

Trabajo Maestría Emanuel y Wendy.doc

 Universidad Peruana Union

Detalles del documento

Identificador de la entrega

trn:oid:::29566:599049761

Fecha de entrega

10 jun 2026, 3:44 p.m. GMT-5

Fecha de descarga

10 jun 2026, 3:58 p.m. GMT-5

Nombre del archivo

Trabajo Maestría Emanuel y Wendy.doc

Tamaño del archivo

1.8 MB

22 páginas

7616 palabras

46.811 caracteres

11% Similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para ca...

Filtrado desde el informe

- Bibliografía
- Texto citado
- Texto mencionado
- Coincidencias menores (menos de 8 palabras)
- Trabajos entregados

Exclusiones

- N.º de coincidencias excluidas

Fuentes principales

- 10%  Fuentes de Internet
- 5%  Publicaciones
- 0%  Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Marcas de integridad

N.º de alertas de integridad para revisión

No se han detectado manipulaciones de texto sospechosas.

Los algoritmos de nuestro sistema analizan un documento en profundidad para buscar inconsistencias que permitirían distinguirlo de una entrega normal. Si advertimos algo extraño, lo marcamos como una alerta para que pueda revisarlo.

Una marca de alerta no es necesariamente un indicador de problemas. Sin embargo, recomendamos que preste atención y la revise.

Fuentes principales

- 10% Fuentes de Internet
- 5% Publicaciones
- 0% Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Fuentes principales

Las fuentes con el mayor número de coincidencias dentro de la entrega. Las fuentes superpuestas no se mostrarán.

1	Internet	repositorioacademico.upc.edu.pe	<1%
2	Internet	repositorio.upeu.edu.pe	<1%
3	Internet	idoc.pub	<1%
4	Internet	upc.aws.openrepository.com	<1%
5	Internet	repositorio.ucsm.edu.pe	<1%
6	Internet	repositorio.upt.edu.pe	<1%
7	Internet	revistas.usil.edu.pe	<1%
8	Internet	redie.mx	<1%
9	Internet	repositorio.ucv.edu.pe	<1%
10	Internet	dspace.utb.edu.ec	<1%
11	Internet	repositorio.continental.edu.pe	<1%

12	Internet	www.aidep.org	<1%
13	Internet	revistaconcienciaepg.edu.pe	<1%
14	Internet	eprints.ucm.es	<1%
15	Internet	multimedia.elsevier.es	<1%
16	Internet	ibdigital.uib.es	<1%
17	Publicación	Roxana Abril Morales-Beltrán, Germán Hernández-Cruz, Roberto Andrés González...	<1%
18	Internet	cornon.unileon.es	<1%
19	Internet	duict.upch.edu.pe	<1%
20	Internet	ojs.ual.es	<1%
21	Internet	www.researchgate.net	<1%
22	Internet	repositorio.unach.edu.pe	<1%
23	Internet	revistavive.org	<1%
24	Internet	tauja.ujaen.es	<1%
25	Internet	www.scielo.org.mx	<1%

26	Publicación	Montoya Mistretta, María Fernanda. "Autorregulación y Matemáticas Tempranas ..."	<1%
27	Internet	bonga.unisimon.edu.co	<1%
28	Internet	docs.google.com	<1%
29	Internet	eprints.uanl.mx	<1%
30	Internet	www.frontiersin.org	<1%
31	Internet	www.tandfonline.com	<1%
32	Publicación	"Inter-American Yearbook on Human Rights / Anuario Interamericano de Derech..."	<1%
33	Publicación	Correa Cepeda, Carla V. "Estudio Descriptivo Transversal Correlacional Sobre El Ef..."	<1%
34	Publicación	Izaskun Ibabe. "Direct and indirect effects of family violence on child-to-parent vi..."	<1%
35	Publicación	María Xóchitl Santos Vega, Patricia Ortega Andeane, Óscar Galindo Vázquez. "Pro..."	<1%
36	Publicación	Paula García-Carrera, Rosario Ortega-Ruiz, Antonio Camacho, Eva M. Romera. "Co..."	<1%
37	Internet	digitum.um.es	<1%
38	Internet	fddf0ba6-dda4-4b29-8584-6142831cf6bb.usrfiles.com	<1%
39	Internet	gredos.usal.es	<1%

40	Internet	norr.numl.edu.pk	<1%
41	Internet	public-pages-files-2025.frontiersin.org	<1%
42	Internet	rdu.unc.edu.ar	<1%
43	Internet	repositorio.udec.cl	<1%
44	Internet	repositorio.unfv.edu.pe	<1%
45	Internet	revista.saludcyt.ar	<1%
46	Internet	revistas.pucesa.edu.ec	<1%
47	Internet	www.tdx.cat	<1%

UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN

ESCUELA DE POSGRADO

Unidad de Posgrado de Psicología



Apoyo social, estrés, cansancio emocional y malestar psicológico en universitarios: Un análisis de ecuaciones estructurales

Trabajo de Investigación para obtener el Grado Académico de Maestro(a) en
Psicología Clínica y de la Salud

Autor:

Emanuel Humberto Apaza Calla
Brighite Wendy Apaza Calla

Asesor:

Mg. Eddy Wildmar Aquize Anco

Lima, junio de 2026

DECLARACIÓN JURADA DE ORIGINALIDAD DE TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

Yo Eddy Wildmar Aquize Anco, docente de la Unidad de Posgrado de Psicología, Escuela de Posgrado de la Universidad Peruana Unión.

DECLARO:

Que la presente investigación titulada: **“Apoyo social, estrés, cansancio emocional y malestar psicológico en universitarios: Un análisis de ecuaciones estructurales”** del (los) autor (autores) Emanuel Humberto Apaza Calla y Brighite Wendy Apaza Calla tiene un índice de similitud de % verificable en el informe del programa Turnitin, y fue realizada en la Universidad Peruana Unión bajo mi dirección.

En tal sentido asumo la responsabilidad que corresponde ante cualquier falsedad u omisión de los documentos como de la información aportada, firmo la presente declaración en la ciudad de Lima, a los 10 días del mes de junio del año 2026.

(el asesor firma este documento)

Eddy Wildmar Aquize Anco

«NUMERO»

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

En Lima, Ñaña, Villa Unión, a 09 días día(s) del mes de junio del año 2026 siendo las 11:30 horas, se reunieron los miembros del jurado en la Universidad Peruana Unión Campus Lima, bajo la dirección del (de la) presidente(a):

Mg. Wilter Eyvi Mardel Morales García, el (la) secretario(a): Mg. Sara Esther Richard Pérez

y los demás miembros: Mtro. Cristian Edwin Adriano Rengifo

Mg. Esther Edelmira Méndez Zavaleta De Añamuro y el (la) asesor(a) Mg. Eddy Wildmar Aquize Anco

con el propósito de administrar el acto académico de sustentación del trabajo de investigación titulado: "Apoyo social, estrés, cansancio emocional y malestar psicológico en universitarios: Un análisis de ecuaciones estructurales"

del (de la)/(los)(las) candidato(a)s a Emanuel Humberto Apaza Calla

b) Brighite Wendy Apaza Calla

c)

conducente a la obtención del Grado Académico de Maestro(a) en:

Psicología Clínica y de la Salud

(Denominación del Grado Académico)

El Presidente inició el acto académico de sustentación invitando al (a la) / a (los) (las) candidato(a)s hacer uso del tiempo determinado para su exposición. Concluida la exposición, el Presidente invitó a los demás miembros del jurado a efectuar las preguntas, y aclaraciones pertinentes, las cuales fueron absueltas por al (a la) / a (los) (las) candidato(a)s. Luego, se produjo un receso para las deliberaciones y la emisión del dictamen del jurado.

Posteriormente, el jurado procedió a dejar constancia escrita sobre la evaluación en la presente acta, con el dictamen siguiente:

Candidato/a (a): Emanuel Humberto Apaza Calla

CALIFICACIÓN	ESCALAS			Mérito
	Vigesimal	Literal	Cualitativa	
<u>Aprobado</u>	<u>19</u>	<u>A</u>	<u>Excelente</u>	<u>Excelencia</u>

Candidato/a (b): Brighite Wendy Apaza Calla

CALIFICACIÓN	ESCALAS			Mérito
	Vigesimal	Literal	Cualitativa	
<u>Aprobado</u>	<u>19</u>	<u>A</u>	<u>Excelente</u>	<u>Excelencia</u>

Candidato/a (c):

CALIFICACIÓN	ESCALAS			Mérito
	Vigesimal	Literal	Cualitativa	

(*) Ver parte posterior

Finalmente, el Presidente del jurado invitó al (a la) / a (los) (las) candidato(a)s a ponerse de pie, para recibir la evaluación final y concluir el acto académico de sustentación procediéndose a registrar las firmas respectivas.

