

Artículo YSJ.docx



My Files



My Files



Universidad Peruana Union

Detalles del documento

Identificador de la entrega

trn:oid:::29566:446819554

Fecha de entrega

7 abr 2025, 5:37 p.m. GMT-5

Fecha de descarga

7 abr 2025, 5:48 p.m. GMT-5

Nombre de archivo

Artículo YSJ.docx

Tamaño de archivo

4.3 MB

13 Páginas

6116 Palabras

37.808 Caracteres

12% Overall Similarity

The combined total of all matches, including overlapping sources, for each database.

Filtered from the Report

- Bibliography
- Small Matches (less than 10 words)
- Submitted works

Exclusions

- 30 Excluded Matches

Top Sources

- 12%  Internet sources
- 3%  Publications
- 0%  Submitted works (Student Papers)

Integrity Flags

0 Integrity Flags for Review

No suspicious text manipulations found.

Our system's algorithms look deeply at a document for any inconsistencies that would set it apart from a normal submission. If we notice something strange, we flag it for you to review.

A Flag is not necessarily an indicator of a problem. However, we'd recommend you focus your attention there for further review.

Top Sources

- 12% Internet sources
- 3% Publications
- 0% Submitted works (Student Papers)

Top Sources

The sources with the highest number of matches within the submission. Overlapping sources will not be displayed.

1	Internet	repositorio.upeu.edu.pe:8080	2%
2	Internet	revistas.uned.es	2%
3	Internet	repositorio.ucv.edu.pe	<1%
4	Internet	www.coursehero.com	<1%
5	Internet	pesquisa.teste.bvsalud.org	<1%
6	Internet	doaj.org	<1%
7	Internet	repositorio.unfv.edu.pe	<1%
8	Internet	repositorio.usil.edu.pe	<1%
9	Internet	www.scielo.org.pe	<1%
10	Internet	1library.co	<1%
11	Internet	moam.info	<1%

12	Internet	www.investigacion.biblioteca.uvigo.es	<1%
13	Internet	repositorio.usmp.edu.pe	<1%
14	Publication	Izaskun Ibabe. "Direct and indirect effects of family violence on child-to-parent vi...	<1%
15	Internet	gestiopolis.com	<1%
16	Internet	link.springer.com	<1%
17	Internet	recyt.fecyt.es	<1%
18	Publication	Oktafian Noka Yudistira Nugroho, Doddy Hendro Wibowo. "GRATITUDE DAN PSY...	<1%
19	Internet	biblioteca.uny.edu.ve:9443	<1%
20	Internet	catalonica.bnc.cat	<1%
21	Internet	prezi.com	<1%
22	Internet	titula.universidadeuropea.com	<1%
23	Internet	www.aemarkcongresos.com	<1%
24	Internet	www.scielo.cl	<1%
25	Internet	www.scielo.org.co	<1%

26

Internet

www.suseso.cl

<1%

Autoeficacia académica y bienestar psicológico como predictores del cansancio emocional académico en universitarios del departamento de San Martín

Academic self-efficacy and emotional exhaustion as predictors of psychological well-being in Peruvian university students

Elva Yudith Mauricio Meca, Julio César Cárdenas Ruíz, Sofía Antonia Castro Rojas, Denis Frank Cunza Aranzábal*

*Escuela Profesional de Psicología, Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad Peruana Unión, filial Tarapoto

Resumen

Introducción. Incrementar el bienestar psicológico puede contribuir a la salud general de los estudiantes universitarios, por lo que el estudio de los factores que afectan este componente importante de la salud mental adquiere una importancia relevante. El objetivo de esta investigación fue determinar la capacidad predictiva de la autoeficacia académica y el cansancio emocional académico sobre el bienestar psicológico.

Método. Participaron 365 estudiantes universitarios con edades entre los 18 y 55 años ($M = 20.3$; $DE = 3.94$). Se utilizó la Escala de Autoeficacia Percibida Específica en Situaciones Académicas, la Escala de Cansancio Emocional Académico y la Escala de Bienestar Psicológico para Adultos. Se empleó el modelamiento de ecuaciones estructurales para evaluar la capacidad predictiva de la autoeficacia y el cansancio emocional académicos sobre el bienestar psicológico.

Resultados. El modelo que analiza las variables en estudio demuestra un ajuste adecuado ($CFI = .934$, $TLI = .929$, $RMSEA = .046$, $SRMR = .051$), confirmando la capacidad predictiva de la autoeficacia académica ($\beta = .374$, $p < .001$) y el cansancio emocional académico ($\beta = -.162$, $p < .05$) sobre el bienestar psicológico.

Conclusión. Se concluye que la autoeficacia académica y el agotamiento emocional predicen de forma positiva y negativa respectivamente al bienestar psicológico. Se presentan implicancias teóricas y prácticas.

Palabras clave. Autoeficacia, éxito académico, agotamiento emocional, bienestar psicológico, estudiantes, educación superior.

Abstract

Introduction. Increasing psychological well-being can contribute to the general health of university students, so the study of the factors that affect this important component of mental health acquires relevant importance. The objective of this research was to determine the predictive capacity of academic self-efficacy and academic emotional fatigue on psychological well-being.

Method. A total of 365 university students aged between 18 and 55 years ($M = 20.3$; $SD = 3.94$). The Scale of Specific Perceived Self-Efficacy in Academic Situations, the Scale of Academic Emotional Exhaustion and the Scale of Psychological Well-being for Adults were used. Structural equation modeling was implemented to assess the impact of academic self-efficacy and emotional fatigue on psychological well-being.

Results. The model that analyzes the variables of the study demonstrate an adequate fit ($CFI = 0.934$, $TLI = 0.929$, $RMSEA = 0.046$, $SRMR = 0.051$), confirming the predictive capacity of academic self-efficacy ($\beta = 0.374$, $p < 0.001$) and academic emotional exhaustion ($\beta = -0.162$, $p < 0.05$) on psychological well-being.

Discussion. It is concluded that psychological well-being can be positively affected by high levels of academic self-efficacy, but negatively by high levels of emotional exhaustion.

Conclusion. It is concluded that psychological well-being can be positively affected by high levels of academic self-efficacy, but negatively by high levels of emotional exhaustion. Theoretical and practical implications are presented.

Keywords. Self-efficacy, academic success, emotional exhaustion, psychological well-being, universities, students.

