






DOI: [10.52428/20756208.v20i49.1379](https://doi.org/10.52428/20756208.v20i49.1379)

# Relación entre causalidad personal y entorno con el estrés en estudiantes universitarios en Chillan, Ñuble

Relationship between personal causality and environment with stress in university students in Chillan, Ñuble

 Francisca R. Guerrero Aguirre<sup>1</sup>  Antonia I. Mancilla Elgueta<sup>2</sup>  Fernanda S. Maureira Fernández<sup>3</sup>  
 Carolina A. Recabal Saavedra<sup>4</sup>  María del Pilar Acosta<sup>5</sup>

## RESUMEN

### Filiación y grado académico

<sup>1</sup>Universidad Adventista de Chile. Chillan, Chile. [franciscaguerrero@alu.unach.cl](mailto:franciscaguerrero@alu.unach.cl). <sup>2</sup>Universidad Adventista de Chile Chillan, Chile. [antoniamancilla@alu.unach.cl](mailto:antoniamancilla@alu.unach.cl). <sup>3</sup>Universidad Adventista de Chile. Chillan, Chile. [fernandamaureira@alu.unach.cl](mailto:fernandamaureira@alu.unach.cl). <sup>4</sup>Universidad Adventista de Chile. Chillan, Chile. [fernandamaureira@alu.unach.cl](mailto:fernandamaureira@alu.unach.cl). <sup>5</sup>Universidad Adventista de Chile. Chillan, Chile. [mariadelpilaracosta@unach.cl](mailto:mariadelpilaracosta@unach.cl).

### Fuentes de financiamiento

La investigación fue realizada con recursos propios.

### Conflictos de interés

Los autores declaran no tener conflicto de interés y se responsabilizan de contenido vertido.

Recibido: 10/07/2025

Revisado: 22/10/2025

Aceptado: 17/11/2025

Publicado: 27/12/2025

### Citar como

Acosta Zambrano, M. del P., Guerrero Aguirre, F. R., Mancilla Elgueta, A. I., Maureira Fernández, F. S., & Recabal Saavedra, C. A. La Relación entre causalidad personal y entorno con el estrés en estudiantes universitarios en Chillan, Ñuble: Relación causalidad personal y estrés en estudiantes universitarios. *Revista De Investigación E Información En Salud*, 20(49). 16–25. [10.52428/20756208.v20i49.1379](https://doi.org/10.52428/20756208.v20i49.1379)

### Correspondencia

María del Pilar Acosta Zambrano  
Email: [mariadelpilaracosta@unach.cl](mailto:mariadelpilaracosta@unach.cl)  
Telf. y celular: +56963414475

**Introducción:** Este estudio tuvo como objetivo analizar la relación entre la causalidad personal, el entorno, y la percepción del estrés en estudiantes de tercer año de la facultad de ciencias de la salud de la universidad. **Material y métodos:** Se utilizó un enfoque cuantitativo y transversal con diseño correlacional. La población fue de 60 estudiantes de tercer año de cuatro carreras de la salud, seleccionados por muestreo no probabilístico por conveniencia. Se empleó el cuestionario autoevaluación ocupacional, que evaluó la autopercepción de competencia y la influencia ambiental, y la escala de estrés percibido. El análisis incluyó estadística descriptiva y una correlación de Pearson para evaluar la relación entre variables. **Resultados:** Los estudiantes reportaron una baja causalidad personal en áreas como el manejo de finanzas, la organización de rutinas, y la concentración. A pesar de esto, el entorno fue percibido como favorable. En contraste, se reportaron altos niveles de estrés, especialmente en situaciones de falta de control y sobrecarga. El análisis correlacional demostró una correlación inversa y significativa entre la causalidad personal y el estrés percibido ( $r = -0.304$ ;  $p = 0.033$ ), lo que implica que, al disminuir la causalidad personal, el nivel de estrés aumenta. **Discusión:** Se concluye que existe una correlación significativa entre la causalidad personal y la percepción del estrés en estudiantes, independientemente de que perciban su entorno como favorable. Se recomienda el diseño de programas de intervención ocupacional universitaria para fortalecer la autoconfianza y la percepción de control interno, mejorando así el desempeño y el bienestar de los estudiantes.