Presidente/a

Mg. Sara Esther
Richard Pérez
Secretario/a

Asesor/a

Miembro

Miembro

Candidato/a (a)

Candidato/a (b)

Candidato/a (c)

ÍNDICE DE CONTENIDO

1. Introducción	6
1.2. Revisión de la literatura	6
1.3. Estudios previos.....	8
2. Método	9
2.1. Diseño	9
2.2. Participantes.....	9
2.3. Instrumentos	9
2.4. Análisis de datos	10
2.5. Consideraciones éticas.....	10
3. Resultados	10
4. Discusión.....	12
4.1. Implicancias	14
4.2. Limitaciones	15
5. Conclusiones	15
Referencias	15
Anexos.....	21
Anexo 1: Evidencia de sumisión y revisión de pares	21
Anexo 2: Aprobación del comité de ética	22

Apoyo social, estrés, cansancio emocional y malestar psicológico en universitarios: Un análisis de ecuaciones estructurales

Social support, stress, emotional exhaustion, and psychological distress in university students: A structural equation modeling analysis

Autores: Emanuel Humberto Apaza-Calla^{1*}, Brighite Wendy Apaza-Calla¹, Eddy Wildmar Aquize Anco¹

Filiación: ¹Escuela de Psicología, Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad Peruana Unión, Juliaca, Perú

*** Correspondencia:**

Emanuel Humberto Apaza Calla

emanuelapaza@upeu.edu.pe

Resumen

Introducción: El malestar psicológico ha adquirido gran relevancia en los sistemas de educación universitaria, donde factores como el estrés, el cansancio emocional y el apoyo social juegan un papel importante en su configuración. **Objetivo:** El estudio tuvo por objetivo determinar como la interacción entre apoyo social, estrés y cansancio emocional configuran el malestar psicológico en estudiantes universitarios. **Método:** Se realizó un estudio explicativo con 580 estudiantes universitarios de ambos sexos (59,5% mujeres), sus edades oscilaron entre 18 y 30 años ($M = 21,0$; $DE = 2,43$). Se administraron la Escala Multidimensional de Apoyo Social Percibido (MMPS), la Escala de Estrés Percibido (EPGE-13), la Escala de Cansancio Emocional (ECE) y la Escala de Malestar Psicológico de Kessler (KS10).

Resultados: El modelo logró un buen ajuste ($CFI = .980$, $TLI = .953$, $RMSEA = .067$, $SRMR = .039$). Con respecto a las hipótesis, el apoyo de la familia ($\beta = 0,21$) y otras personas significativas ($\beta = 0,22$) predijeron positivamente el eustrés, mientras que el apoyo de amigos mantuvo un efecto negativo ($\beta = -0,12$). El apoyo de amigos ($\beta = -0,08$) y otros significativos ($\beta = -0,09$) no son predictores potenciales del distrés. Por otro lado, el distrés confirmó su efecto directo sobre el cansancio emocional ($\beta = 0,60$) y el malestar psicológico ($\beta = 0,27$). Finalmente, el cansancio emocional ($\beta = 0,51$) demostró ser un predictor positivo del malestar psicológico, y el eustrés un predictor negativo ($\beta = -0,22$). **Conclusión:** Las hipótesis planteadas fueron confirmadas, excepto la cuatro y la cinco. En el modelo, el cansancio emocional es el predictor con la mayor magnitud de malestar psicológico, mientras que las dimensiones del apoyo social demostraron ser factores que promueven el eustrés.

Palabras clave: Apoyo social, estrés, cansancio emocional, malestar psicológico, estudiantes universitarios.

Abstract

Introduction: Psychological distress has acquired great relevance in university education systems, where factors such as stress, emotional fatigue, and social support play an important role in its configuration. **Objective:** The study aimed to determine how the interaction

between social support, stress, and emotional fatigue configures psychological distress in university students. **Method:** An explanatory study was carried out with 580 university students of both sexes (59.5% women), their ages ranged between 18 and 30 years ($M = 21.0$; $SD = 2.43$). The Multidimensional Perceived Social Support Scale (MMPs), the Perceived Stress Scale (EPGE-13), the Emotional Fatigue Scale (ECE), and the Kessler Psychological Distress Scale (KS10) were administered. **Results:** The model achieved a good fit ($CFI = .980$, $TLI = .953$, $RMSEA = .067$, $SRMR = .039$). With respect to the hypotheses, the support of the family ($\beta = 0.21$) and others significant ($\beta = 0.22$) positively predicted eustress, while the support of friends maintains a negative effect ($\beta = -0.12$). On the other hand, distress confirmed its direct effect on emotional fatigue ($\beta = 0.60$) and psychological distress ($\beta = 0.27$). Finally, emotional fatigue ($\beta = 0.51$) proved to be positive predictors of psychological distress, and eustress negative predictor ($\beta = -0.22$). **Conclusion:** The hypotheses raised were confirmed, except for four and five. In the model, emotional fatigue is the predictor with the greatest magnitude of psychological distress, while the dimensions of social support proved to be protective factors compared to stress.

Keywords: Perceived social support, distress, eustress, emotional fatigue, psychological distress, university students.

1. Introducción

El malestar psicológico, representa uno de los problemas más relevantes en los sistemas de salud en el mundo. Esta problemática adquiere particular relevancia en poblaciones específicas, como los estudiantes universitarios, quienes se encuentran expuestos a múltiples exigencias académicas que consolidan a la educación superior como una fuente constante de estrés (Parveen et al., 2025).

Al respecto, la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2025a), reportó que el suicidio representa la tercera causa de deceso a nivel mundial en personas de 15 a 20 años, siendo la presión social y la inestabilidad en los vínculos relacionales dentro de la familia factores determinantes que actúan como precipitadores de trastornos de salud mental. Así también, se ha reportado que los trastornos con mayor incidencia en la juventud corresponden a la ansiedad y depresión, cuadros que suelen aparecer a durante etapas críticas propias del curso de vida, como la transición a la adultez (OMS, 2025b). En el contexto peruano, se registraron 256 mil casos de depresión, de los cuales el 26.8% correspondieron a población joven (Ministerio de Salud [MINSA], 2025a). Asimismo, a través de los servicios de consulta en línea, se atendieron más de 12 mil usuarios, principalmente entre 18 a 29 años, quienes señalaron experimentar síntomas ansiosos y depresivos, vinculados a la frustración vocacional y temor hacia el futuro (MINSA, 2025b). Estas cifras evidencian que los individuos en transición hacia la adultez constituyen un grupo particularmente vulnerable al malestar psicológico y en el contexto universitario esta vulnerabilidad adquiere especial relevancia debido a la exposición del estudiante a constante presión académica, procesos adaptativos y falta de recursos de soporte interpersonales (Ciacchini et al., 2025).

1.2. Revisión de la literatura

En contextos donde el individuo afronta exigencias propias de su entorno, surgen los recursos de afrontamiento ante las demandas del medio. Entre ellas, se encuentra el apoyo social, definido como un recurso protector proveniente de las redes interpersonales significativas y aplicado en momentos de tensión (Rubio & Cuadra, 2022). La Teoría de Amortiguación

frente al estrés surge como principal factor preventivo ante un posible evento altamente desafiante que pueda llegar a sobrepasar la capacidad de afrontamiento del individuo (Cohen & Wills, 1985). Es decir, en la medida que el sujeto desarrolle una percepción favorable de sus recursos sociales, será capaz de manejar de manera adecuada niveles de malestar y tensión (Uchino, 2009). Diversos estudios han demostrado que el apoyo social actúa como un pilar fundamental que protege la salud mental estudiantil frente al estrés y el malestar psicológico (Abdul et al., 2023; Liu et al., 2022).

En cuanto a la variable estrés, esta se conceptualiza como un conjunto de respuestas cognitivas, fisiológicas y conductuales manifestadas a partir de la interacción que realiza el individuo frente a los estímulos de su entorno (Reyna et al., 2019). Su comprensión se fundamenta en la Teoría Transaccional del Estrés y Afrontamiento de Lazarus y Folkman (1984), la cual postula que el estrés no depende exclusivamente de la presencia de estímulos estresores, sino también de la evaluación cognitiva que el sujeto realiza ante las posibles amenazas y los recursos disponibles con los que cuenta para afrontarlas. En base a esta perspectiva, el estrés puede adoptar una respuesta adaptativa (eustrés) o desadaptativa (distrés) (Saavedra, 2023). En el ámbito universitario, cuando las exigencias del propio contexto son percibidas como desbordantes y sobrepasan los recursos para afrontarlas, el estrés eventualmente desencadenará estados de cansancio emocional (Ramos-Vera et al., 2025).