Introducción

Un elemento importante para la salud de los estudiantes universitarios es el bienestar psicológico (Ebrahim et al., 2021). Un estudio reportó que solo el 33.8% de estudiantes universitarios manifestó bienestar psicológico adecuado, lo que significa que la mayoría de estudiantes tuvo algún malestar o afectación psicológica (Dodd et al., 2021).

El bienestar psicológico es un concepto referido a la valoración del resultado logrado con una determinada forma de haber vivido (Casullo, 2002), es decir, una persona tendrá un mayor bienestar psicológico cuando considere que su vida hasta ese momento en que la evalúa, posee valor, por lo que mientras mayor sea dicho valor atribuido, mayor será el bienestar psicológico. El bienestar psicológico se relaciona y se ve afectado por otras variables del entorno educativo universitario. Al respecto, una investigación realizada en estudiantes de medicina en Corea encontró que el agotamiento emocional tuvo un efecto negativo sobre el bienestar psicológico (Yu & Chae, 2020), mientras que en Irán se encontró una estrecha relación entre la autoeficacia académica y el bienestar psicológico (Sabouripour et al., 2021). En estudiantes chinos, se encontró que la autoeficacia académica y la determinación surgieron como predictores directos del bienestar psicológico, destacando su importancia en el fomento del bienestar general de los estudiantes (Tang & Zhu, 2024). En España, se encontró que los estilos y metodologías de aprendizaje auto informados, habilidades sociales, inteligencia emocional, ansiedad, empatía y autoconcepto influyen en el bienestar psicológico (Morales-Rodríguez et al., 2020) y en dicho país, en estudiantes de enfermería se reportó que el bienestar psicológico fue predicho de forma negativa por el agotamiento emocional (Ríos-Risquez et al., 2018), mientras que en Venezuela, se informó que la inteligencia emocional y la autoeficacia académica predijeron de forma positiva y significativa el bienestar psicológico (García-Álvarez et al., 2021).

La autoeficacia percibida se refiere a las creencias que una persona tiene acerca de sus propias capacidades para realizar actividades específicas (Bandura, 1997). Por tanto, la autoeficacia percibida específica de situaciones académicas se referiría a las creencias que tiene un estudiante acerca de sus propias capacidades para realizar actividades académicas.

Varios estudios muestran el papel importante de la autoeficacia académica en estudiantes universitarios. En China, la autoeficacia académica se relacionó positivamente con el entorno psicológico familiar y escolar (Shi & Ko, 2023), sin embargo, correlacionó negativamente con la ansiedad ante los exámenes, además, el sentido de la vida y el miedo al fracaso mediaron esta relación solo en mujeres, mientras que en hombres la autoeficacia predijo la ansiedad de manera indirecta sin mediación (Jia et al., 2023). Otro estudio, llevado a cabo en estudiantes de universidades de élite de China mostró que, desde el tercer hasta el último año, los estudiantes experimentaron una ligera reducción del estrés y un aumento marginal en la autoeficacia académica, además, un mayor estrés predijo significativamente niveles más bajos de autoeficacia (Liu et al., 2024). La autoeficacia académica predijo la competencia tecnológica (Li et al., 2023), pero, junto con la inteligencia cultural predijo negativamente el agotamiento académico (X.-C. Wang et al., 2024), también, predijo positivamente la satisfacción vital a

través de dos variables mediadoras: relaciones positivas y resiliencia psicológica (Mao et al., 2023).

Como variable mediadora, la autoeficacia académica medió positiva y significativamente la relación entre la actitud de los estudiantes hacia el uso de Internet y el aprendizaje del idioma inglés (Y. Wang et al., 2023), además, junto al capital psicológico funcionaron como mediadores entre la experiencia de aprendizaje pasada de los estudiantes y el compromiso de aprendizaje actual (P.-L. Chen et al., 2023). Asimismo, durante el aprendizaje en línea, debido a COVID-19, la autoeficacia académica y el compromiso estudiantil mediaron los efectos del apoyo docente en el rendimiento académico de los estudiantes (Huang & Wang, 2023). Como variable dependiente, la autoeficacia académica fue positivamente predicha por la autoestima (Cao & Liu, 2024), pero fue negativamente influenciada por el tecnoestrés (Zhang, 2023). Una investigación en estudiantes de enfermería de primer ciclo se encontró que la alta capacidad de aprendizaje autodirigido y la autoeficacia se relacionaron con niveles bajos de agotamiento académico (Z. Chen et al., 2023). En Turquía, se reportó una interrelación entre la autoeficacia académica, la calidad de vida y la calidad del sueño (Aydin & Aydin, 2024). En otro estudio, la autoeficacia académica y el coraje tuvieron un efecto mediador estadísticamente significativo en la relación entre la autonomía, la competencia y el estrés académico (Çınar-Tanrıverdi & Karabacak-Çelik, 2023).

También, se reportó que la iniciativa de crecimiento personal tiene un papel mediador parcial en la relación entre la autoeficacia académica y el compromiso académico, y no se encontraron diferencias significativas entre hombres y mujeres (Gülşen & Şahin, 2023). En universitarios italianos durante la pandemia de COVID-19, la autoeficacia académica predijo la procrastinación decisional (Sagone & Indiana, 2023). Mientras que en España en un contexto de aprendizaje en línea por la pandemia del COVID-19, la autoeficacia académica fue un factor mediador y protector (Cabras et al., 2024). En Ecuador se reportó una correlación positiva y moderada entre la autoeficacia académica y la autorregulación del aprendizaje (Regatto-Bonifaz et al., 2023), mientras que en Perú, durante la pandemia del COVID-19, la autoeficacia académica se relacionó positivamente con la resiliencia, el soporte social y la inclusión digital, mientras que mostró una correlación negativa con el distres general (Cassaretto et al., 2024). En este mismo país, la autoeficacia académica demostró estar relacionada negativamente con el cansancio emocional y predijo positivamente la motivación para la investigación (Carranza Esteban et al., 2023).

