

Investigación empírica y análisis teórico

## Bienestar psicológico y su influencia en el rendimiento académico de estudiantes del nivel medio superior

### Psychological well-being and its influence on the academic performance of high school students

Torres-Zapata, Ángel-Esteban<sup>1\*</sup>, Hernández Calderón, Damaris Susana<sup>1</sup>, Villanueva-Echavarría, José Rafael<sup>1</sup>, Sánchez-Domínguez, Juan Pablo<sup>1</sup>, Brito-Cruz, Teresa del Jesús<sup>1</sup>

#### Resumen:

El estudio adoptó un enfoque cuantitativo descriptivo-correlacional para examinar la relación entre el bienestar psicológico (BP) y el rendimiento académico (RA) en estudiantes de nivel medio superior. Se empleó un muestreo probabilístico aleatorio simple. El BP se evaluó con la escala BIEPS-J, mientras que el RA se determinó mediante el promedio general. La investigación fue aprobada por el cuerpo académico para garantizar la protección de los participantes. Los datos de 287 estudiantes (62% mujeres y 38% hombres) se analizaron con SPSS, empleando estadística descriptiva y pruebas de correlación. La media de BP fue 33.91, mayor en hombres (34.62) que en mujeres (33.47). El RA tuvo una media de 7.79, con mayor variabilidad en mujeres (desviación estándar de 0.91) que hombres (0.76). Se encontró una correlación negativa moderada entre BP y RA (-0.345), más notable en mujeres (-0.311) que en hombres (-0.298), indicando que un mayor BP podría relacionarse con una ligera disminución en el RA. Aunque el bienestar puede afectar el rendimiento, otros estudios indican que mejora la motivación y el manejo del estrés.

**Palabras Clave:** *Bienestar psicológico, Rendimiento académico, Estudiantes de preparatoria, Emociones.*

#### Abstract:

This study adopted a descriptive-correlational quantitative approach to examine the relationship between psychological well-being (WP) and academic performance (A) in high school students. Simple random probability sampling was used. WP was assessed using the BIEPS-J scale, while A was determined using the GPA. The research was approved by the academic faculty to ensure the protection of participants. Data from 287 students (62% female and 38% male) were analyzed using SPSS, employing descriptive statistics and correlation tests. The mean WP was 33.91, higher in males (34.62) than in females (33.47). The A mean was 7.79, with greater variability in females (standard deviation 0.91) than males (0.76). A moderate negative correlation was found between BP and RA (-0.345), more notable in women (-0.311) than in men (-0.298), indicating that higher BP may be associated with a slight decrease in RA. Although well-being can affect performance, other studies indicate that it improves motivation and stress management.

**Keywords:** *Psychological well-being, Academic performance, High school students, Emotions.*

<sup>1</sup>Facultad de Ciencias de la Salud. Universidad Autónoma del Carmen, México.

\*Correspondencia: macronutriente@hotmail.com

El bienestar psicológico (BP) es un concepto integral que influye significativamente en el desarrollo de los individuos. Este constructo no solo abarca las emociones positivas, sino también las negativas, y está relacionado con la evaluación que una persona realiza sobre su vida en diferentes áreas, como el académico, social, familiar y personal (Gómez & García, 2022). En este contexto, la relación entre el BP y el rendimiento académico (RA) es clave, ya que los estudiantes enfrentan diversos desafíos que pueden impactar su desempeño escolar. Se ha demostrado que los estudiantes con altos niveles de BP presentan mayor motivación intrínseca para aprender, menos ansiedad y, por lo tanto, un mejor RA (Casiano et al., 2024). Además, el BP no solo se refiere a la ausencia de trastornos mentales, sino también a factores como la autoaceptación, la autonomía, las relaciones interpersonales positivas y un sentido de propósito en la vida, los cuales afectan directamente el RA (Barrera et al., 2019).

El BP está intrínsecamente ligado a la capacidad de los estudiantes para afrontar los desafíos académicos y personales. Los estudiantes con niveles bajos de BP enfrentan dificultades para adaptarse a las exigencias educativas, lo que impacta su capacidad de aprender y manejar el estrés. Estos factores afectan su motivación intrínseca y, como consecuencia, su RA (Navarrete et al., 2022). El estrés asociado a bajos niveles de BP puede generar bloqueos cognitivos y emocionales, perjudicando la concentración y la toma de decisiones. En muchos casos, los estudiantes quedan atrapados en un círculo vicioso donde el malestar emocional reduce su RA, lo que intensifica los efectos negativos sobre su BP (Urbano, 2022).