La variable cansancio emocional hace referencia al estado de agotamiento físico y afectivo que surge tras la exposición del individuo a un periodo de estrés sostenido y persistente (Barreto & Salazar, 2021). Este constructo tiene gran interés en el ámbito organizacional, sin embargo, se presenta también en el contexto académico, donde los estudiantes afrontan metas de rendimiento, amplias jornadas de estudio y expectativas de logro no alejadas de las dinámicas laborales formales (Schaufeli et al., 2002). Al respecto, la Teoría de las Demandas y Recursos del Estudio (SD-R) sostiene que el desgaste surge cuando las exigencias académicas superan los recursos disponibles, es aquí donde el estrés actúa como mecanismo cognitivo que traduce dicho desequilibrio en experiencia de sobrecarga, facilitando la progresión hacia el agotamiento emocional (Bakker & Mostert, 2024). En este sentido, un estudiante agotado emocionalmente, puede transitar, desde el estrés hasta el deterioro progresivo de su sentido de bienestar (Estrada et al., 2023).

El malestar psicológico se comprende como un conjunto de manifestaciones emocionales y somáticas características de la ansiedad y depresión, se trata de una respuesta a eventos altamente estresantes y su ubicación en la historia de la enfermedad yace en la fase subclínica, pues no satisface un diagnóstico clínico específico (Espíndola et al., 2006). En el contexto universitario, el malestar posee una etiología multifactorial, donde algunas causas principales que determinan la aparición de esta condición se originan en el distrés, la sobrecarga académica y la inestabilidad económica (Mosqueda-Díaz et al., 2019). La magnitud de este fenómeno sugiere prestar mayor atención en los sistemas educativos, ya que la evidencia científica señala que el estrés negativo actúa como un factor de riesgo que incrementa el malestar psicológico en universitarios, además, de no brindarse atención oportuna, la población universitaria puede optar por alternativas desadaptativas para afrontar el malestar, encontrando como la más típica la deserción (Matud et al., 2020).

1.3. Estudios previos

En cuanto a la interacción entre las variables de estudio, investigaciones recientes han observado el efecto positivo que el estrés y cansancio emocional pueden tener sobre el malestar psicológico, mientras que el apoyo social tiende a ser un factor protector en estudiantes universitarios. En Australia, se encontró que los estudiantes que experimentan mayor estrés también tendrán mayor malestar psicológico, no obstante, la variable apoyo social, actúa como factor protector frente al malestar (Tindle y Moustafa, 2022). En Indonesia, se investigó la predictibilidad del malestar psicológico en universitarios, hallando que el apoyo de amigos actuó como principal protector del malestar, siendo este factor el que demostró la mayor capacidad explicativa (Akbar y Shaliha, 2021). Aunado a ello, en estudiantes de medicina en China se observó que el apoyo social reduce los síntomas de malestar ($\beta = -0.135$) mientras que estrés demostró ser un predictor positivo ($\beta = 0.256$) (Li et al., 2021). Por otro lado, en Arabia Saudita se explicó el malestar psicológico en estudiantes de enfermería a partir del estrés y agotamiento emocional, donde estas variables en conjunto explicaron el 52.1% de la varianza del distrés, además se halló que el cansancio emocional fue la variable que mejor predijo malestar psicológico ($\beta = 0.279$) (Andargeery et al., 2024).

En América Latina, se halló que el apoyo familiar predijo negativamente los síntomas depresivos ($\beta = -0.30$) en universitarios chilenos (Barrera-Herrera et al., 2019). Por otro lado, en adultos de Chile, un modelo de ecuaciones estructurales reafirmó el efecto indirecto del apoyo social percibido sobre el malestar (Cancino et al., 2023).

En el contexto peruano, se realizaron estudios que explicaron el malestar psicológico a partir del agotamiento emocional en universitarios de Puerto Maldonado, evidenciando una asociación directa entre ambas variables, es decir que mientras más agotado este el estudiante mayor será su sensación de sintomatología depresiva y ansiosa (Estrada-Araoz, Gallegos-Ramos, et al., 2024). Así también, se observó que el apoyo social y malestar psicológico presentan asociaciones negativas ($\rho = -0.526$) además de sus dimensiones; apoyo familiar ($\rho = -0.575$) apoyo de amigos ($\rho = -0.501$) y otros significativos ($\rho = -0.518$) (Estrada-Araoz, León-Hancco, et al., 2024).

A partir de lo expuesto, si bien se presenta evidencia de asociación entre las variables propuestas, es preciso realizar la presente investigación puesto que, a pesar de la creciente importancia de los problemas en salud mental en contexto universitario (Li et al., 2025); no todos los estudios han abordado la interacción conjunta de estas variables como factores asociados al malestar psicológico en universitarios, especialmente en Perú, donde los artículos sobre el tema son escasos. Además, resulta necesario desarrollar estudios bajo el análisis de ecuaciones estructurales, ya que ello permitirá una comprensión más profunda de los fenómenos asociativos, debido a su capacidad para estimar relaciones complejas entre variables (Zyphur et al., 2023). Por tanto y considerando el conocimiento recopilado, el objetivo general de estudio es determinar como la interacción entre apoyo social, estrés y cansancio emocional configuran el malestar psicológico en estudiantes universitarios, de manera específica se presentan las siguientes hipótesis:

H1: Existe una relación positiva entre apoyo familiar y estrés.

H2: Existe una relación negativa entre apoyo de amigos y estrés.

H3: Existe una relación positiva entre apoyo de otros significativos y estrés.

H4: Existe una relación negativa entre apoyo de amigos y distrés.

H5: Existe una relación negativa entre apoyo de otros significativos y distrés.

H6: Existe una relación positiva entre distrés y cansancio emocional.

H7: Existe una relación negativa entre eustrés y malestar psicológico.

H8: Existe una relación positiva entre distrés y malestar psicológico

H9: Existe una relación positiva entre cansancio emocional y malestar psicológico.

2. Método

2.1. Diseño

Se desarrolló un estudio empírico, de diseño explicativo y corte transversal, considerando los modelos de ecuaciones estructurales con variables exógenas y endógenas (Ato et al., 2013).

2.2. Participantes

El muestreo fue no probabilístico intencional (Otzen y Manterola, 2017). Se estimó el tamaño de la muestra mínima en base a la calculadora digital de Daniel Soper, herramienta utilizada para estudios que adoptan análisis SEM. Se contempló los tamaños mínimos de efecto previsto (0.20), con una potencia de (0.80), considerando 6 variables latentes y 45 observadas, con un nivel de probabilidad del 0.05, dando como resultado la participación de 425 sujetos (Soper, 2026). En vista que se logró encuestar una mayor cantidad a la prevista, la muestra se conformó por 580 estudiantes universitarios de Juliaca. Sus edades oscilaron entre 18 a 30 años ($M = 21.0$; $DE = 2.43$) donde (59.5%) fueron mujeres. En relación a la facultad a la que pertenecen, (45.5%) reportaron ser de la facultad de ciencias de la salud, (27.2%) de ingenierías, (23.8%) de ciencias empresariales y (3.4%) de ciencias de la educación. Los criterios de inclusión fueron: ser mayor de edad, aceptar ser participe del estudio de manera voluntaria y contar con plan de estudios vigente. Por otro lado, se excluyó a todo estudiante que no dio su consentimiento informado y aquellos que presentaban aquiescencia en sus respuestas.

2.3. Instrumentos

Se aplicó la Escala Multidimensional de Apoyo Social Percibido, creada por Zimet et al. (1988), y validada en universitarios peruanos (Nicho-Almonacid et al., 2023). El instrumento cuenta con 12 ítems que se dividen en 3 factores (familia, amigos y otros significativos). Presenta opciones de respuesta tipo Likert que son (Casi nunca = 1; A veces = 2; Con frecuencia = 3; y Casi siempre o siempre = 4). La validez de constructo presentó índices de ajuste aceptables ($CFI = .99$; $TLI = .98$; $RMSEA = .084$; $SRMR = .027$), además de coeficientes de consistencia interna óptimos ($\omega = .97$ para el factor general, $\omega = .90$ para la dimensión amigos, $\omega = .96$ para la dimensión familia y $\omega = .93$ para la dimensión otros significativos).

La escala de Estrés Percibido diseñada por Cohen, fue adaptada al contexto universitario peruano por Guzmán-Yacaman y Reyes-Bossio (2018), se compone por 13 ítems que forman un instrumento de dos factores que son; eustrés y distrés. Tiene cinco opciones de respuesta (Nunca = 0; Casi nunca = 1; De vez en cuando = 2; Frecuentemente = 3 y Casi siempre = 4). La escala evidenció validez de constructo ($CFI = .951$, $TLI = .940$, $RMSEA = .067$), además de demostrar ser confiable por consistencia interna ($\alpha = .79$ para el factor eustrés y $\alpha = .77$ para el factor distrés).