El agotamiento o cansancio emocional se refiere a la sensación de estar sobrecargado y haber agotado los propios recursos emocionales y físicos (Fink, 2000). El cansancio emocional, la despersonalización (o cinismo) y la realización personal reducida son las tres dimensiones centrales del síndrome del quemado o burnout que es una respuesta prolongada a factores estresantes emocionales e interpersonales crónicos en el trabajo (Maslach, 2003; Maslach et al., 2001). Impulsa conductas de distanciamiento emocional y cognitivo del trabajo, para enfrentar la sobrecarga laboral y podría ser la primera etapa del burnout, pero existe evidencia de que las tres dimensiones se manifiestan a la vez (Maslach et al., 2001). En Namibia (África) se encontró que el 68.1% de los estudiantes universitarios de medicina de una universidad presentaron niveles elevados de agotamiento emocional, con una asociación mayor de esta variable al género femenino (Mhata et al., 2023). En 11 universidades italianas, se realizó un estudio de las percepciones de la vida académica durante la pandemia, se encontró que las estudiantes del sexo femenino reportaron niveles más altos de agotamiento emocional (Ghislieri et al., 2023), mientras que en diferentes universidades españolas los resultados indicaron que el 21.6% de estudiantes del primer curso de la carrera de psicología, presentaron agotamiento emocional, con una mayor prevalencia en los estudiantes que reportaron haber sido afectados emocionalmente por la pandemia del COVID-19 (Aguayo-Estremera et al., 2023), de la misma manera en los estudiantes de medicina del segundo al último año de la

Universidad de Jazan en Arabia Saudita (Asia Occidental) se encontró que el 68.6% en hombres y 69.3% en mujeres presentó niveles altos de agotamiento emocional, con el nivel más alto en el tercer año (81.8%) y el más bajo en el séptimo año (45.5%), mostrando una tendencia decreciente; sin embargo, los mayores factores de riesgo fueron vivir en zona de montaña y tener padres separados (Muaddi et al., 2023).

En una universidad mexicana, durante las clases en línea debido al confinamiento por COVID-19, se encontró que el 17.9% de los estudiantes presentaron síndrome de burnout y la dimensión más afectada fue cansancio emocional (Llanes-Castillo et al., 2022), por otro lado, en una universidad pública del sur de Brasil, los estudiantes que en sus ratos libres no realizaban actividad física tuvieron una mayor probabilidad de sufrir agotamiento emocional alto (Da Mota et al., 2022).

Como se observa, el agotamiento emocional es una problemática constante en la vida de los universitarios y se asocia con haber pasado, o estar pasando por situaciones externas complejas difíciles de controlar (Aguayo-Estremera et al., 2023), además, el agotamiento emocional está asociado a sentimientos internos de desconfianza (Zhou, 2022). Asimismo, la pandemia fue una problemática de difícil manejo, bastante tensa, con complicaciones emocionales, familiares y económicas para los estudiantes (Wider et al., 2023). Volver a la presencialidad provocó tensión, agotamiento y problemas para interactuar con los compañeros de clase (Calixto-Juárez et al., 2023), de la misma manera se puede ver que el agotamiento emocional está relacionado negativamente con el compromiso académico y con la autoeficacia académica (Ghislieri et al., 2023).

En base a lo hallado en la revisión de la literatura científica, se ha podido observar que si bien existen estudios que relacionan las variables consideradas en otros contextos geográficos, no existen estudios realizados en el Perú que consideren la capacidad predictiva de la autoeficacia académica y el cansancio emocional sobre el bienestar psicológico en universitarios peruanos. Por lo tanto, el objetivo del presente estudio es determinar el modelo en el que la autoeficacia académica y el cansancio emocional académico actúen como predictores del bienestar psicológico en universitarios peruanos, según las siguientes hipótesis:

H1: La autoeficacia académica predice positivamente sobre el bienestar psicológico.

H2: El cansancio emocional académico predice negativamente sobre el bienestar psicológico.

Método

Diseño

Este estudio emplea un enfoque cuantitativo, debido a que se basa en la medición numérica y el análisis de datos expresados numéricamente, además forma parte de la investigación empírica, debido a que se considera la recolección de datos directamente de los sujetos de estudio, es de estrategia asociativa debido a que se verifica la relación entre variables, también es de corte transversal, ya que los datos se recopilaron de los participantes en un solo punto específico de tiempo. Es, además de tipo explicativo con variables latentes, porque incorpora un modelo estructural que relaciona las variables latentes y un modelo de medición que incluye indicadores que componen estos constructos o variables latentes (Ato et al., 2013).

Participantes

Se consideró como población a los estudiantes universitarios del departamento de San Martín. Se realizó un muestreo no probabilístico por conveniencia, debido a que los datos fueron recolectados según la disponibilidad y disposición de los estudiantes a participar en la investigación. Los participantes fueron 365 estudiantes universitarios con edades entre 18 y 55 años ($M = 20.3$; $DE = 3.94$), de los cuales 224 (61.4%) fueron mujeres; respecto al estado civil, 343 fueron solteros (99.5 %), mientras que, respecto al área profesional de la carrera estudiada,

240 fueron del área de Ciencias de la Salud (65.8 %) y respecto al tipo de universidad fueron 354 de universidades privadas (97 %) (Tabla 1).

Tabla 1
Características de los participantes

		Frecuencia	%
Sexo	Femenino	224	61.4 %
	Masculino	141	38.6 %
Estado civil	Casado(a)	7	1.9 %
	Conviviente	10	2.7 %
	Divorciado(a)	3	0.8 %
	Soltero(a)	343	94.0 %
	Viudo(a)	2	0.5 %
Área profesional	Agropecuaria y Veterinaria	1	0.3 %
	Ciencias Naturales, Exactas y de la Computación	5	1.4 %
	Ciencias Sociales, Comerciales y Derecho	53	14.5 %
	Ciencias de la Salud	240	65.8 %
	Educación	8	2.2 %
	Humanidades y Artes	2	0.5 %
	Ingeniería, Industria y Construcción	56	15.3 %
Tipo de universidad	Privada	354	97.0 %
	Pública	11	3.0 %

Instrumentos

Escala de autoeficacia percibida específica en situaciones académicas (EAPESA). Elaborada por Palenzuela (2015) y posteriormente validada en el Perú (Dominguez et al., 2018; S. Dominguez-Lara et al., 2023; S. A. Dominguez-Lara, 2014b, 2016). El objetivo de esta escala es medir de forma específica la autoeficacia académica en universitarios peruanos. Posee 10 ítems en formato Likert con 4 opciones de respuesta: Nunca = 1, Algunas veces = 2, Bastantes veces = 3, Siempre = 4 agrupados en una sola dimensión. En el presente estudio mostró una adecuada confiabilidad ($\alpha = 0.919$) y adecuadas evidencias de validez de su estructura interna ($\chi^2(27) = 66.6$, $p < 0.001$, CFI = 0.968, TLI = 0.957, RMSEA = 0.063, SRMR = 0.036).