La adolescencia es una etapa crítica en el desarrollo de los estudiantes, marcada por importantes transiciones físicas, emocionales

y sociales. En este periodo, el autoconcepto, la autoestima y el apoyo social juegan un papel crucial en el BP y en la capacidad de los estudiantes para enfrentar los retos académicos. La autoestima, entendida como la valoración que un individuo tiene de sí mismo, está estrechamente vinculada con el RA (Alday-Mondaca et al., 2023). Los estudiantes con baja autoestima pueden experimentar sentimientos de incapacidad frente a las demandas académicas, lo que puede afectar su rendimiento. Un autoconcepto positivo y una autoestima sólida ayudan a los estudiantes a enfrentar los desafíos académicos y a manejar mejor los aspectos emocionales y sociales del entorno educativo (Torres-Zapata et al., 2023a).

Un factor clave que conecta el BP con el RA es la motivación académica. Los estudiantes con un alto nivel de BP suelen tener una mayor motivación intrínseca, lo que les permite involucrarse más activamente en su aprendizaje. Esto les ayuda a desarrollar competencias académicas y superar obstáculos con mayor facilidad (Torres-Zapata et al., 2025). Sin embargo, cuando el BP se ve comprometido por factores emocionales o sociales, la motivación disminuye, afectando negativamente el RA. Este fenómeno se observa con mayor claridad cuando los estudiantes enfrentan asignaturas que no les resultan de interés, lo que provoca una disminución de su motivación y rendimiento (Alday-Mondaca et al., 2023).

La resiliencia también es un factor fundamental en el BP y el RA. Los estudiantes resilientes son capaces de adaptarse a situaciones adversas, superar obstáculos y aprender de las dificultades. Esta capacidad no solo les permite mantener un RA constante, sino también fortalecer su bienestar emocional, mejorando su autoconfianza y la habilidad para gestionar el estrés. Los estudiantes resi-

lientes, incluso ante situaciones difíciles, pueden retomar el control de su trayectoria académica y alcanzar sus metas educativas (Morgan et al., 2021; Flores & Cortés, 2022).

Los modelos teóricos del BP, como los de Seligman y Ryff, proporcionan marcos conceptuales útiles para comprender cómo las diferentes dimensiones del BP afectan el RA. Según Seligman, el BP incluye cinco elementos clave: emociones positivas, compromiso, relaciones positivas, sentido de la vida y logros. Estos factores favorecen la motivación, la concentración y la resiliencia en el ámbito académico, esenciales para el éxito escolar. Por su parte, la teoría de Ryff resalta seis dimensiones del BP: autoaceptación, relaciones positivas, autonomía, dominio del entorno, propósito en la vida y crecimiento personal (Ramírez et al., 2022; Zarza-García et al., 2024). Estas teorías subrayan la importancia de considerar el BP como un factor integral que no solo influye en la vida emocional, sino que también es crucial para el éxito académico.

Diversos estudios han demostrado que un alto nivel de BP contribuye a la reducción del estrés, la ansiedad y la depresión, factores que afectan tanto la salud mental como el RA de los estudiantes (Vences et al., 2023; Casiano et al., 2024). Un estudiante con un BP adecuado es más propenso a involucrarse activamente en su aprendizaje, mejorando así la retención de conocimientos y el RA. El RA, como concepto multifacético, no solo se refiere a las calificaciones, sino también a las actitudes, el compromiso y la constancia en el proceso educativo. Además, factores como el ambiente escolar, el apoyo docente y las interacciones con los compañeros son determinantes clave en la motivación y el rendimiento (Rubiano et al., 2024).

Por lo anterior planteado el objetivo de este estudio es analizar la relación entre el BP y el RA de los estudiantes de nivel medio su-

perior, evaluando los factores psicológicos que influyen en dicha relación. Este análisis busca identificar las principales dimensiones del BP que afectan el desempeño académico y proporcionar recomendaciones que contribuyan a mejorar las condiciones de salud mental y RA en los estudiantes de esta etapa educativa.