Así también, se utilizó la Escala de Cansancio Emocional desarrollada por Ramos et al. (2005), cuenta con una adaptación en estudiantes universitarios del Perú (Dominguez, 2014). Consta de 10 ítems que forman un solo factor, posee cinco opciones de respuesta (Nunca = 1; Pocas veces = 2; A veces = 3; Con frecuencia = 4 y Siempre = 5). Demostró validez de constructo, alcanzando buenos índices de ajuste para el modelo unidimensional (CFI= .895; GFI= .911; RMR=.056), mientras que la consistencia interna fue adecuada ($\alpha = .87$).

Para evaluar el malestar psicológico, se utilizó la Escala de Malestar Psicológico de Kessler (Kessler y Morczek, 1994). Fue adaptada al contexto peruano por Arias et al. (2019), consta de 10 ítems que explican un solo factor, presentando cinco opciones de respuesta que son (Nunca = 1; Casi nunca = 2; A veces = 3; Casi siempre = 4; y Siempre = 5). Referente la validez basada en el constructo, se reportan índices de ajuste del modelo adecuados (GFI = .988, NFI = .981, RFI = .976, RMR = .054). Además, evidencia confiabilidad por consistencia interna óptima ($\alpha = .89$).

2.4. Análisis de datos

Para el análisis descriptivo se emplearon medidas de tendencia central (Media), de dispersión (Desviación Estándar) y de distribución (Asimetría y curtosis), seguidamente se utilizaron coeficientes de correlación por R de Pearson para determinar asociación entre variables. Para el análisis del modelo estructural se utilizó el estimador MLR, robusto a la desviación de la normalidad multivariada y aplicado para variables continuas (Muthen y Muthen, 2017). Los índices de ajuste del modelo se estimaron utilizando el índice de ajuste comparativo (CFI), el error cuadrático medio de aproximación (RMSEA) y el residuo cuadrático medio estandarizado (SRMR). Se consideraron los siguientes criterios de aceptabilidad para el modelo: CFI > 0.90 (Bentler, 1990), RMSEA < 0.080 y SRMR < 0.080 (Browne y Cudeck, 1992). El análisis de datos se realizó con el paquete “lavaan” en el software R versión 4.5.2 (Rosseel, 2012).

2.5. Consideraciones éticas

La investigación contempló los principios éticos que establece la Declaración de Helsinki (Asociación Médica Mundial [AMM], 2024). Además, cuenta con la aprobación del Comité de Ética de la Universidad Peruana Unión con referencia N° 2025-CE-EPG-00186.

3. Resultados

La Tabla 1 presenta los análisis descriptivos de las variables, donde los valores de asimetría y curtosis fueron menores a 1.3, sugiriendo la ausencia de desviaciones significativas (Kline, 2016). Los análisis de correlación de Pearson evidenciaron asociaciones positivas y significativas entre eustrés y las diferentes fuentes de apoyo social percibido (familia, amigos y otros significativos; $r = .16 - .29$, $p < 0.01$). En contraste, distrés demostró relaciones negativas con apoyo de amigos y otros significativos ($r = -.14$, $p < 0.05$, en ambos casos). Por otro lado, malestar psicológico reflejó una relación positiva con distrés y cansancio emocional ($r = .59 - .67$, $p < 0.01$), mientras que con las fuentes de apoyo se asoció de manera negativa ($r = -.20 - -.27$). En adición, se observan coeficientes de consistencia interna por alfa y omega, cuyos valores oscilaron entre .77 y .91.

Tabla 1

Análisis descriptivos y matriz de correlación entre elementos

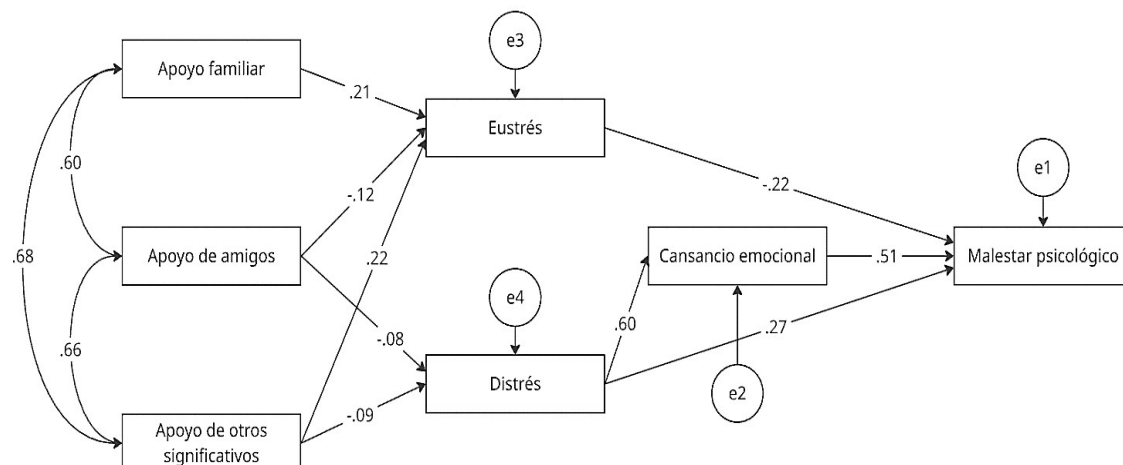
Variables	1	2	3	4	5	6	7
1. Apoyo de la familia	-						
2. Apoyo de amigos	.60	-					
3. Apoyo de otros significativos	.68	.66	-				
4. Eustrés	.29	.16	.29	-			
5. Distrés	-.09	-.14	-.14	-.04	-		
6. Cansancio emocional	-.04	-.09	-.05	.003	.60	-	
7. Malestar psicológico	-.26	-.20	-.27	-.23	.59	.67	-
Media	9.67	9.03	9.27	15.90	12.70	30.13	28.22
DS	3.07	2.98	2.81	4.52	3.51	5.80	7.11
As	.28	.35	.31	-.31	-.01	-.38	-.12
K	-.63	-.35	-.36	.56	.21	-.64	-.58
α	.83	.85	.79	.86	.77	.86	.91
ω	.83	.85	.79	.86	.77	.86	.91

Nota. DE: desviación estándar, As: asimetría, K: curtosis, α coeficiente alfa de Cronbach, ω coeficiente omega de McDonald

Los resultados del modelo de ecuaciones estructurales alcanzaron índices de ajuste adecuados (CFI = .980, TLI = .953, RMSEA = .067, SRMR = .039). Estos valores validan la relevancia de la representación del modelo. En relación con las variables, los efectos directos muestran que el apoyo familiar ($\beta = 0.21$) y el apoyo de personas significativas ($\beta = 0.22$) mostraron efectos positivos sobre el eustrés. En contraste, el apoyo de los amigos presentó un efecto negativo de menor magnitud ($\beta = -0.12$). Por otro lado, se observó que el distrés está asociado positiva y significativamente con cansancio emocional ($\beta = 0.60$), lo que indica que mayores niveles de estrés negativo aumentan el cansancio emocional. En cuanto al malestar psicológico, esta variable se explicó indirectamente por el eustrés ($\beta = -0.22$), mientras que distrés ($\beta = 0.27$) y, en mayor medida, el cansancio emocional ($\beta = 0.51$) ejercieron efectos directos. Es importante destacar que los efectos directos del apoyo de los amigos ($\beta = -0.08$, $p > 0.05$) y de otros factores significativos ($\beta = -0.09$, $p > 0.05$) sobre el malestar no fueron estadísticamente significativos. Por lo tanto, las hipótesis H4 y H5 no fueron confirmadas.

Figura 1

Análisis de ecuaciones estructurales, se observan los coeficientes betas estandarizados



4. Discusión

El objetivo del presente estudio fue evaluar como la interacción entre las variables apoyo social, estrés percibido y cansancio emocional configuran el malestar psicológico en estudiantes universitarios de Juliaca. El modelo estructural propuesto, evidencia que distrés actúa como un predictor significativo del cansancio emocional ($\beta = 0.60$) y del malestar psicológico ($\beta = 0.27$) en la población estudiada. Este hallazgo es coherente con otros estudios que reportan asociaciones positivas entre estas variables en estudiantes de educación superior (Li et al., 2021; Ramos-Vera et al., 2025). Lo mencionado encuentra respaldo en la Teoría de Demandas y Recursos del estudio, esta perspectiva propone que las exigencias curriculares como la sobrecarga de tareas, evaluaciones bajo presión, jornadas de estudio extensas y prácticas de campo implican que el estudiante este en constante desgaste de sus recursos de afrontamiento y como resultante presente deterioro en su salud (Lesener et al., 2020). En tal sentido, los estudiantes que llegan al punto de agotamiento, con frecuencia derivan en instancias donde se sienten distantes respecto a sus responsabilidades académicas, lo que puede reflejarse en su ausencia a clases o la falta de entrega de trabajos, asimismo, evidencian mayor probabilidad de experimentar consecuencias negativas como desarrollar síntomas depresivos, ideación suicida y mayor consumo de sustancias psicoactivas (Bakker & Mostert, 2024).