Escala de cansancio emocional académico (ECEA) (Ramos et al., 2005) validada en el Perú (S. A. Dominguez-Lara, 2014c), que tiene como objetivo medir el nivel de cansancio emocional en estudiantes universitarios, tomando en cuenta los últimos doce meses de estudios académicos. Posee una estructura unidimensional de 10 ítems en formato Likert con 5 opciones de respuesta: Raras veces = 1, Pocas veces = 2, Algunas veces = 3, Con frecuencia = 4, Siempre = 5. En el presente estudio, presenta adecuada confiabilidad ($\alpha = 0.915$), demostrando también validez de su estructura interna ($\chi^2(35) = 69.8$, $p < 0.001$, CFI = 0.968, TLI = 0.958, RMSEA = 0.052, SRMR = 0.033).

Escala de bienestar psicológico para adultos (BIEPS-A) (Casullo, 2002), en la versión peruana (S. A. Dominguez-Lara, 2014a). El objetivo de esta escala es medir el bienestar psicológico en universitarios. Posee 13 ítems en formato Likert con 3 opciones de respuesta: En desacuerdo = 1, Ni de acuerdo ni en desacuerdo = 2, De acuerdo = 3. Presenta cuatro dimensiones: Aceptación/control de situaciones, (ítems 2, 11, 13), Autonomía (ítems 4, 9, 12), Vínculos sociales (ítems 5, 7, 8), Proyectos (ítems 1, 3, 6, 10). En el presente estudio mostró una adecuada confiabilidad ($\alpha = 0.889$) y validez de estructura interna ($\chi^2(61) = 98.8$, $p = 0.002$, CFI = 0.988, TLI = 0.984, RMSEA = 0.041, SRMR = 0.058).

Procedimiento

Los datos se recolectaron siguiendo las directrices de la Declaración de Helsinki previa aprobación del comité de ética de investigación de la universidad de filiación de los autores (2024-CEB-FCS - UPeU-«N° 075»), que certifica el cumplimiento de las normas éticas y de protección de datos. Se preparó un formulario online con la herramienta Forms de Microsoft 365 que incluía en primer lugar la solicitud de consentimiento informado, informándoles del carácter altruista de ser participante, de los objetivos del estudio, del procedimiento y de los cuestionarios a cumplimentar, destacándose el uso ético que se haría de los datos, el carácter voluntario de su participación, la confidencialidad, el anonimato, el uso exclusivo de los datos con fines de investigación y el hecho de poderse retirar en cualquier momento, así como la protección de los datos y el acceso a los resultados, respetando las normas éticas necesarias para llevar a cabo una investigación. Luego del consentimiento informado, el formulario incluyó secciones correspondientes a los datos sociodemográficos y a los instrumentos de recolección de datos. Posteriormente los investigadores repartieron el formulario a través de redes sociales como WhatsApp o Facebook a contactos personales y a su vez se solicitó a cada participante que compartiera el enlace del formulario a sus contactos.

Análisis de datos

El análisis de los datos se realizó con el software Jamovi, versión 2.4.14 (The Jamovi Project, 2023), que es una interfaz del software "R" (R Core Team, 2023), y se utilizó la librería "lavaan" (Rosseel, 2012), por medio del modulo SEMlj (Gallucci & Jentschke, 2021). Previamente, se analizó la estructura factorial de los instrumentos mediante el análisis factorial confirmatorio. Se consideró la naturaleza ordinal de los ítems, por lo que se utilizaron las matrices de correlación policórica, el estimador DWLS para la escala de 3 categorías y WLSMV para las escalas de 4 y 5 categorías, consideradas como más adecuadas para el escalamiento de medición de tipo ordinal (DiStefano & Morgan, 2014; Finney & DiStefano, 2013). El modelo teórico del estudio se analizó con el estimador MLM, apropiado para variables numéricas y por ser robusto a las desviaciones de normalidad inferencial (Muthén & Muthén, 2017). La evaluación del ajuste se realizó mediante el índice de ajuste comparativo (CFI), el error cuadrático medio de aproximación (RMSEA) y el residuo cuadrático medio estandarizado (SRMR). Se utilizaron los valores de CFI > 0,90 (Bentler, 1990), RMSEA < 0,080 (MacCallum et al., 1996) y SRMR < 0,080 (Browne & Cudeck, 1992). En cuanto al análisis de confiabilidad, se utilizó el método de consistencia interna con los coeficientes alfa (α) y omega (ω).

Resultados

Una vez determinadas y confirmadas las estructuras de las escalas, se obtuvieron las puntuaciones totales requeridas. En la Tabla 2 se presentan los resultados descriptivos, así como la confiabilidad ($\omega > 0.7$) de los instrumentos obtenida a partir de los datos de este estudio. Se puede observar que la asimetría y curtosis se encuentran dentro del rango ± 1 , lo que indicaría una adecuada aproximación a la distribución normal. Todas las correlaciones fueron significativas ($p < 0.001$). La correlación con el valor más alto se dio entre autoeficacia académica y bienestar psicológico, ($r = 0.366$) mientras que el valor significativo de correlación más bajo se presentó entre autoeficacia académica y cansancio emocional académico ($r = -0.198$).

Tabla 2.

Análisis descriptivo de las variables en estudio

	M	DE	ω	g_1	g_2	1	2
--	---	----	----------	-------	-------	---	---

1. Autoeficacia académica	25	5.6	0.92	0.154	-0.606	—		
2. Cansancio emocional académico	28	8.4	0.92	0.002	-0.135	-0.198	***	—
3. Bienestar psicológico	34	4.7	0.89	-0.946	0.277	0.366	***	-0.228 ***

Nota. M = Media, DE = Desviación estándar, g_1 = asimetría, g_2 = curtosis, α = coeficiente alfa de Cronbach, ω = coeficiente omega de McDonald.

*** $p < .001$

En el análisis del modelo teórico, se obtuvo un ajuste adecuado, $\chi^2(457) = 810$, $p < 0.001$, CFI = 0.934, TLI = 0.929, RMSEA = 0.046, SRMR = 0.051, donde la H1 se refiere a la influencia positiva de la autoeficacia académica sobre el bienestar psicológico, $\beta = 0.374$, $p < 0.001$ y la H2 se refiere a la influencia negativa del cansancio emocional académico sobre el bienestar psicológico $\beta = -0.162$, $p < 0.05$ (Figura 1).