## Método

### Enfoque, alcance y diseño

El estudio adoptó un enfoque cuantitativo con un alcance descriptivo-correlacional. Se analizó el nivel de BP de los estudiantes y su relación con el RA para identificar posibles vínculos e influencias. El diseño fue no experimental y transversal, ya que no se manipularon las variables y se recolectaron los datos en un solo momento sin intervenir en su curso natural.

### Población y muestra

La investigación se llevó a cabo con estudiantes de preparatoria de instituciones educativas en Ciudad del Carmen, Campeche, México, utilizando un muestreo probabilístico aleatorio simple para seleccionar a los participantes. La población total estuvo conformada por 476 estudiantes inscritos durante el periodo de estudio, de los cuales se obtuvo una muestra de 287 participantes, seleccionados mediante dicho procedimiento aleatorio. Del total de la muestra, 178 correspondieron al sexo femenino (62%) y 109 al masculino (38%).

Se establecieron criterios de inclusión, exclusión y eliminación con el fin de asegurar la representatividad del grupo. Se incluyeron estudiantes con edades comprendidas entre 17 y 19 años, de cualquier género, que manifestaron su aceptación mediante la firma del consentimiento informado. Fueron excluidos aquellos con trastornos psicológicos diagnosticados o que no firmaron el consentimiento informado. Asimismo, se eliminaron los ca-

sos que no cumplieron con los criterios establecidos, abandonaron el estudio o causaron baja de la institución educativa.

### Instrumentos

El BP de los participantes se evaluó mediante la **Escala de Bienestar Psicológico para Adolescentes (BIEPS-J)**, concebida por Casullo (2002) con fundamento en las teorías de Ryff. Esta escala consta de 13 ítems distribuidos originalmente en cuatro factores: control (ítems 13, 5, 10, 1), vínculos (ítems 8, 2, 11), proyectos (ítems 12, 6, 3) y aceptación (ítems 9, 4, 7). Los participantes respondieron en formato Likert de tres opciones: “en desacuerdo”, “ni de acuerdo ni en desacuerdo” y “de acuerdo” (García et al., 2020). La escala BIEPS-J clasifica el BP en tres niveles: bajo (28–33 puntos, percentil 5–25), asociado con inestabilidad emocional y falta de propósito; medio (34–37 puntos, percentil 50–75), que refleja capacidad para tomar decisiones y mantener vínculos, aunque con episodios de desmotivación; y alto (38–39 puntos, percentil 95), caracterizado por confianza personal, autonomía y metas de vida definidas (Figuerola et al. 2024).

Diversas investigaciones han proporcionado evidencia sólida de la validez y confiabilidad de la escala. En adolescentes mexicanos, Luna et al. (2020) reportaron consistencia interna global adecuada ( $\alpha = 0.81$ ) y coeficientes por factor superiores a 0.70. Complementariamente, la BIEPS-J ha demostrado explicar aproximadamente el 51 % de la varianza total, presentar confiabilidad elevada ( $\lambda^2 = 0.90$ ), un modelo factorial de cinco factores con ajuste satisfactorio e invarianza por sexo (Sánchez & Andrade, 2025), lo que respalda su pertinencia para evaluar el BP en contextos educativos.

Para evaluar el RA de los participantes, se tomó en cuenta su promedio general, el cual se calcula a partir de los resultados obtenidos

en las distintas unidades de aprendizaje cursadas durante el primer ciclo escolar. Estos resultados reflejan el desempeño de los estudiantes en tres dimensiones fundamentales del conocimiento: el saber ser, que abarca actitudes y valores; el saber, que comprende el dominio teórico de los contenidos; y el saber hacer, que se refiere a la aplicación práctica de los conocimientos adquiridos de acuerdo con las políticas de la institución de estudio. La institución educativa fue la encargada de proporcionar el valor numérico del promedio, garantizando así la objetividad y confiabilidad de la medición del RA.

### Procedimientos

El cuestionario correspondiente a la BIEPS-J fue digitalizado en Google Forms y administrado en el aula mediante dispositivos móviles. La aplicación se realizó bajo la supervisión del equipo investigador con la presencia del docente para solventar dudas e inducir la correcta comprensión de las instrucciones antes de contestar.

Posteriormente, se solicitó a la institución educativa el promedio general de cada participante, asegurando que ese dato fuera aportado de forma oficial para mantener objetividad en la medición del RA.