Por otra parte, se encontró que el factor eustrés disminuye los niveles de malestar psicológico ($\beta = -0.22$). Estos resultados encuentran respaldado en estudios previos, que señalan la importancia de adoptar estrategias de afrontamiento positivas frente al estrés, para así disminuir eficazmente el malestar psicológico (Wang & Wang, 2019). Bajo esta premisa, la evaluación cognitiva que interpreta los estímulos demandantes como positivos en lugar de amenazas, facilita el afrontamiento eficaz del estudiante frente a las exigencias de su entorno, lo cual reduce el impacto negativo del estrés sobre la salud mental (Saavedra, 2023). En la misma línea, el eustrés cumple un papel fundamental, al incrementar la capacidad resiliente de los universitarios, consolidando al estrés positivo como un protector clave del bienestar estudiantil (Serpa-Barrientos et al., 2023). En base al modelo teórico de desafíos y amenazas, el eustrés análogo del desafío, permite al individuo emplear de manera eficaz recursos de afrontamiento adaptativos, lo que a su vez incrementa su capacidad de autoeficacia y le permite controlar situaciones adversas (Uphill et al., 2019). En consecuencia, el eustrés representa un mecanismo protector clave que transforma la experiencia estresante en una oportunidad de afrontamiento eficaz, reduciendo así el malestar psicológico.

En relación a cansancio emocional se encontró que esta variable actúa como uno de los factores más sólidos que explica el malestar psicológico en universitarios de Juliaca. Esto implica que, mientras los estudiantes se encuentren más agotados, serán mayores los niveles de malestar que experimenten ($\beta = 0.51$). La asociación positiva y el tamaño del efecto hallado es coherente con diversos estudios existentes (Estrada-Araoz et al., 2024; Wu et al., 2023). Estos resultados se alinean a la teoría de la autodeterminación (SDT) propuesta por Ryan y Deci (2000), donde se postula que, si un individuo no satisface necesidades básicas como la autonomía y el sentido de competencia, su salud y bienestar subjetivo se verán afectados. Esta insatisfacción implica una ruptura entre los procesos motivacionales y volitivos que permiten a un estudiante sostener un funcionamiento óptimo en su

desenvolvimiento, y es reflejado a través de la disminución de energía, lo que incrementa a su vez la vulnerabilidad a estados de malestar subclínico (Ryan, 2020).

Respecto al efecto que generan las dimensiones de apoyo social sobre eustrés y distrés, estudios previos han documentado que el apoyo social mantiene una asociación negativa frente al estrés global, lo cual resalta su importancia como rol protector (Abdul et al., 2023; Liu et al., 2022). No obstante, estas investigaciones evalúan ambos constructos como generales lo que dificulta identificar las fuentes específicas de interacción entre dimensiones. Por ello, es necesario señalar que, bajo las diferentes fuentes de apoyo, coexisten también dos categorías que se dividen según su utilidad, en primera instancia tenemos el apoyo instrumental o práctico, que suele provenir de los compañeros y está centrado en la resolución de problemas a través de recursos tangibles (Apker, 2002). Por otra parte, está el apoyo emocional, que se centra en el acompañamiento y validación emocional que se obtiene de la familia, profesores y otras personas significativas (Ahmed et al., 2023).

Al respecto, esta investigación demostró que el apoyo familiar fue un predictor positivo del eustrés ($\beta = 0.21$), sugiriendo que la presencia de soporte en el núcleo primario incrementa la activación positiva frente a demandas. Este hallazgo se puede explicar desde el modelo amortiguador del apoyo social de Cohen y Wills (1985), que postula que los recursos interpersonales son fuente de afrontamiento que reduce la intensidad de la evaluación primaria del estímulo estresor. En la vida del estudiante universitario, el apoyo de la familia al ser una fuente emocional e instrumental, proporciona la sensación de seguridad y confianza, lo que incrementa la capacidad autónoma de afrontar retos complicados, por tanto, el apoyo que proviene de padres y otros familiares modula la forma en que se interpreta y enfrenta el estrés, convirtiendo posibles situaciones amenazantes en desafíos manejables (Rueger et al., 2016).

Se encontró también, que el apoyo de otros significativos se asocia con un incremento del estrés positivo ($\beta = 0.22$). En el contexto universitario, estos resultados resaltan la importancia de la relación entre el profesor y el estudiante, ya que el apoyo y acompañamiento que brinda un docente o mentor favorece el desarrollo de la autonomía estudiantil, lo que se asocia a un mejor ajuste psicológico y mitiga la aparición de estrés y ansiedad en los estudiantes (Wang, 2023). Así también, desde la teoría del apego, figuras significativas como la pareja, pueden constituir un lugar seguro para el individuo, lo cual favorece la disminución de activación fisiológica y cognitiva desadaptativa frente a las demandas, incrementando la capacidad de afrontamiento en base a la validación emocional (Mikulincer & Shaver, 2007). En síntesis, los apoyos que proveen ayuda instrumental y emocional no solo amortiguan los efectos negativos del estrés, sino que construyen activamente interpretaciones positivas de los estímulos académicos, lo cual favorece los procesos adaptativos del estudiante.

En contraste, aunque con un tamaño del efecto menor, el apoyo entre pares mostró un efecto negativo sobre el eustrés ($\beta = -0.12$). Este hallazgo debe interpretarse considerando que el apoyo entre pares en el contexto académico no siempre es beneficioso. Especialmente en entornos que representan una fuente constante de estrés, como la universidad (Pit et al., 2018). En este sentido, la evidencia psicobiológica indica que los amigos pueden sincronizar sus respuestas afectivas y fisiológicas al estrés; es decir, es probable que los compañeros cercanos internalicen estas respuestas a través de la interacción interpersonal continua (Cook & Stroud,

2022). Además, se ha documentado que, durante la etapa universitaria, los estudiantes tienden a fortalecer las relaciones con sus compañeros en mayor medida, debido a la interacción constante que mantienen (Lee & Robbins, 2000). En consecuencia, la amistad es una de las fuentes de apoyo más frecuentes en la vida universitaria. Por lo tanto, es de esperar que cuando un miembro de esta red experimenta conflictos, adversidades o altos niveles de estrés, eventualmente comparta estas experiencias con sus amigos, lo que podría tener consecuencias negativas para su salud mental (Yang et al., 2024). Desde esta perspectiva, el apoyo de los amigos no siempre fortalece las estrategias de afrontamiento adaptativas, ya que en contextos donde el estrés es constante, esta fuente de apoyo puede funcionar más como un mecanismo para transmitir el estrés que como una fuente de apoyo.

Finalmente, el apoyo de amigos ($\beta = -0,08$) y de personas significativas ($\beta = -0,09$) mostró efectos negativos, pero no significativos, sobre el malestar, por lo que rechazamos las hipótesis H4 y H5. Al respecto, Çivitci (2015) explica que distrés causado por la exposición al estrés puede exceder los recursos que ofrecen las redes de apoyo informales y, al igual que con la ansiedad y la depresión, requiere intervención profesional. Por otro lado, la vida familiar suele considerarse una fuente de apoyo, pero a menudo se pasa por alto que implica responsabilidades y exigencias que limitan a los estudiantes universitarios para disfrutar plenamente del apoyo de amigos y compañeros (Hamdan-Mansour y Dawani, 2007), lo que aumenta el malestar. Padmanabhanunni et al. (2023) respalda este hallazgo, ya que encontraron que el estrés y la depresión estaban mejor correlacionados en estudiantes universitarios sudafricanos que percibían un mayor apoyo social, lo que sugiere que si un estudiante universitario recibía apoyo social, creaba expectativas de reciprocidad con la fuente de apoyo, expectativas que generan miedo y malestar si no se cumplen; En la misma línea, Alnazly et al. (2021) descubrieron que el apoyo social no redujo la ansiedad, la depresión ni el miedo.

4.1. Implicancias

Los hallazgos revelan la necesidad de prestar especial atención a la salud mental de la población universitaria, así como comprender la importancia el rol de los recursos interpersonales en su prevención (Akbar & Shaliha, 2021). El modelo estructural propuesto aporta una representación integrada del circuito que puede explicar el malestar psicológico en universitarios, identificando al cansancio emocional como factor clave en el proceso de deterioro de la salud, esto es concordante con la Teoría de Demandas y Recursos en el contexto estudiantil (Bakker & Mostert, 2024). Además, en base a la evidencia empírica, el abordar las variables estrés y apoyo social en base a sus dimensiones, refuerza la idea de que eustrés y distrés son constructos totalmente diferentes y que no deberían ser evaluados como una percepción global de estrés, ya que poseen fuentes de activación y consecuencias distintas (Gong & Geertshuis, 2023). Así también, considerando que el cansancio emocional y el malestar psicológico presentan los mayores promedios en la muestra estudiada, se hace llamado a las instancias de bienestar universitario para que puedan implementar estrategias de intervención focalizadas, que tengan por objetivo el fortalecimiento de recursos intrapersonales como la resiliencia, autonomía y motivación.