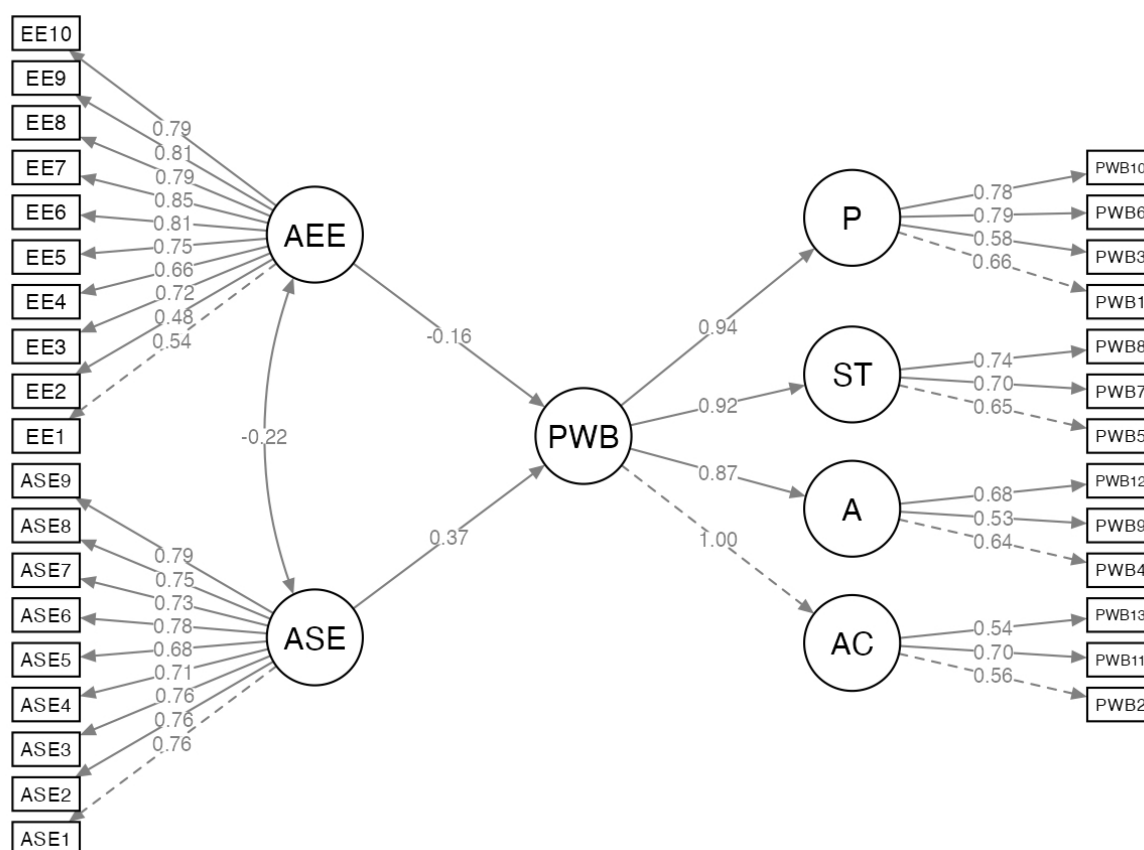


Figura 1. Modelo de ecuaciones estructurales que muestra la capacidad predictiva la autoeficacia académica (ASE) y el cansancio emocional académico (AEE) sobre el bienestar psicológico (PWB).

En cuanto a los objetivos y la confirmación de las hipótesis de la investigación, en primer lugar, nos propusimos determinar si la autoeficacia académica tiene una influencia directa en el bienestar psicológico, y como resultado se encontró un efecto directo y significativo. Por lo tanto, se acepta la primera hipótesis de investigación. También, se verificó si el cansancio emocional tiene una influencia inversa en el bienestar psicológico, y como resultado se obtuvo una influencia inversa y significativa. Por lo tanto, se acepta la segunda hipótesis de investigación.

Discusión

En cuanto a los principales hallazgos, en primer lugar, se observa que la autoeficacia académica influye positivamente en el bienestar psicológico de los estudiantes universitarios. Estos resultados son similares a los reportados en estudios previos, donde la autoeficacia académica se correlacionó positivamente con el bienestar psicológico de los estudiantes en Irán (Sabouripour et al., 2021). En otros estudios, se pudo comprobar la capacidad predictiva de la autoeficacia académica sobre el bienestar psicológico en universitarios venezolanos (García-Álvarez et al., 2021), y universitarios chinos (Tang & Zhu, 2024). Este hallazgo posee implicancias prácticas como la implementación de materias focalizadas en fomentar el desarrollo de habilidades académicas, de tal forma que se incremente la percepción de autoeficacia académica, lo cual redundaría en el bienestar psicológico de los estudiantes, propiciando así su formación integral.

De forma similar, en el presente estudio se encontró que el cansancio emocional influye negativamente en el bienestar psicológico, lo que está en línea con los resultados de la literatura científica. Por ejemplo, una investigación realizada con estudiantes de medicina en Corea mostró que el agotamiento emocional tuvo un efecto negativo sobre el bienestar psicológico (Yu & Chae, 2020), y otro estudio realizado en España con estudiantes de enfermería reportó que el bienestar psicológico fue predicho de forma negativa por el agotamiento emocional (Ríos-Risquez et al., 2018). Estos hallazgos señalan la necesidad de desarrollar estrategias que permitan reducir los niveles de cansancio emocional de los estudiantes, a través de la implementación de programas psicológicos de manejo de estrés, que permitan a los estudiantes disponer de un mayor repertorio de herramientas cognitivas, emocionales y conductuales que les permitan afrontar de forma adaptativa las diversas demandas del entorno académico, social, familiar, laboral, entre otros.