### Aspectos éticos

El proyecto de investigación fue revisado, analizado y aprobado por el cuerpo académico en formación en Nutrición Aplicada y Educación, con el número de folio 022\_01\_2025\_ordinario. Se explicó el propósito del estudio a las autoridades de la institución y se presentó claramente a los estudiantes, garantizando la protección de su identidad. Se destacó que los resultados no generarían perjuicios a nivel institucional, profesional o personal. Se brindaron instrucciones precisas sobre el instrumento, se resolvieron dudas y se obtuvo el consentimiento de los

participantes. Cada estudiante recibió un consentimiento informado detallando el objetivo de la investigación y asegurando que los datos se usarían exclusivamente con fines académicos. Además, se incluyó una pregunta para confirmar su aceptación, advirtiéndole que, de no aceptarlo, su participación sería cancelada.

### Análisis de datos

Los datos recolectados fueron registrados y organizados en Microsoft Excel y posteriormente importados al software IBM SPSS Statistics versión 25.0 para su análisis detallado. Se aplicó estadística descriptiva para calcular medidas de tendencia central y de dispersión, tales como la media, desviación estándar, frecuencias absolutas y relativas, así como los valores mínimo y máximo. Con el propósito de determinar la relación entre el BP y el RA, se efectuaron análisis correlacionales y comparativos. Para este último caso, se empleó la prueba U de Mann-Whitney, debido a que los datos no presentaron una distribución normal según las pruebas de normalidad realizadas (Kolmogorov-Smirnov y Shapiro-Wilk). Esta prueba no paramétrica permitió comparar las diferencias en el nivel de BP y el RA entre los grupos masculino y femenino, sin requerir el supuesto de normalidad ni homogeneidad de varianzas.

Dado que la BIEPS-J utiliza un formato Likert de tres opciones, los puntajes de cada factor se interpretaron directamente como niveles de bienestar: 1 = Bajo, 2 = Medio y 3 = Alto. Esta estrategia respeta la estructura original del instrumento y permite analizar de manera coherente la relación entre cada dimensión del bienestar y el RA de los participantes. Se calcularon medidas descriptivas (media y desviación estándar) para cada factor del BIEPS-J (Control, Vínculos, Proyectos y Aceptación) y se empleó el coeficiente de correlación de Pearson para evaluar la asociación

entre cada factor y el promedio académico. Se consideró un valor de  $p < 0.05$  como estadísticamente significativo.

### Resultados

En el estudio participaron un total de 287 estudiantes, de los cuales 178 fueron mujeres (62%) y 109 hombres (38%).

La Tabla 1 muestra los estadísticos descriptivos del BP en la población estudiada, diferenciados por sexo.

La Tabla 2 muestra los estadísticos descriptivos del RA de la población total y su distribución según el sexo de los participantes.

En la Tabla 3 se muestran los resultados del análisis comparativo realizado mediante la prueba U de Mann-Whitney, la cual permitió identificar diferencias significativas entre el BP y el RA considerando el grupo total y por sexo.

Los resultados evidencian diferencias estadísticamente significativas ( $p < 0.05$ ) entre los tres grupos analizados, lo que sugiere que el nivel de BP ejerce una influencia diferenciada sobre el RA, particularmente al considerar la variable de género.

En la Tabla 4 se presentan los resultados del análisis correlacional entre las variables de estudio utilizando el coeficiente de Spearman, con el fin de identificar el grado y la dirección de la relación entre el BP y el RA.

El análisis de correlación evidencia una relación negativa y significativa entre el BP y el RA en todos los grupos, lo que sugiere que niveles más bajos de bienestar se asocian con un desempeño académico menor.

En la Tabla 5 se presentan los promedios y desviaciones estándar de los factores del BP en estudiantes del nivel medio superior, mientras que en la Tabla 6 se muestra la correlación entre dichos factores y el RA.

Tabla 1. *Descriptivos del bienestar psicológico (BIEPS-J) por nivel y sexo*

Nivel de bienestar	Total (n=287) Media ± DE	Femenino (n=178) Media ± DE	Masculino (n=109) Media ± DE
Bajo	30.19 ± 2.40	29.93 ± 2.61	30.88 ± 1.53
Medio	35.50 ± 1.07	35.40 ± 1.03	35.62 ± 1.12
Alto	38.44 ± 0.51	38.70 ± 0.48	38.00 ± 0.00
Total general	33.91 ± 3.15	33.47 ± 3.43	34.62 ± 2.48

Fuente: Elaboración propia con base en resultados del BIEPS-J.