**Palabras clave:** Ambiente; Causalidad; Estrés; Entorno; Escala; Estudiantes.

## ABSTRACT

**Introduction:** This study aimed to analyze the relationship between personal causality, the environment, and the perception of stress in third-year students in the Faculty of Health Sciences at the university. **Materials and methods:** A quantitative, cross-sectional approach with a correlational design was used. The population consisted of 60 third-year students from four health sciences majors, selected by non-probability convenience sampling. The Occupational Self-Assessment Questionnaire, which assessed self-perceived competence and environmental influence, and the Perceived Stress Scale were used. The analysis included descriptive statistics and Pearson's correlation to evaluate the relationship between variables. **Results:** The students reported low personal causality in areas such as managing finances, organizing routines, and concentration. Despite this, the environment was perceived as favorable. In contrast, high levels of stress were reported, especially in situations of lack of control and overload. The correlational analysis demonstrated a significant inverse correlation between personal causality and perceived stress ( $r = -0.304$ ;  $p = 0.033$ ), implying that as personal causality decreases, stress levels increase. **Discussion:** It is concluded that there is a significant correlation between personal causality and stress perception in students, regardless of whether they perceive their environment as favorable. The design of university occupational intervention programs is recommended to strengthen self-confidence and the perception of internal control, thereby improving student performance and well-being.

**Keywords:** Causality; Environment; Stress; Setting; Scale; Students.

## INTRODUCCIÓN

El estrés universitario constituye un problema de salud pública con una prevalencia consistentemente alta a nivel global, afectando a más de la mitad de la población estudiantil<sup>(1) (2)</sup>. Esta alta incidencia se origina en las múltiples exigencias académicas inherentes al contexto universitario, tales como el cumplimiento de horarios, la entrega de trabajos complejos, la realización de prácticas y la presión social por el éxito profesional<sup>(3) (4) (5)</sup>. Esta presión académica constante activa una respuesta de sobrecarga en el organismo, manifestándose como estrés que compromete significativamente la salud física y emocional del estudiante<sup>(6) (7)</sup>. Fisiológicamente, la exposición crónica a estos estresores ha sido documentada por reducir la comprensión emocional e inducir estados persistentes de tristeza, ira y miedo, limitando las capacidades de afrontamiento y de participación activa del estudiante en su entorno<sup>(8) (9)</sup>.

La capacidad del estudiante para gestionar estas demandas está intrínsecamente ligada a su adaptación ocupacional, la cual se sustenta en constructos psicológicos como la autoeficacia y el sentido de competencia<sup>(10)</sup>. Estos elementos configuran la causalidad personal, que representa la creencia del individuo en sus propias aptitudes y su confianza para afrontar desafíos<sup>(11) (12)</sup>. Además, el entorno juega un papel crucial, ya que sus exigencias físicas, sociales, y culturales actúan como fuentes potenciales de estrés si son percibidas como demandas que exceden los recursos personales del estudiante<sup>(13) (14)</sup>.

A pesar de que el estrés universitario es un fenómeno ampliamente reconocido, la literatura reciente carece de estudios que analicen de forma integrada cómo la interacción entre la causalidad personal (competencia y autoeficacia) y las demandas percibidas del entorno influye directamente en los niveles de estrés en la población estudiantil<sup>(15)</sup>. Comprender esta relación causal es esencial para el desarrollo de intervenciones preventivas y de manejo más efectivas, enfocadas no solo en el síntoma (el estrés) sino en los factores protectores intrínsecos del estudiante y su interacción con el medio.

Esta investigación es, por lo tanto, fundamental para cerrar esta brecha, proporcionando evidencia que

permita orientar programas de salud universitaria hacia el fortalecimiento de la autoeficacia y la adaptación al entorno académico. El propósito principal de este estudio es analizar la relación entre la causalidad personal y el entorno con el estrés en estudiantes universitarios de la facultad de ciencias de la salud, en la Universidad Adventista de Chile.

## MATERIAL Y MÉTODOS

### Tipo de investigación y diseño

El artículo presentó una metodología cuantitativa, utilizando un diseño correlacional y transversal. Esto con el propósito de analizar la relación entre las variables de causalidad personal que es definida como “Pensamientos y sentimientos sobre las propias capacidades” con la variable de entorno que se define como “los aspectos físicos, sociales, culturales, económicos y políticos, que afectan la motivación, la organización y el desempeño ocupacional” con el estrés, el cual es definido por el común denominador de todas las reacciones de adaptación del organismo.

### Población de estudio

La población de estudio correspondió a estudiantes de tercer año de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Adventista de Chile (UNACH), con un total de 60 participantes, 15 de cada carrera profesional (Nutrición y Dietética, Enfermería, Obstetricia y puericultura y Terapia ocupacional). Encuestados en el mes de octubre del año 2024. El muestreo fue no probabilístico por conveniencia

### Criterios de selección

**Criterios de inclusión:** Estudiantes que cursan el tercer año de una carrera profesional en la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Adventista de Chile.