4.2. Limitaciones

A pesar de las contribuciones de este estudio, es necesario considerar las siguientes limitaciones para interpretar los hallazgos con cautela. En primer lugar, el diseño transversal no permite inferir causalidad debido a su naturaleza. En consecuencia, los niveles de cansancio emocional, malestar psicológico, estrés percibido y apoyo social pueden presentar fluctuaciones temporales. En segundo lugar, el uso de muestreo no probabilístico restringió la muestra exclusivamente a estudiantes de Juliaca, lo que limita la generalización y extrapolación de estos hallazgos a contextos similares. Finalmente, el uso de instrumentos de autoinforme pudo haber introducido un sesgo de deseabilidad social, así como posibles dificultades de comprensión entre los participantes. Además, dado que todas las variables del estudio se midieron mediante autoinformes administrados en un único momento, la varianza del método común (VMC) pudo haber contribuido a una sobreestimación de algunas de las asociaciones entre constructos. Por consiguiente, se recomienda que futuras investigaciones aumenten el tamaño de la muestra y empleen muestreo probabilístico; además, se sugiere incorporar diseños longitudinales y procedimientos específicos para evaluar y controlar la VMC.

5. Conclusiones

La presente investigación contribuye a la comprensión del malestar psicológico a partir de la interacción entre el apoyo social, el estrés y cansancio emocional en estudiantes universitarios. Además, los resultados aportan evidencia que impulsa la creación de intervenciones para mejorar los recursos de afrontamiento ante las exigencias universitarias. Concluimos que distrés y cansancio emocional explican en gran medida el malestar psicológico. Asimismo, el apoyo de la familia y otras personas significativas actúa como un factor que promueve el estrés positivo, mientras que el apoyo de los amigos lo disminuye.

Referencias

- Abdul, N., Baharudin, N. & Alias, N. (2023). Association between Stress and Social Support Perceived among Undergraduate Health Sciences Student. *The Malaysian journal of medical sciences: MJMS*, 30(3), 176–183. <https://doi.org/10.21315/mjms2023.30.3.16>
- Ahmed, A., Almishaal, A., Hassan, S., Kamel, R. Atteya, M. Obeidat, S. Abdelmaguid, H. Alanazi, A, Villacorte, L. & Alghatani, F. (2023). Types and Sources of Social Support Accessible to University Students with Disabilities in Saudi Arabia during the COVID-19 Pandemic. *Healthcare*, 11(4), 464. <https://doi.org/10.3390/healthcare11040464>
- Akbar, Z. & Shaliha, M. (2021). Coping Strategy, Social Support, and Psychological Distress Among University Students in Jakarta, Indonesia During the COVID-19 Pandemic. *Frontiers in Psychology*, 25, 2-7. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.694122>
- Alnazly, E., Khraisat, O. M., Al-Bashaireh, A. M., & Bryant, C. L. (2021). Anxiety, depression, stress, fear and social support during COVID-19 pandemic among Jordanian healthcare workers. *PLOS ONE*, 16(3), e0247679. <https://doi.org/10.1371/JOURNAL.PONE.0247679>
- Andargeery, S. Taani, M. Alhalwani, R. & El-Gazar, H. (2024). Psychological Distress, Academic Stress, and Burnout among Saudi Undergraduate Nursing Students. *Journal of Clinical Medicine*, 13(12), 3357. <https://doi.org/10.3390/jcm13123357>

- Apker, J. (2022). College student accounts of coping and social support during COVID-19 impacted learning. *Communication Quarterly*, 70(3), 296-316.
<https://doi.org/10.1080/01463373.2022.2051574>
- Arias, W. Rivera, R. & Ceballos, K. (2019). Confiabilidad y estructura factorial de la Escala de Malestar Psicológico de Kessler en estudiantes universitarios de Arequipa (Perú). *Archivos de Medicina (Col)*, 19(2), 387-395.
<https://doi.org/10.30554/archmed.19.2.2854.2019>
- Ato, M. López-García, 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>
- Bakker, A. & Demerouti, E. (2017). Job demands–resources theory: Taking stock and looking forward. *Journal of Occupational Health Psychology*, 22(3), 273–285.
<https://doi.org/10.1037/ocp0000056>
- Bakker, A.B. & Mostert, K. (2024). Study Demands–Resources Theory: Understanding Student Well-Being in Higher Education. *Educational Psychology Review*, 36(92), 2-29. <https://doi.org/10.1007/s10648-024-09940-8>
- Barrera-Herrera, A. Neira-Cofré, M. Raipán-Gómez, P. Riquelme-Lobos, P. & Escobar B. (2019). Apoyo social percibido y factores sociodemográficos en relación con los síntomas de ansiedad, depresión y estrés en universitarios chilenos. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 24(2), 105-115.
<https://doi.org/10.5944/rppc.23676>
- Barreto, D. & Salazar, H. (2021). Agotamiento Emocional en estudiantes universitarios del área salud. *Universidad y Salud*, 23(1), 30-39. <https://doi.org/10.22267/rus.212301.211>
- 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 as-sessing model fit. *Sociological Methods & Research*, 21(2), 230–258. <https://doi.org/10.1177/0049124192021002005>
- Cancino, V. Terán-Mendoza, O. & Medina-Valdebenito, D. (2024). Malestar psicológico y envejecimiento: Análisis psicométrico del DASS-21 y relaciones estructurales con calidad de sueño y apoyo social. *Anuario de Psicología*, 54(1), 55-62.
<https://doi.org/10.1344/ANPSIC2024.54/1.6>
- Ciacchini, R. Villani, S. Miniati, M. Orrù, G. Gemignani, A. & Conversano, C. (2025). Addressing Psychological Distress in College Students Through Mindfulness Training: A Pre–Post Intervention Across Three Cohorts with Different Delivery Methods. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 22(7), 1027.
<https://doi.org/10.3390/ijerph22071027>
- Çivitci, A. (2015). The moderating role of positive and negative affect on the relationship between perceived social support and stress in college students. *Kuram ve Uygulamada Egitim Bilimleri*, 15(3), 565–573. <https://doi.org/10.12738/estp.2015.3.2553>
- Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin*, 98(2), 310–357. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.98.2.310>
- Cook, E., C. & Stroud, L. (2022). Costs of caring: Synchrony in salivary alpha amylase, heart rate, and negative affect in adolescents' close friendships. *Biological Psychology*, 175, 2-3. <https://doi.org/10.1016/j.biopsycho.2022.108447>

- Chui, H. Valdivia, M. Valdivia, Arias, M. y Pérez, K. (2023). Síndrome de burnout en universitarios durante la pandemia por el coronavirus. *Horizontes*, 7(28), 784 – 792. <https://doi.org/10.33996/revistahorizontes.v7i28.554>
- Dominguez, S., A. (2014). Escala de Cansancio Emocional: estructura factorial y validez de los ítems en estudiantes de una universidad privada. *Avances en Psicología: Revista de la Facultad de Psicología y Humanidades*, 22(1), 89-97. <https://doi.org/10.33539/avpsicol.2014.v22n1.275>
- Espíndola, J. Morales-Carmona, F. Díaz, E. Pimentel, D. Meza, P. Henales, C. Carreño, J. Ibarra, A. (2006). Malestar psicológico: algunas de sus manifestaciones clínicas en la paciente gineco-obstétrica hospitalizada. *Perinatología y reproducción humana*, 20(4), 112-122. https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0187-53372006000200008
- Estrada Araoz, E. G., Cruz-Huisa, R. M., Quispe-Mamani, Y. A., Roque-Huanca, E. O., Yabar-Miranda, P. S., Incacutipa-Limachi, D. J., Jinez-García, E. L., Paccosoncco-Quispe, O., Paredes-Valverde, Y., & Quispe-Herrera, R. (2023). Trastornos Mentales Comunes y Cansancio Emocional en Estudiantes Universitarios: Un Estudio Correlacional. *Journal of Law and Sustainable Development*, 11(6), e1150. <https://doi.org/10.55908/sdgs.v11i6.115>
- Estrada-Araoz, E. Gallegos-Ramos, N. Huamani-Pérez, M. Malaga-Yllpa, Y. & Quispe-Aquise, J. (2024). Psychological distress as a predictor of emotional exhaustion in university students: a cross-sectional study. *Sapienza*, 5(3), 1-10. <https://doi.org/10.51798/sijis.v5i3.793>
- Estrada-Araoz, E. León-Hanco, L. Aviléz-Puma, Basilide, Yupanqui-Pino, E. & Larico-Uchamaco, G. (2024). Apoyo social percibido y malestar psicológico en una muestra de estudiantes universitarios peruanos. *Salud, Ciencias y Tecnología*, 4, 833-0. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9482096>
- Festinger, L. (1954). A theory of social comparison processes. *Human Relations*, 7(2), 117–140. <https://doi.org/10.1177/001872675400700202>
- Gong, W. & Geertshuis, S., A. (2023). Distress and eustress: an analysis of the stress experiences of offshore international students. *Frontiers in Psychology*, 14:1144767. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1144767>
- Guzmán-Yacaman, J. & Reyes-Bossio, M. (2018). Adaptación de la Escala de Percepción Global de Estrés en estudiantes universitarios peruanos. *Revista de Psicología (PUCP)*, 36(2), 719-750. <http://dx.doi.org/10.18800/psico.201802.012>.
- Hamdan-Mansour, A. M., & Dawani, H. A. (2007). Social Support and Stress Among University Students in Jordan. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 6(3), 442–450. <https://doi.org/10.1007/S11469-007-9112-6>
- Kessler, R. & Mroczek, D. (1994). Final versión of our non-specific psychological distress scale. Ann Arbor, MI: Survey Research Center of the Institute for Social Research. <https://www.scienceopen.com/document?vid=2987d9ec-beca-4fc6-a58a-a6ede4f532b3>
- Kline, R.B. (2016). Principios y práctica del modelado de ecuaciones estructurales (4.ª ed.). The Guilford Press.
- Lazarus, R. & Folkman, S. (1984). Stress, Appraisal, and Coping. New York: Springer.
- Lesener, T. Pleiss, L. Gusy, B. & Wolter, C. (2020). The Study Demands-Resources Framework: An Empirical Introduction. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(4), 5183. <https://doi.org/10.3390/ijerph17145183>