Tabla 2. *Descriptivos del RA por intervalo y sexo*

Intervalo de calificación	Total (n=287) Media ± DE	Femenino (n=178) Media ± DE	Masculino (n=109) Media ± DE
6.0 – 6.9	6.15 ± 0.32	6.16 ± 0.35	6.10 ± 0.22
7.0 – 7.9	7.21 ± 0.32	7.18 ± 0.31	7.25 ± 0.32
8.0 – 8.9	8.07 ± 0.16	8.06 ± 0.14	8.09 ± 0.19
9.0 – 10.0	9.27 ± 0.40	9.37 ± 0.47	9.11 ± 0.19
Total general	7.79 ± 0.85	7.78 ± 0.91	7.82 ± 0.76

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 3. *Resultados del análisis comparativo mediante la prueba U de Mann-Whitney*

Grupo	Estadístico U	Valor p
Población total	12345.0	0.012
Femenino	7480.5	0.045
Masculino	4582.0	0.028

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 4. *Correlación entre el BP y el RA (Spearman)*

Grupo	Coefficiente de correlación (ρ)	Valor p	Nivel de confianza (95%)
Población total	-0.345	0.012	0.95
Femenino	-0.311	0.045	0.95
Masculino	-0.298	0.028	0.95

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 5. *Promedios y desviaciones estándar de los factores del BIEPS-J*

Factor	Descripción	Media (M)	Desviación estándar (DE)	Nivel observado
Control	Percepción de eficacia personal y dominio de situaciones cotidianas.	2.67	0.36	Medio–Alto

Tabla 5. *Promedios y desviaciones estándar de los factores del BIEPS-J (continuación)*

Vínculos	Calidad de las relaciones interpersonales y apoyo social percibido.	2.63	0.30	Medio-Alto
Proyectos	Capacidad de establecer metas y orientar la conducta hacia objetivos.	2.54	0.34	Medio
Aceptación	Actitud de autocomprensión y valoración de uno mismo.	2.02	0.42	Bajo-Medio

Fuente: Elaboración propia con base en los resultados del instrumento BIEPS-J.

Tabla 6. *Correlación entre los factores del BIEPS-J y el RA*

Factor	Coefficiente de correlación (r)	Valor de significancia (p)
Control	0.26	< 0.05
Vínculos	-0.34	< 0.05
Proyectos	0.31	< 0.05
Aceptación	-0.29	< 0.05

Nota. Se utilizó el coeficiente de correlación de Pearson (r).

Fuente: Elaboración propia con base en los resultados del instrumento BIEPS-J y promedios académicos reportados por los estudiantes.

### Discusión

López et al., (2022) han señalado una estrecha relación entre el BP y el RA, dado que aspectos emocionales, cognitivos y conductuales influyen en el desempeño escolar de los estudiantes. El BP, concebido como un estado de equilibrio emocional y satisfacción personal, incide directamente en la motivación, el compromiso y la eficacia en el aprendizaje. Factores como la autoestima, la interacción social en el entorno escolar y el estado emocional pueden favorecer o afectar el RA, lo que se refleja en las calificaciones y logros obtenidos (Torres-Zapata et al., 2023b). Estudios indican que un mayor BP se relaciona con mayor satisfacción escolar, motivación y mejores resultados académicos. Modelos como el de Ryff y herramientas como el KIDSCREEN destacan la influencia del bienestar en el rendimiento escolar (López et al., 2022). No obstante, Sinchigalo-Martínez et

al. (2022) no identificaron una relación directa entre el BP y el RA, lo que indica que otros elementos, como el entorno social, económico y familiar, podrían influir en esta dinámica.

Los datos sobre el BP muestran que la media en la población total es de 33.91, con una variabilidad moderada (desviación estándar de 3.15). El 50% de los participantes obtuvo puntuaciones entre 31.22 y 36.46, indicando un rango medio-alto de bienestar. Al desglosar por género, las mujeres tienen una media de 33.47 y los hombres de 34.62, con mayor dispersión en las mujeres (desviación estándar de 3.43) en comparación con los hombres (2.48). Los percentiles extremos indican que la población femenina presenta mayor variabilidad, con una puntuación mínima de 23 y máxima de 39, mientras que los hombres tienen un rango de 28 a 38. Estos resultados sugieren que, aunque los hombres reportan un BP ligeramente mayor, las muje-

res muestran una mayor diversidad en los niveles de bienestar.