**Criterios de exclusión:** Estudiantes que presenten un diagnóstico de trastorno de salud mental.

### Procedimiento

Los datos de ambos instrumentos se recolectaron en formato físico y de manera presencial en un horario de clases acordado previamente con los directores de carrera. Esta estrategia buscó evitar interrupciones en el horario académico y asegurar la participación organizada de los estudiantes. Solo

aquellos estudiantes que aceptaron voluntariamente participar en el estudio completaron los cuestionarios.

Al finalizar la recolección de datos, los cuestionarios fueron revisados para asegurar su completitud y calidad, y luego fueron organizados en una hoja de cálculo para el análisis estadístico. Esta organización permitió verificar que los datos estuviesen listos para su análisis estadístico y posterior interpretación en función de los objetivos planteados en el estudio.

### Herramientas de recogida de datos

Para esta investigación, se emplearon dos instrumentos estandarizados. El primero de ellos es la autoevaluación ocupacional (OSA), un instrumento creado por Baron et al. (1998) <sup>(16)</sup> bajo el modelo de ocupación humana. Este evaluó el auto desempeño ocupacional y el papel del entorno en este desempeño, presenta una confiabilidad con fiabilidad en test-retest en una categoría de Adecuada a Excelente: (CCI= 0,564-0,844) para 20 de 21 ítems.

La autoevaluación ocupacional se compone de 29 ítems, organizados en dos secciones. La primera explora la autopercepción en relación con la competencia ocupacional, es decir, cómo los participantes se evaluaron a sí mismos en sus actividades diarias. Para esta sección, se utilizó una escala Likert de cuatro puntos, en donde 1 significa “esto es un gran problema para mí”, 2 significa “esto es un poco difícil para mí”, 3 significa “esto está bien” y 4 significa “esto está sumamente bien”.

La segunda sección se enfocó en el entorno del estudiante, valorando en qué medida el ambiente influye en la adaptación ocupacional. Los resultados de esta sección permitieron identificar áreas en las que el entorno actúa como apoyo o como barrera en el desempeño ocupacional.

Cada estudiante clasificó estos ítems en una puntuación de 1 a 4, en donde 1 significa “esto no es tan importante para mí”, 2 significa “esto es importante para mí”, 3 significa “esto es muy importante para mí” y 4 significa “esto es sumamente importante para mí”, de acuerdo con su importancia personal, permitiendo la identificación de fortalezas y áreas que podrían requerir intervención.

El segundo instrumento es la escala de estrés percibido (EEP), adaptada a Chile por Marín

(2005), con un nivel de confiabilidad según alfa de Cronbach del 0.84 <sup>(17)</sup>. La EEP midió la respuesta general del estudiante ante situaciones que generan estrés. Este instrumento está compuesto por 14 ítems que evalúan cómo el estudiante percibió y enfrentó situaciones estresantes durante el último mes. Los estudiantes responden en una escala Likert de cinco puntos, donde 0 significa “nunca”, 1 significa “casi nunca”, 2 significa “de vez en cuando”, 3 significa “a menudo” y 4 significa “muy a menudo”. Esta escala permitió analizar la percepción de estrés en términos de frecuencia de situaciones estresantes, la percepción de control sobre estas y la evaluación subjetiva del propio nivel de estrés. Se consideró estrés elevado con un puntaje sobre 25 y menor a 25 es ausencia de estrés.

### Análisis de datos

Para el análisis estadístico se organizaron los datos en una tabla Excel y se utilizó el software Jamovi, donde se obtuvieron frecuencias relativas y absolutas, porcentajes, desviación estándar y promedios. Para evaluar la relación de los resultados de las dimensiones del OSA y la EEP se realizó una correlación de Pearson con intervalo de confianza del 95%.

En una primera etapa se procedió a organizar los datos de cada ítem de ambas escalas en Excel para llevar a cabo un análisis descriptivo de las respuestas recopiladas. Durante este proceso se realizaron cálculos de frecuencia y porcentaje en cada dimensión evaluada y se obtuvieron promedios que permitieron una comprensión clara tanto de los niveles de causalidad personal como del estrés presentes en la muestra estudiada. Además, se analizaron las puntuaciones en la dimensión “mí mismo” de la OSA para detectar percepciones personales sobre la competencia personal y en “Mi ambiente” para observar cómo los estudiantes perciben su ambiente.

