracias por estar siempre ahí, por acompañarme en silencio, pero demostrando que el amor de hermanos se vive en los pequeños gestos y el apoyo incondicional.

## **ANEXOS.**

[https://drive.google.com/drive/u/2/folders/1KyQQplfVGIXvIE6ddpfqJHzdmpA\\_ETkH](https://drive.google.com/drive/u/2/folders/1KyQQplfVGIXvIE6ddpfqJHzdmpA_ETkH)