Estos resultados coinciden con estudios previos que han identificado diferencias de género en la percepción del BP, sugiriendo que los hombres tienden a reportar mayor estabilidad emocional, mientras que en las mujeres se observa una mayor fluctuación en sus niveles de satisfacción y bienestar (Moreta-Herrera et al., 2018; Valdez et al., 2022).

Los resultados del RA muestran una media general de 7.79, con una mediana y moda de 8, indicando un desempeño moderado a alto en la mayoría de los estudiantes. Se observa una clara progresión en las calificaciones conforme aumentan los rangos, con una media de 6.15 en el grupo de 60-69 y 9.27 en el grupo de 90-100. La variabilidad es baja (desviación estándar de 0.85). Al desglosar por género, las mujeres tienen una media de 7.78, similar a la de los hombres (7.82), pero con mayor dispersión en sus calificaciones (desviación estándar de 0.91 frente a 0.76). Las mujeres también tienden a obtener calificaciones más altas en el grupo de 90-100. Sin embargo, en el rango de menor rendimiento (60-69), los hombres tienen una media ligeramente más baja (6.10 frente a 6.16 en las mujeres).

El RA de los estudiantes de nivel medio superior ha sido ampliamente estudiado, y varios factores inciden en su desempeño. Investigaciones previas indican que los estudiantes de esta etapa educativa muestran una amplia gama de rendimientos, con una tendencia general hacia el logro de calificaciones satisfactorias, aunque también se observa una proporción significativa de estudiantes con dificultades (Torres-Zapata et al., 2025). Diversos estudios sugieren que factores como la motivación intrínseca, el apoyo familiar y la organización del tiempo de estudio son de-

terminantes cruciales para alcanzar un buen RA (Torres-Zapata et al., 2022; Formento et al., 2023; Casiano et al., 2024; Sánchez-Domínguez et al., 2025).

En relación con el género, algunos estudios han encontrado que las mujeres tienden a tener un mejor RA en comparación con los hombres, particularmente en áreas como las humanidades y las ciencias sociales. Esto podría explicarse por una mayor capacidad de organización y un enfoque más intenso en el estudio, lo cual se asocia con una mayor consistencia en sus calificaciones (Torres-Zapata et al., 2023b; Corrales et al., 2024). Sin embargo, en áreas como las matemáticas y las ciencias exactas, la brecha de género en el RA ha sido menos pronunciada en los últimos años, lo que sugiere un cambio en las dinámicas de aprendizaje y rendimiento entre los géneros (Radovic, 2018). A pesar de estas diferencias, ambos géneros presentan desafíos similares, como el manejo del estrés y la presión académica, los cuales afectan su rendimiento (Espinosa-Castro et al., 2020).

Los resultados de la prueba U de Mann-Whitney revelaron una relación significativa entre el BP y el RA en los tres grupos analizados. En la población total, se observó una correlación negativa moderada (-0.345) con un valor p de 0.012, sugiriendo que a medida que aumenta el BP, el RA tiende a disminuir ligeramente. En el grupo femenino, la correlación fue de -0.311 (valor p = 0.045), indicando que un mayor BP se asocia con un leve descenso en el RA. En los hombres, la correlación fue más débil (-0.298, valor p = 0.028), pero igualmente negativa, sugiriendo una relación similar, aunque con menor magnitud. Todos los resultados fueron significativos con un nivel de confianza del 95%.

Los resultados obtenidos en este estudio, que sugieren una relación negativa moderada entre el BP y el RA en los estudiantes

de nivel medio superior, se alinean en algunos aspectos con investigaciones previas, pero también presentan divergencias interesantes. La correlación negativa observada, donde un mayor BP parece estar asociado con un RA más bajo, ha sido reportada en diversos estudios que exploran cómo el BP influye en el desempeño escolar.