### Aspectos éticos

Esta investigación se ajustó a los principios éticos establecidos en la normativa nacional e internacional para estudios con seres humanos. Aprobado por Comité Científico de la Universidad Adventista de Chile bajo la resolución 2024-72 del 24/07/2024. Se implementó un protocolo de consentimiento informado para cada participante, en el cual se explicaron los objetivos del estudio, sus beneficios

y posibles riesgos, así como los derechos del participante de aceptar o rechazar su participación y retirarse en cualquier momento. Los datos se almacenaron y se presentaron de forma anónima y así se adhirió a las leyes 19.628 sobre Protección de la Vida Privada y 20.120 sobre Investigación Científica en Seres Humanos.

## RESULTADOS

En el análisis descriptivo de la autoevaluación ocupacional a través de las dimensiones evaluadas en diferentes carreras de la salud (tabla 1), se observaron las siguientes tendencias con respecto a la autopercepción en los estudiantes. Para los estudiantes de nutrición y dietética y obstetricia y

puericultura, consideran difícil manejar sus finanzas (2,  $DS\pm 1.05$  y  $0.73$  respectivamente). El tener una rutina satisfactoria fue considerado difícil por todas las carreras.

En la carrera de terapia ocupacional, los estudiantes identifican como difícil concentrarse en sus tareas (2,  $DS\pm 0.80$ ). Llevar a cabo lo que planifican hacer, solo es considerado difícil por los estudiantes de nutrición y dietética (2,  $DS\pm 0.83$ ). A diferencia de las otras carreras, para terapia ocupacional es difícil llevarse bien con otros (2,  $DS\pm 0.63$ ). Finalmente, completar lo que necesitan hacer, es percibido como difícil por los estudiantes de nutrición y dietética (2,  $DS\pm 0.83$ ).

**Tabla 1.** Matriz descriptiva autoevaluación ocupacional mediante el cuestionario OSA de los estudiantes de cuatro carreras de la facultad de Salud

Dimensión	Ítem evaluado	Nutrición y dietética	Enfermería	Obstetricia y puericultura	Terapia ocupacional
Autopercepción	Manejar mis finanzas	2 (1,05)	N/A	2 (0,73)	N/A
	Relajarme y disfrutar	2 (1,06)	2 (0,83)	2 (0,86)	N/A
	Tener una rutina satisfactoria	2 (0,83)	2 (0,83)	2 (0,59)	2 (0,49)
	Concentrarme en mis tareas	N/A	2 (0,63)	2 (0,63)	2 (0,80)
	Llevar a cabo lo que planifiqué hacer	2 (0,83)	N/A	N/A	N/A
	Llevarme bien con otros	N/A	N/A	N/A	2 (0,63)
	Completar lo que necesito hacer	2 (0,83)	N/A	2 (0,63)	N/A
Mi ambiente		Favorable	Favorable	Favorable	Favorable

N/A= no aplica

Con respecto al análisis descriptivo de la escala de estrés percibido adaptada en Chile aplicada a distintos estudiantes de 3er año de la facultad de salud (Tabla 2). Los estudiantes de nutrición, obstetricia y terapia ocupacional ( $DS\pm 0.79$ ,  $0.72$ ,  $1.1$ ) se perciben como estresados. Los jóvenes pertenecientes a la carrera de nutrición y obstetricia se sienten molestos por los sucesos fuera de su control contratado con enfermería y terapia que no los estresa este tipo de situaciones. A los estudiantes

de nutrición ( $DS\pm 1.1$ ) les estresa el pensar en lo que queda por lograr. Acerca de los estudiantes de enfermería ( $DS\pm 1.1$ ) y obstetricia ( $DS\pm 1.1$ ) se sienten estresados al sentirse incapaz de controlar las cosas importantes de su vida. Los estudiantes de enfermería ( $DS\pm 0.9$ ) se han sentido molestos por las situaciones que le han ocurrido. Con respecto a estar estresado y las dificultades se acumulan tanto que no puede superarlas los estudiantes de enfermería ( $DS\pm 1.0$ ) y obstetricia ( $DS\pm 1.1$ ).

**Tabla 2:** Matriz descriptiva escala de estrés percibido a de los estudiantes de cuatro carreras de la facultad de Salud.

