

Estrés y rendimiento académico en universitarios iberoamericanos: Una revisión de la literatura

Stress and academic performance in iberoamerican university students: A review of the literature

Estresse e desempenho acadêmico nas universidades ibero-americanas: Uma revisão da literatura

Karla Lizette Milla Diaz

kalimidi1@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0002-4316-748X>

Universidad Cesar Vallejo,

Trujillo, Perú

Resumen

La presente investigación educativa examina la compleja interrelación entre estrés académico y rendimiento estudiantil en el contexto iberoamericano, buscando esclarecer este vínculo y sus implicaciones, por lo cual tuvo como objetivo sintetizar exhaustivamente los estudios existentes sobre la asociación entre estrés académico y desempeño en universitarios de Iberoamérica mediante una revisión sistemática de la literatura. La metodología es de revisión sistemática cualitativa mediante búsqueda en bases de datos con términos clave. Se seleccionaron 80 de 350 artículos en español, portugués e inglés (2018-2023) según criterios de inclusión/exclusión. Se utilizó el método PRISMA para la búsqueda en bases de datos con palabras clave y operadores booleanos. Encontrándose como resultado que se identifica una relación significativa, aunque moderada entre estrés académico y rendimiento estudiantil, influenciada por múltiples factores personales, pedagógicos y situacionales. Los estresores más prevalentes son sobrecarga de tareas, presión por evaluaciones y transición a la universidad. Se requieren intervenciones multidimensionales y adaptadas a cada contexto educativo. Esta revisión entrega una síntesis profunda sobre el fenómeno del estrés académico en universitarios iberoamericanos, delineando orientaciones específicas para su abordaje efectivo, considerando particularidades individuales, sociales y disciplinares. Solo así se podrá promover bienestar y éxito en las futuras generaciones.

Palabras clave:

Estrés académico, rendimiento académico, universitarios, Iberoamérica.

Abstract

This educational research examines the complex interrelationship between academic stress and student performance in the Ibero-American context, seeking to clarify this link and its implications, which is why it aimed to comprehensively synthesize the existing studies on the association between academic stress and performance in university students in Ibero-America through a systematic review of the literature. The methodology is a qualitative systematic review by searching databases with key terms. 80 of 350 articles in Spanish, Portuguese and English (2018-2023) were selected according to inclusion/exclusion criteria. The PRISMA method was used to search databases with Boolean keywords and operators. As a result, a significant, although moderate, relationship between academic stress and student performance is identified, influenced by multiple personal, pedagogical and situational factors. The most prevalent stressors are homework overload, pressure for evaluations, and transition to university. Multidimensional interventions adapted to each educational context are required. This review

Keywords:

Academic stress, academic performance, university, Ibero-America.