

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 11 % 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.



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	
Aprobado	19	A	Excelente	Excelencia

Candidato/a (b): Brighite Wendy Apaza Calla

CALIFICACIÓN	ESCALAS			Mérito
	Vigesimal	Literal	Cualitativa	
Aprobado	19	A	Excelente	Excelencia

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