Ítem evaluado	Nutrición y dietética	Enfermería	Obstetricia y puericultura	Terapia ocupacional
Sentirse nervioso o estresado	3 (0,79)	4 (0,7)	3 (0,72)	3 (1,1)
Sentirse molesto por sucesos fuera de su control	3 (0,96)	N/A	3 (0,81)	N/A
Pensar en lo que queda por lograr	3 (1.14)	N/A	N/A	N/A
Ha estado afectado por alguna situación que le ocurrió	N/A	3 (1.0)	N/A	N/A
Sentirse incapaz de controlar las cosas importantes de su vida	N/A	3 (1.1)	3 (1.14)	N/A
Sentirse molesto por las situaciones que le han ocurrido	N/A	3 (0.9)	N/A	N/A
Sentir que las dificultades se acumulan tanto que no puede superarlas	N/A	3 (1.0)	3 (1.18)	N/A
Sentirse molesto por sucesos fuera de su control	N/A	N/A	N/A	3 (1.0)
Sentirse afectado por alguna situación que ocurrió inesperadamente	N/A	N/A	3 (0.88)	3 (0.8)

Al realizar el análisis correlacional (Tabla 3) entre las variables, causalidad personal con respecto al nivel de estrés que percibido, existe una correlación negativa (R de Pearson =-0.304) es decir que a medida que aumenta el nivel de estrés la causalidad personal disminuye, aunque la correlación si es

significativa ( $p=0.033$ ); con respecto al valor o importancia que tiene para el estudiante la correlación es positiva pero no fue significativo ( $p=0.580$ ) por lo tanto, no se puede afirmar que existe una correlación entre el valor que tiene para el estudiante y el nivel de estrés percibido.

**Tabla 3.** Matriz de correlación de las variables causalidad personal y la importancia que tiene para el participante

Matriz de Correlaciones			
Capacidades de desempeño		Nivel de estrés	Capacidades de desempeño
R de Pearson		-0.304	—
gl		58	—
valor p		0.018	—
Rho de Spearman		-0.275	—
gl		58	—
valor p		0.033	—
Valor que tienen para él			
R de Pearson		0.010	0.111
gl		58	58
valor p		0.937	0.398
Rho de Spearman		0.073	0.135
gl		58	58
valor p		0.580	0.305

El análisis de correlación entre el ambiente que influye en el desempeño y su importancia (tabla 4) tiende a estar relacionada con los niveles de estrés (R de Pearson= -0.280) es decir cuando el ambiente es favorable tiende a disminuir el nivel de estrés de manera muy significativa ( $p=0.030$ ). Además, cuando el ambiente es favorable las

personas tienden a otorgarle más valor, aunque no es muy significativo ( $p=0.869$ ). Se evidencia igual que existe una correlación entre las condiciones ambientales y el valor que tienen del ambiente las personas (R de Pearson= 0.297) siendo muy significativo esta correlación ( $p=0.021$ ).

**Tabla 4.** Matriz de correlación de la variable ambiente y la importancia que tiene para el participante

Matriz de Correlación			
		Nivel de estrés	Condiciones ambientales que influyen
Condiciones ambientales que influyen	R de Pearson	-0.280	—
	gl	58	—
	valor p	0.030	—
Valor que tienen para él (ambiente)	R de Pearson	0.022	0.297
	gl	58	58
	valor p	0.869	0.021



## DISCUSIÓN

El objetivo central de este artículo fue relacionar la causalidad personal y el entorno con la percepción del estrés en estudiantes universitarios. Los resultados obtenidos demostraron que existe una correlación entre las variables. Específicamente, el análisis correlacional mostró una relación inversa y significativa entre la causalidad personal y el nivel de estrés percibido, lo que indica que a medida que la percepción de la capacidad personal disminuye, el nivel de estrés tiende a aumentar. Este hallazgo principal coincide con literatura previa que refleja una correlación negativa, a lo cual coincide en que, cuanto más alta la percepción de autoeficacia, menor nivel de estrés, y viceversa <sup>(18)</sup>. Por el contrario, este trabajo difiere de los resultados obtenidos por un estudio del 2020, el cual menciona no haber una relación significativa entre las variables <sup>(19)</sup>. De igual manera, una investigación realizada en Ecuador reflejó no tener resultados entre las variables de autoeficacia académica con estrés académico <sup>(20)</sup>.

La baja causalidad personal observada en este estudio sugiere que los estudiantes están experimentando dificultades en la autopercepción positiva, con problemas en áreas críticas como manejar sus finanzas, organizar rutinas satisfactorias y la concentración en sus tareas. La dificultad para tener una rutina satisfactoria puede aumentar el nivel de estrés y generar sobrecarga, dejando de lado actividades de ocio o tiempo libre. Estos factores impactan en el bienestar psicológico y la capacidad de ocio <sup>(21)</sup>.

