

UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN

ESCUELA DE POSGRADO

Unidad de Posgrado de Psicología



**Influencia del cansancio emocional y autoeficacia académica
sobre la calidad de vida en estudiantes de posgrado de Lima**

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

Autoras:

Karen Milagros Chávez Pinedo
Kiara Olenka Haya Villegas

Asesora:

Mg. Ruth Evelyn Quiroz Soto

Lima, junio de 2025

DECLARACIÓN JURADA DE ORIGINALIDAD DE TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

Yo Ruth Evelyn Quiroz Soto, docente de la Unidad de Posgrado de Psicología, Escuela de Posgrado de la Universidad Peruana Unión.

DECLARO:

Que la presente investigación titulada: **“Influencia del cansancio emocional y autoeficacia académica sobre la calidad de vida en estudiantes de Posgrado de Lima”** de las autoras Karen Milagros Chávez Pinedo y Kiara Olenka Haya Villegas tiene un índice de similitud de 9% 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 24 días del mes de junio. del año 2025



Mg. Ruth Evelyn Quiroz Soto

Asesora

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

En Lima, Ñaña, Villa Unión, a 19 días día(s) del mes de junio del año 2025 siendo las 10:00 horas, se reunieron los miembros del jurado en la Universidad Peruana Unión Campus Lima, bajo la dirección del (de la) presidente(a):

Dra. Damaris Susana Quinteros Zúñiga, el (la) secretario(a): Mg. Sara Esther Richard Pérez y los demás miembros: Mg. Esther Edelmira Méndez Zavaleta y el (la) asesor(a) Mg. Ruth Evelyn Quiroz Soto

con el propósito de administrar el acto académico de sustentación del trabajo de investigación titulado: "Influencia del cansancio emocional y autoeficacia académica sobre la calidad de vida en estudiantes de posgrado en Lima"

del (de la)/(los)(las) candidato(a)s a Karen Milagros Chavez Pinedo
 b) Kiara Olenka Haya Villegas
 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): Karen Milagros Chavez Pinedo

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

Candidato/a (b): Kiara Olenka Haya Villegas

| 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.

| | | |
|-----------------|-----------------|---|
| _____ | _____ |  Mg. Sara Esther Richard Pérez Secretaria |
| Presidente/a | _____ | _____ |
| _____ | _____ | _____ |
| Asesor/a | Miembro | Miembro |
| _____ | _____ | _____ |
| Candidato/a (a) | Candidato/a (b) | Candidato/a (c) |

AGRADECIMIENTOS

Agradezco a Dios por guiar mi camino con amor y fortaleza, a mis padres por ser mi mayor inspiración y sostén, y a mi querida Universidad por brindarme las herramientas para crecer y creer en mí.

Karen

A Dios, por concederme la sabiduría, la fuerza y la perseverancia para culminar este proceso. A mis padres, por su amor y constante apoyo. Y a mi compañera de investigación, por su dedicación y trabajo compartido.

A todos, mi más sincero agradecimiento.

Kiara

DEDICATORIA

Dedico este trabajo a Dios, por ser mi luz en los días más oscuros; a mis padres, por su amor incondicional y por enseñarme a no rendirme; y a mi Universidad, por ser el espacio donde sembré sueños y hoy cosecho logros.

Karen

A mis padres, por su amor, esfuerzo y ejemplo constante. A mi asesora y dictaminadores, por su guía y compromiso durante este proceso. Y a mi compañera de investigación, por caminar a mi lado con entrega y confianza.

Este logro es también de ustedes.

Kiara

ÍNDICE

| | |
|---|----|
| Agradecimientos..... | 4 |
| Dedicatoria..... | 5 |
| Índice..... | 6 |
| Resumen..... | 9 |
| Abstract..... | 9 |
| Introducción..... | 10 |
| Materiales y método..... | 11 |
| 1. Participantes..... | 11 |
| 2. Instrumentos..... | 12 |
| 3. Proceso de recolección de datos..... | 12 |
| 4. Análisis estadístico..... | 12 |
| Resultados..... | 13 |
| Discusión..... | 15 |
| Referencias..... | 17 |
| Figuras y tablas..... | 18 |
| Anexos..... | 21 |

Influencia del cansancio emocional y autoeficacia académica sobre la calidad de vida en estudiantes de Posgrado de Lima

Influence of emotional exhaustion and academic self-efficacy on quality of life in graduate students in Lima.

Karen Milagros Chávez Pinedo¹, Kiara Olenka Haya Villegas²

¹Universidad Peruana Unión, Escuela de Posgrado de Psicología, Lima, Perú
milagroschavez@upeu.edu.pe, ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0003-9279-4599>

²Universidad Peruana Unión, Escuela de Posgrado de Psicología, Lima, Perú,
kiarahaya@upeu.edu.pe, ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0003-9279-4599>

Correspondencia:

Autor por correspondencia

milagroschavez@upeu.edu.pe

Resumen

El objetivo del presente estudio fue determinar el grado de influencia del cansancio emocional y la autoeficacia académica sobre la calidad de vida en estudiantes de Postgrado en Lima Este. Se desarrolló una investigación alineada a un diseño predictivo y de corte transversal; se contó con la participación voluntaria de 407 estudiantes cuyas edades estaban comprendidas entre 23 y 56 años ($M = 39,40$ y $DS = 9,87$) y el 67,3% eran mujeres. Los instrumentos utilizados fueron Escala de Cansancio Emocional (ECE), Escala de autoeficacia para situaciones académicas (EAPESA), Escala de Calidad de Vida de Olson y Barnes. Los resultados muestran que el cansancio emocional y la autoeficacia académica influyen significativamente sobre la calidad de vida.

Palabras claves: cansancio emocional, autoeficacia académica, calidad de vida, estudiantes, posgrado, Perú.

Abstract

The aim of this study was to determine the degree of influence of emotional exhaustion and academic self-efficacy on quality of life in graduate students in East Lima. A cross-sectional, predictive research design was developed with the voluntary participation of 407 students whose ages ranged from 23 to 56 years ($M = 39.40$ and $SD = 9.87$) and 67.3% were women. The results show that emotional exhaustion and academic self-efficacy significantly influence quality of life.

Keywords: emotional fatigue, academic self-efficacy, quality of life, students, postgraduate, Peru.