El bienestar psicológico de los estudiantes universitarios constituye un campo abierto para la investigación psicológica en cuanto a las implicaciones de estos resultados y futuras líneas de investigación. Si bien existen estudios sobre las relaciones entre la autoeficacia académica y el cansancio emocional, no ha sido reportada la asociación de ambas variables como predictoras del bienestar psicológico, pero los resultados de esta investigación presentan implicancias teóricas, debido a que sugieren que el bienestar psicológico en estudiantes universitarios puede verse afectado por la autoeficacia académica y el cansancio emocional, estableciendo una base para futuras investigaciones y para establecer nuevas propuestas de intervención psicológica. Tener bienestar psicológico es una meta de todo ser humano, porque constituye la manifestación de adecuados niveles de aquellas variables que lo predicen, como el agotamiento emocional (Ríos-Risquez et al., 2018; Yu & Chae, 2020), la autoeficacia académica (Sabouripour et al., 2021), la determinación (Tang & Zhu, 2024), los estilos y metodologías de aprendizaje auto informados, habilidades sociales, inteligencia emocional, ansiedad, empatía, autoconcepto (Morales-Rodríguez et al., 2020) e inteligencia emocional (García-Álvarez et al., 2021), entre otros, por lo que las implicancias prácticas de los estudios que consideran al bienestar psicológico como variable dependiente implicarían identificar con precisión las variables cuyo nivel adecuado debe buscarse alcanzar, para así favorecer el desarrollo de un mayor bienestar psicológico en los estudiantes universitarios; es decir que si se desea incrementar el bienestar psicológico de los estudiantes universitarios, las instituciones educativas podrían reducir el cansancio emocional académico distribuyendo de forma equilibrada la carga académica de los cursos, junto con la incorporación de actividades extracurriculares que sean consideradas como parte del aspecto formativo del estudiante, además de considerar programas de intervención para la mejora de la autoeficacia académica.

A pesar de los interesantes resultados, este estudio tiene algunas limitaciones. En primer lugar, se seleccionaron los participantes mediante muestreo no probabilístico, lo que no permite generalizar los resultados a toda la población de estudiantes universitarios de la región San Martín. Por lo tanto, se sugiere que futuros estudios utilicen muestreos probabilísticos y muestras que sean más representativas de la población universitaria de dicha región. En segundo lugar, se utilizaron medidas autoinformadas para recopilar información, esto abre la posibilidad de la presencia de sesgos de deseabilidad social. En tercer lugar, se utilizó una encuesta en línea, lo que genera un sesgo muestral ya que solo participarían aquellas personas con acceso a Internet y experiencia en responder a este tipo de encuestas, dejando fuera a estudiantes universitarios de zonas con dificultad de acceso a Internet. Asimismo, la mayoría de los participantes son de universidades privadas y de ciencias de la salud, lo que conllevaría un sesgo de selección, por lo que se recomendaría que en investigaciones futuras se incluya un mayor número de estudiantes de universidades estatales y de otras áreas profesionales diferentes a ciencias de la salud.

Conclusión

Se concluye que a mayores niveles de autoeficacia académica también predecirán mayores niveles de bienestar psicológico, pero que, mayores niveles de cansancio emocional predecirán menores niveles de bienestar psicológico en estudiantes universitarios, presentándose dichas relaciones también de forma inversa.

Referencias

- Aguayo-Estremera, R., Cañadas, G. R., Albendín-García, L., Ortega-Campos, E., Ariza, T., Monsalve-Reyes, C. S., & Fuente-Solana, E. I. D. la. (2023). Prevalence of Burnout Syndrome and Fear of COVID-19 among Adolescent University Students. *Children*, 10(2), 243. <https://doi.org/10.3390/CHILDREN10020243>
- Ato, M., López, J. J., & Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *Anales de Psicología*, 29(3), 1038–1059. <https://doi.org/10.6018/analesps.29.3.178511>
- Aydin, F., & Aydin, A. (2024). Relationship among sleep quality, quality of life and academic self-efficacy of university students. *Current Psychology*, 43(24), 21110–21119. <https://doi.org/10.1007/s12144-024-05929-2>
- Bandura, A. (1997). *Self-Efficacy: The Exercise of Control*. Freeman.
- Bentler, P. M. (1990). Comparative fit indexes in structural models. *Psychological Bulletin*, 107(2), 238–246. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.107.2.238>
- Browne, M. W., & Cudeck, R. (1992). Alternative Ways of Assessing Model Fit. *Sociological Methods & Research*, 21(2), 230–258. <https://doi.org/10.1177/0049124192021002005>
- Cabras, E., Pozo, P., Suárez-Falcón, J. C., Caprara, M., & Contreras, A. (2024). Stress and academic achievement among distance university students in Spain during the COVID-19 pandemic: age, perceived study time, and the mediating role of academic self-efficacy. *European Journal of Psychology of Education*. <https://doi.org/10.1007/s10212-024-00871-0>
- Calixto-Juárez, P., Aldo Hernández-Murúa, J., & Gaxiola-Durán, M. del R. (2023). Valoración del estrés académico postpandemia covid-19 en estudiantes del nivel medio superior. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 7(1), 1553–1573. https://doi.org/10.37811/CL_RCM.V7I1.4498