Es en este sentido donde la autoeficacia actúa como un amortiguador del estrés, se promueve el logro, el bienestar personal y mejores resultados de salud, al fomentar conductas protectoras beneficiosas <sup>(22)</sup>. Por otro lado, se ha encontrado relación entre bajas expectativas de eficacia y elevada ansiedad y estrés <sup>(23)</sup>. Los individuos que se creen eficaces interpretarán las demandas y los problemas del contexto más como retos que como amenazas o sucesos subjetivamente incontrolables. Se constató que tanto las creencias de autoeficacia como las expectativas de resultado predecían en sentido positivo el afrontamiento centrado en la tarea, y de forma negativa el afrontamiento dirigido a la emoción <sup>(24)</sup>.

Por otro lado, la autoevaluación ocupacional indicó que los estudiantes perciben un entorno favorable para su desempeño, lo cual en un principio debería facilitar la adaptación y el éxito en su rol como estudiantes. Sin embargo, esta percepción positiva del entorno no parece traducirse en una percepción de control efectivo sobre sus habilidades y capacidades, como lo refleja la baja causalidad personal en áreas clave, tales como la gestión financiera, el establecimiento de rutinas y la realización de tareas planificadas <sup>(25)</sup>. Estos factores de estrés no solo afectan su desempeño académico, sino que también pueden influir en su bienestar psicológico y en la capacidad de ocio y tiempo libre en otras áreas de sus actividades de la vida diaria <sup>(26)</sup>.

Otro aspecto para considerar es la falta de información sobre factores individuales de afrontamiento o resiliencia. Si bien el estudio reflejó que los estudiantes perciben un entorno favorable, no se evaluaron estrategias de afrontamiento personales o mecanismos de adaptación que puedan estar utilizando para gestionar el estrés y aprovechar este entorno de apoyo. La falta de estos datos limita la capacidad de entender si la baja causalidad personal y el alto estrés reflejan una carencia en habilidades de afrontamiento adaptativo o si responden a las demandas del rol universitario. Las estrategias de afrontamiento, como la organización, la priorización de tareas o la regulación emocional, podrían actuar como amortiguadores del estrés, ayudando a los estudiantes a aprovechar de manera más efectiva el entorno favorable que perciben <sup>(21)</sup>.

Este trabajo no estuvo exento de limitaciones una de ellas es que se usó un diseño transversal el cual solo proporciona una perspectiva estática de la situación de los estudiantes, impidiendo observar el cambio de la causalidad personal y el estrés en el tiempo. En segundo lugar, el tamaño y tipo de muestra utilizado también limita los hallazgos, ya que la población de estudio fue reducida y se utilizó un muestreo no probabilístico por conveniencia, lo cual restringe la generalización de los resultados. A esto se suma que el criterio de exclusión de estudiantes con diagnóstico de trastorno de salud mental podría introducir un sesgo de selección en la muestra. Adicionalmente, la dependencia del autoinforme constituye una limitación inherente, dado que ambos instrumentos (OSA y EEP) se basan en el autoinforme, lo cual limita la capacidad

del estudio para explorar la experiencia subjetiva de los estudiantes. Se recomienda implementar programas de intervención ocupacional en el ámbito universitario que se enfoquen directamente en el fortalecimiento de la causalidad personal de los estudiantes. Estos programas deben incluir talleres de entrenamiento en habilidades dirigidos a mejorar la autoeficacia, la percepción de competencia, el manejo del tiempo, la organización de rutinas satisfactorias y la planificación de ocio, elementos que se identificaron como áreas de baja percepción. Además, es esencial que las futuras investigaciones adopten diseños longitudinales para establecer relaciones de causalidad más sólidas y que incorporen metodologías cualitativas para obtener una comprensión más profunda y contextualizada de la experiencia subjetiva del estrés y las estrategias de afrontamiento utilizadas por los estudiantes.

Se concluye que existe una correlación negativa y significativa entre una baja causalidad personal

(autoeficacia y sentido de competencia) y el aumento del estrés percibido. Aunque el entorno fue percibido como favorable por los estudiantes, se evidenció que la deficiencia en las habilidades de organización y gestión de rutinas, componentes de la causalidad personal, son factores de riesgo internos que predisponen al estrés. El fortalecimiento de la causalidad personal es un elemento crucial para amortiguar el impacto de las demandas académicas y promover el bienestar integral del estudiante.