- Lee, R.M. & Robbins, S.B. (2000). Understanding Social Connectedness in College Women and Men. *Journal of Counseling & Development*, 78: 484-491.
<https://doi.org/10.1002/j.1556-6676.2000.tb01932.x>
- Li, Q. Li, J. & Fan, Y. (2025). Addressing mental health in university students: a call for action. *Frontiers in public health*, 13, e1614999.
<https://doi.org/10.3389/fpubh.2025.1614999>
- Li, Z. Yi, X. Zhong, M. Li, Z. Xiang, W. Wu, S. & Xiong, Z. (2021). Psychological Distress, Social Support, Coping Style, and Perceived Stress Among Medical Staff and Medical Students in the Early Stages of the COVID-19 Epidemic in China. *Frontiers in Psychiatry*, 31, e664808. <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2021.664808>
- Liu, Y., & Cao, Z. (2022). The impact of social support and stress on academic burnout among medical students in online learning: The mediating role of resilience. *Frontiers in Public Health*, 10, 938132. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.938132>
- Matud, M. Díaz, A. Bethencourt, J. & Ibáñez, I. (2020). Stress and Psychological Distress in Emerging Adulthood: A Gender Analysis. *J Clin Med*, 9(9), e2859.
<https://doi.org/10.3390/jcm9092859>
- Mikulincer, M., & Shaver, P. (2007). Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change. The Guilford Press. <https://psycnet.apa.org/record/2007-12400-000>
- Ministerio de la Salud. (2025a). *Establecimientos del Minsa atendieron más de 250 000 casos de depresión a lo largo del año 2024*.
<https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/1088925-establecimientos-del-minsa-atendieron-mas-de-250-000-casos-de-depresion-a-lo-largo-del-ano-2024>
- Ministerio de la Salud. (2025b). *Minsa: jóvenes entre 18 y 29 años realizan mayor número de consultas por salud mental a través de la Línea 113*.
<https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/1227865-minsa-jovenes-entre-18-y-29-anos-realizan-mayor-numero-de-consultas-por-salud-mental-a-traves-de-la-linea-113>
- Mosqueda-Díaz, A. Gonzáles-Carvajal, J. Dahrbaun-Solis, N. Jofré-Montoya, P. Caro-Castro, A. Campusano-Coloma, E. Escobar-Rios, M. (2016). Malestar psicológico en estudiantes universitarios: una mirada desde el modelo de promoción de la salud. *SANUS Revista de Enfermería*, 1(1), 48-57. <https://doi.org/10.36789/sanus.vi1.58>
- Muthen, L., & Muthen, B. (2017). MPlus user's guide (8th ed.).
https://www.statmodel.com/html_ug.shtml
- Nicho-Almonacid, T. Melendrez-Ugarte, D. Palacios-Mizare, M. Gutierrez, M. & Olivas-Ugarte, L. (2023). Escala Multidimensional de Apoyo Social Percibido (MSPSS): propiedades psicométricas en universitarios peruanos. *Propósitos y Representaciones*, 11(3), e1874. <https://doi.org/10.20511/pyr2023.v11n3.1874>
- Otzen, T. & Manterola, C. (2017). Técnicas de Muestreo sobre una Población a Estudio. *International Journal of Morphology*, 35(1), 227-232. <http://dx.doi.org/10.4067/S0717-95022017000100037>
- Padmanabhanunni, A., Pretorius, T. B., & Isaacs, S. A. (2023). We Are Not Islands: The Role of Social Support in the Relationship between Perceived Stress during the COVID-19 Pandemic and Psychological Distress. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(4), 3179. <https://doi.org/10.3390/IJERPH20043179>
- Parveen, K. Raiyan, A. Ahammed, E. Islam, A. Afrin, N. & Afsara, A. (2025). Mental Health Crisis in Medical Students: A Study on Depression, Anxiety, and Associated Risks. *Bangl J Food Nutr*, 2(1), 48-56. <https://doi.org/10.70945/bjfn.2025.v02i01.021>

- Pit, A. Oprescu, F., & Tapia, G. (2018). An exploratory study of students' weekly stress levels and sources of stress during the semester. *Active Learning in Higher Education*, 19(1): 146978741773119 <https://doi.org/10.1177/1469787417731194>
- Ramos, F. Manga, D. & Moran, C. (2005). Escala de Cansancio Emocional (ECE) PARA ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS: PROPIEDADES PSICOMÉTRICAS Y ASOCIACIÓN. 6º congreso Virtual de Psiquiatría. Interpsiquis, Febrero 2005. https://www.researchgate.net/profile/Maria-Consuelo-Astorga/publication/271846180_Escala_de_cansancio_emocional_ECE_para_estudiantes_universitarios/links/5888d718a6fdcc9a35c13ff1/Escala-de-cansancio-emocional-ECE-para-estudiantes-universitarios.pdf
- Ramos-Vera, C. Basauri-Delgado, M. Calizaya-Mila, Y. & Saintila, J. (2025). Exploring the Mediation of Stress and Emotional Exhaustion on Academic Ineffectiveness and Cynicism Among University Students. *Psychiatry Investigation*, 22(4), 365-374. <https://doi.org/10.30773/pi.2024.0111>
- Reyna, C. Mola, D. & Correa, S. (2019). Escala de Estrés Percibido: análisis psicométrico desde la TCT y la TRI. *Ansiedad y Estrés*. 25(2), 138-147. <https://doi.org/10.1016/j.anyes.2019.04.003>
- Rosseel, Y. (2012). Lavaan: an R package for structural equation modeling. *Journal of Statistical Software*, 48(2), 1-93. <http://dx.doi.org/10.18637/jss.v048.i02>
- Rubio, J. & Cuadra, D. (2022). Teorías Subjetivas respecto del apoyo social percibido del profesor en estudiantes secundarios. *Revista de estudios y experiencias en educación*, 21(47), 31-49. <http://dx.doi.org/10.21703/0718-5162202202102147002>
- Rueger, S. Y., Malecki, C. K., Pyun, Y., Aycok, C., & Coyle, S. (2016). A meta-analytic review of the association between perceived social support and depression in childhood and adolescence. *Psychological Bulletin*, 142(10), 1017-1067. <https://doi.org/10.1037/bul0000058>
- Ryan, N. (2000). Key factors influencing psychological distress in university students: the effects of tertiary entrance scores. *Studies in Higher Education*, 47(3), 630-642. <https://doi.org/10.1080/03075079.2020.1776245>
- Ryan, N. & Deci (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55(1), 68-78. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.68>
- Saavedra, C. (2023). Eustrés y Distrés: Revisión Sistemática de la Literatura. *Cuadernos Hispanoamericanos de Psicología*, 22(2), 1-17. <https://revistas.unbosque.edu.co/index.php/CHP/article/view/4415/3553>
- Serpa-Barrientos, A., Calvet, M. Díaz, A. Pareja, F. Rivas, L. Ayala, F. & Saintila, J. (2023). The relationship between positive and negative stress and posttraumatic growth in university students: the mediating role of resilience. *BMC Psychol* 11, 348. <https://doi.org/10.1186/s40359-023-01400-2>
- Schaufeli, W. B., Martínez, I. M., Pinto, A. M., Salanova, M., & Bakker, A. B. (2002). Burnout and Engagement in University Students: A Cross-National Study: A Cross-National Study. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 33(5), 464-481. <https://doi.org/10.1177/0022022102033005003>
- Soper, D. (2026). *Calculadora de tamaño de muestra a priori para modelos de ecuaciones estructurales*. <https://www.danielsoper.com/statcalc/calculator.aspx?id=89>