- Cao, X., & Liu, X. (2024). Self-esteem as a predictor of anxiety and academic self-efficacy among Chinese university students: a cross-lagged analysis. *Current Psychology*, 43(22), 19628–19638. <https://doi.org/10.1007/s12144-024-05781-4>
- Carranza Esteban, R. F., Mamani-Benito, O., Castillo-Blanco, R., Elguera Pajares, A., & Lingan, S. K. (2023). Emotional exhaustion, academic self-efficacy, and academic procrastination as predictors of research motivation. *Frontiers in Education*, 8, 1147599. <https://doi.org/10.3389/feduc.2023.1147599>
- Cassaretto, M., Espinosa, A., & Chau, C. (2024). Effects of resilience, social support, and academic self-efficacy, on mental health among Peruvian university students during the pandemic: the mediating role of digital inclusion. *Frontiers in Psychology*, 15. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1282281>
- Casullo, M. M. (2002). *Evaluación del bienestar psicológico en Iberoamérica*. Paidós.
- Chen, P.-L., Lin, C.-H., Lin, I.-H., & Lo, C. O. (2023). The Mediating Effects of Psychological Capital and Academic Self-Efficacy on Learning Outcomes of College Freshmen. *Psychological Reports*, 126(5), 2489–2510. <https://doi.org/10.1177/00332941221077026>
- Chen, Z., Ma, Y., Feng, X., & Lin, Y. (2023). Correlation analysis of self-directed learning ability, self-efficacy and academic burnout of junior nursing college students in closed management colleges. *Nursing Open*, 10(4), 2508–2518. <https://doi.org/10.1002/nop2.1509>
- Çınar-Tanrıverdi, E., & Karabacak-Çelik, A. (2023). Psychological need satisfaction and academic stress in college students: mediator role of grit and academic self-efficacy. *European Journal of Psychology of Education*, 38(1), 131–160. <https://doi.org/10.1007/s10212-022-00658-1>
- da Mota, I. D., Both, J., de Campos Pereira, M. P. V., Zilch, G. R., Correia, C. knierim, Cardoso, A. A., & Farias, G. O. (2022). Association between the prevalence of Burnout syndrome and the level of physical activity of students at a public university of south Brazil. *Retos*, 45, 842–850. <https://doi.org/10.47197/RETOS.V45I0.90262>
- DiStefano, C., & Morgan, G. B. (2014). A Comparison of Diagonal Weighted Least Squares Robust Estimation Techniques for Ordinal Data. *Structural Equation Modeling*, 21(3), 425–438. <https://doi.org/10.1080/10705511.2014.915373>
- Dodd, R. H., Dadaczynski, K., Okan, O., McCaffery, K. J., & Pickles, K. (2021). Psychological Wellbeing and Academic Experience of University Students in Australia during COVID-19. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(3), 866. <https://doi.org/10.3390/ijerph18030866>
- Dominguez, S., Villegas, G., Yauri, C., Mattos, E., & Ramírez, F. (2018). Propiedades psicométricas de una escala de autoeficacia para situaciones académicas en estudiantes universitarios peruanos. *Revista de Psicología*, 27–40. <https://revistas.ucsp.edu.pe/index.php/psicologia/article/view/8/7>
- Dominguez-Lara, S. A. (2014a). Análisis psicométrico de la escala de bienestar psicológico para adultos en estudiantes universitarios de Lima: un enfoque de ecuaciones estructurales. *Psychologia: Avances de La Disciplina*, 8(1), 23–31. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=297231283003>
- Dominguez-Lara, S. A. (2014b). Autoeficacia para situaciones académicas en estudiantes universitarios peruanos: un enfoque de ecuaciones estructurales. *Revista de Psicología*, 4, 43–54. <https://revistas.ucsp.edu.pe/index.php/psicologia/article/view/20>
- Dominguez-Lara, S. A. (2014c). Escala de Cansancio Emocional: estructura factorial y validez de los ítems en estudiantes de una universidad privada. *Avances En Psicología*, 22(1), 89–97. <https://doi.org/10.33539/avpsicol.2014.v22n1.275>

- Dominguez-Lara, S. A. (2016). Valores normativos de una escala de autoeficacia académica en estudiantes universitarios de Lima. *Interacciones*, 2(2), 91. <https://doi.org/10.24016/2016.v2n2.31>
- Dominguez-Lara, S., Alarcón-Parco, D., Campos-Uscanga, Y., Tamayo-Agudelo, W., Merino-Soto, C., Tumino, M. C., Quinde, J. M., de Moura, G. B., & de Almeida Baptista, M. D. G. (2023). Psychometric properties and measurement invariance of an academic self-efficacy scale in college students from five Latin American countries | Propriedades psicométricas e invariância de medida de uma escala de autoeficácia acadêmica em estudantes univers. *Ciencias Psicológicas*, 17(1). <https://doi.org/10.22235/cp.v17i1.3051>
- Ebrahim, A. H., Dhahi, A., Husain, M. A., & Jahrami, H. (2021). The Psychological Wellbeing of University Students Amidst COVID-19 Pandemic. *Sultan Qaboos University Medical Journal [SQUMJ]*. <https://doi.org/10.18295/squmj.6.2021.081>
- Fink, G. (2000). *Encyclopedia of Stress* (Vol. 1). Academic Press.
- Finney, S. J., & DiStefano, C. (2013). Nonnormal and categorical data in structural equation modeling. In *Structural equation modeling: a second course* (Segunda Ed). Information Age Publishing Inc.
- Gallucci, M., & Jentschke, S. (2021). *SEMLj: jamovi SEM Analysis*. <https://semlj.github.io/>
- García-Álvarez, D., Hernández-Lalinde, J., & Cobo-Rendón, R. (2021). Emotional Intelligence and Academic Self-Efficacy in Relation to the Psychological Well-Being of University Students During COVID-19 in Venezuela. *Frontiers in Psychology*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.759701>
- Ghislieri, C., Sanseverino, D., Dolce, V., Spagnoli, P., Manuti, A., Ingusci, E., & Addabbo, T. (2023). Emotional Exhaustion and Engagement in Higher Education Students during a Crisis, Lessons Learned from COVID-19 Experience in Italian Universities. *Social Sciences*, 12(2). <https://doi.org/10.3390/SOCSCI12020109>
- Gülşen, F. U., & Şahin, E. E. (2023). Gender difference in the relationship between academic self-efficacy, personal growth initiative, and engagement among Turkish undergraduates: A multigroup modeling. *Psychology in the Schools*, 60(10), 3840–3857. <https://doi.org/10.1002/pits.22952>
- Huang, L., & Wang, D. (2023). Teacher Support, Academic Self-Efficacy, Student Engagement, and Academic Achievement in Emergency Online Learning. *Behavioral Sciences*, 13(9), 704. <https://doi.org/10.3390/bs13090704>
- Jia, J., Ma, Y., Xu, S., Zheng, J., Ma, X., Zhang, Y., Sun, W., & Liu, L. (2023). Effect of Academic Self-Efficacy on Test Anxiety of Higher Vocational College Students: The Chain Mediating Effect. *Psychology Research and Behavior Management, Volume 16*, 2417–2424. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S413382>
- Li, X., Gao, Z., & Liao, H. (2023). The Effect of Critical Thinking on Translation Technology Competence Among College Students: The Chain Mediating Role of Academic Self-Efficacy and Cultural Intelligence. *Psychology Research and Behavior Management, Volume 16*, 1233–1256. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S408477>
- Liu, X., Zhu, C., Dong, Z., & Luo, Y. (2024). The Relationship between Stress and Academic Self-Efficacy among Students at Elite Colleges: A Longitudinal Analysis. *Behavioral Sciences*, 14(7), 537. <https://doi.org/10.3390/bs14070537>
- Llanes-Castillo, A., Pérez-Rodríguez, P. *, Reyes-Valdéz, M. L., & Cervantes-López, M. J. (2022). Burnout: Efectos del confinamiento en estudiantes universitarios en México. *Como Citar APA*, 28(3), 69–81. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=28071865005>
- MacCallum, R. C., Browne, M. W., & Sugawara, H. M. (1996). Power analysis and determination of sample size for covariance structure modeling. *Psychological Methods*, 1(2), 130–149. <https://doi.org/10.1037/1082-989X.1.2.130>