## AGRADECIMIENTOS

Expresamos nuestra sincera gratitud a la Universidad Adventista de Chile y a la facultad de ciencias de la salud por su inestimable apoyo en la realización de este estudio. Agradecemos especialmente a los estudiantes que participaron, quienes, con su tiempo y disposición para compartir sus experiencias, contribuyeron de manera fundamental al desarrollo de esta investigación.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Valdebenito Aravena A. El Modelo de Ocupación Humana (MOHO). Contexto [Internet]. 2019 feb 25 [citado 2024 Nov 12];(5):11-20. Disponible en: <https://www.revistacontextoucen.cl/index.php/contexto/article/view/contexto>.
2. Rojas TC. Influencia de la causalidad personal en el desempeño ocupacional de personas que viven y conviven con VIH/Sida [Trabajo de grado]. Universidad de Pamplona; 2019. Disponible en: <http://repositoriodspace.unipamplona.edu.co/jspui/handle/20.500.12744/5587>.
3. Moposita Manobanda EF, Vásquez de la Bandera Cabezas FA. Autoeficacia y estrés académico en estudiantes universitarios. Ciencia Latina [Internet]. 2022 Dec 28 [citado 2024 Dec 5];6(6):10365-80. Disponible en: <https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/4139>.
4. Sánchez Domínguez JP, Damián Mendoza E, Pozo Osorio MC, Baz Salinas EA. Estrés académico y ansiedad en estudiantes de psicología. Dilemas contemporáneos: educación, política y valores. 2022 Sep 1;10(1). doi:10.46377/dilemas.v10i1.3283.
5. Dechoudens GM, Torres ALJ, Colón AM. Experiencias de estudiantes de nuevo ingreso: Estresores y el proceso de adaptación. Griot. 2019;12(1):47-70.
6. Yevilao Alarcón AE. Autoeficacia: un acercamiento al estado de la investigación en Latinoamérica. Rev. electrón. reflex. investig. educ. [Internet]. 2020 Mar 31 [citado 2024 Dec 5];2(2):91-102. Disponible en: <https://revistas.ubiobio.cl/index.php/REINED/article/view/4124>.
7. González DA. Reflexiones sobre Terapia Ocupacional en la inactividad y la quietud. Contexto. 2025 oct 28;(16):61-71. doi:10.54761/contexto.num16.5.



8. Baron K, Kielhofner G, Iyenger A, Goldhammer V, Wolenski J, de las Heras CG, et al. Manual del Usuario del AUTOEVALUACIÓN OCUPACIONAL (OSA) Versión 2.2. UIC University of Illinois at Chicago; 1998.
9. Zapata Quintanilla GD, León Montoya GB. Estrés académico y procrastinación en estudiantes universitarios de la Amazonia del Perú. *Vive Revista de Salud*. 2024 Dic;7(21):1019-30. doi:[10.33996/revistavive.v7i21.357](https://doi.org/10.33996/revistavive.v7i21.357).
10. García Guerrero A. Efectos del estrés percibido y estrategias de aprendizaje en el rendimiento académico de estudiantes de ciencias de la salud [tesis doctoral]. Universidad de Málaga; 2011. Disponible en: <https://riuma.uma.es/xmlui/bitstream/handle/10630/4905>.
11. Jorquera-Gutierrez R, Guerra-Díaz F. Análisis psicométrico de la Escala de Estrés Percibido (PSS-14 y PSS-10) en un grupo de docentes de Copiapó, Chile. *liber. 2023 Jun 1*;29(1):e683. doi:[10.24265/liberabit.2023.v29n1.683](https://doi.org/10.24265/liberabit.2023.v29n1.683).
12. Robles Mori H. Escala de autoeficacia académica en estudiantes universitarios de Lima. *Av. psicol. [Internet]*. 2020 jul 4 [citado 2024 Dec 5];28(1):101-10. Disponible en: <https://revistas.unife.edu.pe/index.php/avancesenpsicologia/article/view/2115>.
13. Ruiz Porras LF, Martínez Quinto SM, Araque Jaramillo SM. Testimonios sobre discapacidad visual en rehabilitación integral desde una perspectiva del desempeño ocupacional. *Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional*. 2025 abr 25;33: e3932. doi:[10.1590/2526-8910.ctoAO402939323](https://doi.org/10.1590/2526-8910.ctoAO402939323).
14. de Loera BMR, Valencia MV. Revisión conceptual de la autoeficacia escolar y su utilidad en la clase de idiomas de jóvenes universitarios. *Rev Investig Educ Interv Pedagógica Docencia*. 2023;1(1):116-31.
15. Gambini-López I, Osorio-Vidal VG, Palomino-Alca JT. El estrés académico en el aprendizaje de los estudiantes universitarios. *Horizontes Revista de Investigación en Ciencias de la Educación*. 2024;8(32):526-43. Disponible en: [https://repositorio.cidecuador.org/jspui/bitstream/123456789/2981/1/Articulo\\_41\\_Revista\\_Horizontes\\_N32V8.pdf](https://repositorio.cidecuador.org/jspui/bitstream/123456789/2981/1/Articulo_41_Revista_Horizontes_N32V8.pdf).
16. Tovar MG, Rodríguez SH. Covid-19 y afrontamiento flexible en chilenos: papel del estrés percibido y la ansiedad. *Cuad Neuropsicol*. 2020;14(3):10-9.
17. Oviedo Mora AE, Romo Buesaquillo KM. Herramientas Tecnológicas en el proceso de Intervención en el trastorno de ansiedad desde Terapia Ocupacional y otras disciplinas. Una revisión documental [Tesis de grado]. San Juan de Pasto (Colombia): Universidad Mariana; 2024.
18. Albán-Molina FE, Salguero-Salguero MM, Aimacaña-Chancusig EF. Modelo de finanzas personales para el manejo adecuado de ahorros de emprendimientos del GADP de Cotopaxi. *Horizontes Innovadores: Sinergias en Ciencia y Sociedad*. 2024 Ene 31;4(1): e83. doi:[10.55813/gaea/jessr/v4/n1/83](https://doi.org/10.55813/gaea/jessr/v4/n1/83).
19. Mur JA, Pereyra Girardi CI, Ciraami L. Asociación de la autoeficacia para el afrontamiento del estrés y la ansiedad cognitiva ante exámenes con la sintomatología del estrés de estudiantes universitarios. *Liberabit*. 2023 Oct 18;29(2):e704. doi:[10.24265/liberabit.2023.v29n2.704](https://doi.org/10.24265/liberabit.2023.v29n2.704). (Nueva Posición Solicitada)