- Tindle, R. Hemi, A. & Moustafa, A. (2022). Social support, psychological flexibility and coping mediate the association between COVID-19 related stress exposure and psychological distress. *Scientific Reports*, 12(8688). <https://doi.org/10.1038/s41598-022-12262-w>
- Uphill, M., A. Rossato, C. Swain, J. & O'Driscoll, J. (2019). Challenge and Threat: A Critical Review of the Literature and an Alternative Conceptualization. *Frontiers in Psychology*, 10:1255. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.01255>
- Uchino, B. (2009). Understanding the links between social support and physical health: A lifespan perspective with emphasis on the separability of perceived and received support. *Perspectives on Psychological Science*, 4(3), 236–255. <https://doi.org/10.1111/j.1745-6924.2009.01122.x>
- Wang, T. (2023). Teachers as the agent of change for student mental health: the role of teacher care and teacher support in Chinese students' well-being. *Frontiers in Psychology*, 14:1283515. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1283515>
- Wang, Y. & Wang, P. (2019). Perceived stress and psychological distress among chinese physicians. *Medicine (Baltimore)*, 98(23). <http://dx.doi.org/10.1097/MD.00000000000015950>
- World Health Organization. (2025a). *La salud mental de los adolescentes*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>
- World Health Organization. (2025b). *WHO/Europe to launch quality standards for child and youth mental health care*. <https://www.who.int/europe/news-room/events/item/2025/03/27/default-calendar/who-europe-to-launch-quality-standards-for-child-and-youth-mental-health-care>
- World Medical Association. (2024). *Declaración de Helsinki de la AMM-Principios éticos para las investigaciones médicas en seres humanos*. <https://www.wma.net/es/policies-post/declaracion-de-helsinki-de-la-amm-principios-eticos-para-las-investigaciones-medicas-en-seres-humanos/>
- Wu, Q. Qi, T. Wei, J. & Shaw, A. (2023). Relationship between psychological detachment from work and depressive symptoms: indirect role of emotional exhaustion and moderating role of self-compassion. *BMC Psychology*, 11(334). <https://doi.org/10.1186/s40359-023-01384-z>
- Yang, M., Perez-Rojas, A., & Miller, M. J. (2024). The interplay of friendship stress, social support, and optimism on psychological distress in college students. *Counselling Psychology Quarterly*, 37(4), 743–760. <https://doi.org/10.1080/09515070.2024.2304299>
- Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., & Farley, G. K. (1988). The Multidimensional Scale of Perceived Social Support. *Journal of Personality Assessment*, 52(1), 30–41.
- Zyphur, M. J., Bonner, C. V., & Tay, L. (2023). Structural equation modeling in organizational research: The state of our science and some proposals for its future. *Annual Review of Organizational Psychology and Organizational Behavior*, 10, 495–517. <https://doi.org/10.1146/annurev-orgpsych-041621-031401>

Anexos

Anexo 1: Evidencia de sumisión y revisión de pares

Frontiers in Education Editorial Office <education.editorial.office@frontiersin.org>

Para: @ emanuelapaza

Mar 19/05/2026 22:20

Parte del contenido de este mensaje se ha bloqueado porque el remitente no está en la lista de remitentes seguros.

Mostrar contenido Informar

Traducido de Inglés

Mostrar mensaje original Activar la traducción automática

Estimado Dr. Apaza Calla

Gracias por enviar tu manuscrito "Apoyo social percibido, estrés percibido, fatiga emocional y malestar psicológico entre estudiantes universitarios: un análisis de ecuaciones estructurales" a Frontiers in Education, sección Educación Superior

Puedes seguir el progreso de tu manuscrito en nuestro foro de reseñas usando este enlace: <http://review.frontiersin.org/review/1886094/0/0>

Tu manuscrito está ahora en la fase inicial de validación, pasando por controles rutinarios de calidad y, si cumple con los criterios [esenciales de integridad en la investigación y editoriales](#), será enviado para revisión por pares.

Una vez activado el foro interactivo de reseñas, se te notificará y podrás leer los informes de revisión y enviar tus revisiones.

Si tienes alguna pregunta, puedes contactar directamente con la redacción respondiendo a este mensaje

Un cordial saludo,

Con los mejores saludos,

Oficina editorial de Fronteras en la Educación
Oficina Editorial, Frontiers in Education
<https://www.frontiersin.org/>

Frontiers in Education Editorial Office <education.editorial.office@frontiersin.org>

Para: @ emanuelapaza

Jue 04/06/2026 3:02

Parte del contenido de este mensaje se ha bloqueado porque el remitente no está en la lista de remitentes seguros.

Mostrar contenido Informar

Traducido de Inglés

Mostrar mensaje original Activar la traducción automática

Estimado Dr. Apaza Calla,

La Oficina Editorial de Frontiers in Education te ha enviado un mensaje. Por favor, haz clic en 'Responder' para enviar una respuesta directa

La revisión interactiva de tu manuscrito "Apoyo social percibido, estrés percibido, fatiga emocional y angustia psicológica entre estudiantes universitarios: un análisis de ecuaciones estructurales" presentada a Frontiers in Education ya ha sido activada.

Los revisores recomendaron que hicieras pequeñas modificaciones a tu manuscrito. Por favor, responde en los próximos 7 días a todos los comentarios planteados por los revisores y el editor en el foro de reseñas en línea. Si un revisor ha finalizado la reseña y la discusión en la pestaña de Revisor está cerrada, deberías enviar una respuesta a los comentarios pendientes en un nuevo hilo en la pestaña Editor. Si es necesario, también puedes enviar una versión revisada de tu manuscrito en ese momento. Te animamos a enviar tus documentos con los cambios registrados para resaltar las revisiones.

Puede haber más de una iteración entre autores y revisores, pero solo cuando todos los comentarios de cada revisor han sido abordados con éxito la revisión podrá finalizarse.

Para acceder al foro de reseñas y responder a los revisores, por favor haga clic en el siguiente enlace:
<https://review.frontiersin.org/review/bootstrap/b8918cce-a214-4a7b-959a-c42d54f24d26>

Revista: Fronteras en la educación
Tipo de artículo: Investigación original
Título del manuscrito: Apoyo social percibido, estrés percibido, fatiga emocional y malestar psicológico entre estudiantes universitarios: un análisis de ecuaciones estructurales
ID del manuscrito: 1886094
Autores: Emanuel Humberto Apaza Calla, Brighite Wendy Apaza-Calla y Eddy Wildmar Aquize Anco
Enviado el: 20 de mayo de 2026
Reseña interactiva iniciada el: 04 jun 2026

Revista: Frontiers in Education

Fecha de sumisión: 19 de mayo de 2026

URL: <https://www.frontiersin.org/journals/education>

Anexo 2: Aprobación del comité de ética



Ñaña, Lima, 4 de septiembre de 2025

EL COMITÉ DE ÉTICA DE LA ESCUELA DE POSGRADO DE LA UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN

CONSTA

Que el proyecto de investigación del investigador Emanuel Humberto Apaza Calla identificado con DNI N° 71459568, Brighite Wendy Apaza Calla identificado con DNI N° 72461965, y su asesor Eddy Wildmar Aquize Anco, identificado con DNI N° 70166720, con título "Apoyo social, estrés, cansancio emocional y malestar psicológico en universitarios: Un análisis de ecuaciones estructurales", fue evaluado y aprobado por el Comité de Ética de Investigación de la Escuela de Posgrado de la Universidad Peruana Unión, considerando su calidad científica, el bienestar de sus participantes y la conformidad en función de los estándares establecidos en el Código de Ética para la Investigación de la Universidad Peruana Unión. Para mantener la aprobación del Comité de Ética, se tiene que cumplir con los siguientes requisitos:

- 1) Cada participante debe dar consentimiento informado. En el caso de menores de edad, por lo menos uno de sus padres o guardianes debe registrar su consentimiento informado y el menor de edad debe registrar su asentimiento informado.

Los resultados de este proyecto puedan ser publicados con referencia a aprobación Número **2025-CE-EPG-00186**

Dr. Daniel Richard Pérez
Presidente
Comité de Ética de Escuela de Posgrado

Mg. Geraldine Veronica Alvizuri Llerena
Secretaria
Comité de Ética de Escuela de Posgrado

Villa Unión – Ñaña, altura Km. 19 de la Carretera Central, Lurigancho – Chosica, Lima 15, Perú
Teléfono: (01) 618-6300 Fax: 618-6364 E-mail: posgradoprocesosinvestigacion.epg@upeu.edu.pe