- Mao, Y., Xie, M., Li, M., Gu, C., Chen, Y., Zhang, Z., & Peng, C. (2023). Promoting academic self-efficacy, positive relationships, and psychological resilience for Chinese university students' life satisfaction. *Educational Psychology*, 43(1), 78–97. <https://doi.org/10.1080/01443410.2022.2138830>
- Maslach, C. (2003). Job Burnout: New Directions in Research and Intervention. *Current Directions in Psychological Science*, 12(5), 189–192. <https://doi.org/10.1111/1467-8721.01258>
- Maslach, C., Schaufeli, W. B., & Leiter, M. P. (2001). Job burnout. *Annual Review of Psychology*, 52(Volume 52, 2001), 397–422. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.397>
- Mhata, N. T., Ntlantsana, V., Tomita, A. M., Mwambene, K., & Saloojee, S. (2023). Prevalence of depression, anxiety and burnout in medical students at the University of Namibia. *South African Journal of Psychiatry*, 29. <https://doi.org/10.4102/SAJPSYCHIATRY.V29I0.2044>
- Morales-Rodríguez, F. M., Espigares-López, I., Brown, T., & Pérez-Mármol, J. M. (2020). The Relationship between Psychological Well-Being and Psychosocial Factors in University Students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(13), 4778. <https://doi.org/10.3390/ijerph17134778>
- Muaddi, M. A., El-Setouhy, M., Alharbi, A. A., Makeen, A. M., Adawi, E. A., Gohal, G., & Alqassim, A. Y. (2023). Assessment of Medical Students Burnout during COVID-19 Pandemic. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(4), 3560. <https://doi.org/10.3390/IJERPH20043560>
- Muthén, Linda K., & Muthén, Bengt. O. (2017). *Mplus user's guide: Statistical analysis with latent variables, user's guide* (8th ed.). Muthén & Muthén. https://www.statmodel.com/download/usersguide/MplusUserGuideVer_8.pdf
- Palenzuela, D. L. (2015). Construcción y validación de una escala de autoeficacia percibida específica de situaciones académicas. / Construction and validation of a scale of perceived self-sufficiency for Personality Constructs View project Perceived Control (Expectations) View project. *Análisis y Modificación de Conducta*.
- R Core Team. (2023). *R: A Language and environment for statistical computing* (4.3). <https://cran.r-project.org>
- Ramos, F., Manga, D., & Moran, C. (2005). Escala de Cansancio Emocional (ECE) para estudiantes universitarios: Propiedades psicométricas y asociación. *Interpsiquis*, 6. <http://psiqu.com/1-2898>
- Regatto-Bonifaz, J. del P., Viteri-Miranda, V. M., & Moreta-Herrera, R. (2023). Autorregulación del aprendizaje como predictor de la autoeficacia académica en universitarios del Ecuador. *Ciencias Psicológicas*. <https://doi.org/10.22235/cp.v17i2.3254>
- Ríos-Risquez, M. I., García-Izquierdo, M., Sabuco-Tebar, E. de los Á., Carrillo-García, C., & Solano-Ruiz, C. (2018). Connections between academic burnout, resilience, and psychological well-being in nursing students: A longitudinal study. *Journal of Advanced Nursing*, 74(12), 2777–2784. <https://doi.org/10.1111/jan.13794>
- Rosseel, Y. (2012). Lavaan: An R Package for Structural Equation Modeling. *Journal of Statistical Software*, 48(2). <https://doi.org/10.18637/jss.v048.i02>
- Sabouripour, F., Roslan, S., Ghiami, Z., & Memon, M. A. (2021). Mediating Role of Self-Efficacy in the Relationship Between Optimism, Psychological Well-Being, and Resilience Among Iranian Students. *Frontiers in Psychology*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.675645>

- Sagone, E., & Indiana, M. L. (2023). The Roles of Academic Self-Efficacy and Intolerance of Uncertainty on Decisional Procrastination in University Students during the COVID-19 Pandemic. *Education Sciences*, 13(5), 476. <https://doi.org/10.3390/educsci13050476>
- Shi, Y., & Ko, Y. C. (2023). A Study on the Influence of Family and School Psychological Environment on Academic Self-Efficacy and Self-Identity of English Education Major University Students. *Participatory Educational Research*, 10(1), 106–121. <https://doi.org/10.17275/per.23.6.10.1>
- Tang, L., & Zhu, X. (2024). Academic self-efficacy, grit, and teacher support as predictors of psychological well-being of Chinese EFL students. *Frontiers in Psychology*, 14. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1332909>
- The Jamovi Project. (2023). *Jamovi* (2.4.14). <https://www.jamovi.org>
- Wang, X.-C., Zhang, M., & Wang, J.-X. (2024). The Effect of University Students' Academic Self-Efficacy on Academic Burnout: The Chain Mediating Role of Intrinsic Motivation and Learning Engagement. *Journal of Psychoeducational Assessment*. <https://doi.org/10.1177/07342829241252863>
- Wang, Y., Yasmin, F., & Akbar, A. (2023). Impact of the internet on English language learning among university students: mediating role of academic self-efficacy. *Frontiers in Psychology*, 14. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1184185>
- Wider, W., Chua, B. S., Mutang, J. A., & Pan, L. C. (2023). Secondary school students' school-related stressors during the coronavirus disease (COVID-19) pandemic in Sabah, Malaysia. *Frontiers in Education*, 8, 1138226. <https://doi.org/10.3389/feduc.2023.1138226>
- Yu, J., & Chae, S. (2020). The mediating effect of resilience on the relationship between the academic burnout and psychological well-being of medical students. *Korean Journal of Medical Education*, 32(1), 13–21. <https://doi.org/10.3946/kjme.2020.149>
- Zhang, H. (2023). Technostress, Academic Self-Efficacy, and Resistance to Innovation: Buffering Roles of Knowledge Sharing Culture and Constructive Deviant Behavior. *Psychology Research and Behavior Management*, Volume 16, 3867–3881. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S424396>
- Zhou, X. (2022). Mental health self-efficacy as a moderator between the relationship of emotional exhaustion and knowledge hiding: Evidence from music educational students. *Frontiers in Psychology*, 13. <https://doi.org/10.3389/FPSYG.2022.979037>