20. Ryan RM, Deci EL. Teoría de la autodeterminación: necesidades psicológicas básicas en la motivación, el desarrollo y el bienestar. The Guilford Press; 2017. doi:[10.1521/978.14625/28806](https://doi.org/10.1521/978.14625/28806).
21. Fernandez D, Barrios L, Viveros G, Espinola R, Gonzalez G, Martínez G, et al. Eating habits and academic stress among university students during the COVID-19 pandemic, Paraguay 2021. Rev. chil. nutr. [Internet]. 2022 Oct [citado 2024 Dec 5];49(5):616-24. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.4067/S0717-75182022000600616>.
22. Morales-Navarro MA, Rojas-Lillo LA, Guzmán-Utreras EAE, Baeza-Ugarte CG. Estrés, autoeficacia, apoyo-social y personalidad en estudiantes del Programa de Acceso y Acompañamiento Efectivo a la Educación Superior. Rev Educ. 2022;46(1):45585. doi:[10.15517/revedu.v46i1.45585](https://doi.org/10.15517/revedu.v46i1.45585).
23. Yupanqui-Lorenzo DE, Olivera-Carhuaz ES, Pulido-Capurro V, Alponete AA. Efecto de la autoeficacia y eutrés en la procrastinación: un análisis multigrupo. Revista Fuentes. 2023 Ene 23;25(1):48-58.
24. Márquez B, Depaula PD. Estrés laboral, Autoeficacia y Calidad de vida relacionada con la salud en controladores de tránsito aéreo de Argentina. Revista Iberoamericana ConCiencia [Internet]. 30 de enero de 2025 [citado 11, noviembre y 2024]; 10(1): 61-76. Disponible en: <https://doi.org/10.70298/ConCiencia.10-1.6 B>.
25. Milla Diaz KL. Influencia del estrés en el rendimiento académico de los estudiantes universitarios iberoamericanos: una revisión sistemática. Revista Tribunal [Internet]. 2024 [11, noviembre y 2024]; 4(9). Disponible en: <https://doi.org/10.59659/revistatribunal.v4i9.87 C>.
26. Gamarra Camargo PM, Camargo Zamata PM, Rodríguez Saavedra L. Autoeficacia académica y autoestima en estudiantes universitarios. Areté, Revista Digital del Doctorado en Educación [Internet]. 2024 [11, noviembre y 2024]; 10(19): 69-85. Disponible en: <https://doi.org/10.55560/arete.2024.19.10.4>

Los autores conservan los derechos de autor de este artículo y otorgan a la Revista de Investigación e Información en Salud (RIIS) el derecho de primera publicación.

Esta obra está bajo una licencia Creative Commons Atribución 4.0 Internacional (CC BY 4.0), que permite el uso, distribución y reproducción en cualquier medio, siempre que se otorgue el crédito correspondiente a los autores y a la fuente original. <https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>