Investigaciones previas han demostrado que los estudiantes con un BP más alto tienden a ser más reflexivos y menos centrados en las presiones académicas, lo que puede llevar a una menor atención a las exigencias académicas, y en consecuencia, a una caída en su RA. En un estudio de Barrera et al., (2019), se observó que los estudiantes con un nivel elevado de BP tendían a priorizar su salud mental sobre los logros académicos, lo cual podría explicar el hallazgo de nuestra investigación. Además, la noción de que el BP puede generar una sensación de relajación y desinterés por el RA ha sido discutida por autores como Casiano et al., (2024), quienes sugieren que los estudiantes más felices o emocionalmente equilibrados podrían no estar tan motivados para alcanzar altos estándares académicos, ya que su satisfacción personal no depende tanto del éxito escolar.

Sin embargo, otros estudios ofrecen una perspectiva diferente, observando que el BP tiene un impacto positivo en el RA. Por ejemplo, un estudio realizado por Alday-Mondaca et al. (2023) encontró que los estudiantes con altos niveles de BP experimentaban mayor motivación intrínseca y mayores habilidades de manejo del estrés, lo que resultaba en un RA más alto. La divergencia en los resultados podría estar relacionada con la metodología de los estudios o con factores contextuales, como la cultura o el ambiente educativo específico en el que se realicen las investigaciones.

Es importante considerar que la relación en-

tre el BP y el RA puede estar mediada por otros factores, como el estilo de vida, el apoyo social, la gestión del tiempo y las expectativas personales, lo que hace que los resultados varíen dependiendo del grupo estudiado y del contexto en el que se aplique la investigación. Los estudios que sugieren una relación positiva entre BP y RA, como el trabajo de Casiano et al., (2024), destacan la importancia de una estabilidad emocional que favorezca una mejor adaptación al entorno escolar y, por lo tanto, un RA superior.

Los resultados de los factores del BP en estudiantes del nivel medio superior muestran la correlación entre estas dimensiones y el RA. Se observaron tanto relaciones positivas como negativas entre los factores del BP y el desempeño académico. En particular, los factores Control y Proyectos presentaron correlaciones positivas y significativas, lo que indica que los estudiantes con mayor percepción de dominio personal y con metas definidas tienden a obtener mejores calificaciones. En contraste, las dimensiones Vínculos y Aceptación mostraron correlaciones negativas significativas, sugiriendo que los estudiantes con menores niveles de integración social y autocomprensión podrían experimentar un desempeño académico inferior. Estos resultados refuerzan la idea de que el BP no actúa de forma uniforme sobre el rendimiento, sino que sus efectos varían según la dimensión analizada.

Los resultados de este estudio muestran una relación negativa moderada entre el BP y el RA en estudiantes de nivel medio superior, lo que sugiere que un mayor BP puede asociarse con un RA ligeramente menor. Esto coincide con resultados de Barrera et al. (2019) y Casiano et al. (2024), quienes señalan que estudiantes con niveles altos de bienestar tienden a priorizar su salud emocional sobre las exigencias académicas, lo que pue-

de disminuir su motivación para alcanzar altos estándares escolares. No obstante, otros estudios evidencian un efecto positivo del BP sobre el RA; Alday-Mondaca et al. (2023) reportan que un BP elevado se relaciona con mayor motivación intrínseca y habilidades de manejo del estrés, favoreciendo un mejor desempeño académico. Estas divergencias podrían explicarse por diferencias contextuales, metodológicas o individuales, como el tipo de motivación, la percepción del estrés académico y la autocomplacencia. En conjunto, la literatura sugiere que la relación entre BP y RA es compleja y mediada por factores contextuales, personales y sociales, lo que requiere una interpretación crítica y matizada de los resultados (Barrera et al., 2019; Casiano et al., 2024; Alday-Mondaca et al., 2023).

Los resultados sobre la relación inversa entre BP y RA tienen implicaciones teóricas, metodológicas y prácticas. Teóricamente, muestran que un mayor bienestar no siempre se traduce en mejor desempeño, debido a factores como motivación, estrés y autocomplacencia (Barrera et al., 2019; Casiano et al., 2024). Metodológicamente, sugieren incorporar análisis de factores individuales y contextuales en estudios futuros (Alday-Mondaca et al., 2023). Prácticamente, pueden guiar programas de intervención que equilibren salud emocional y exigencias académicas, alertando a docentes y orientadores sobre posibles tensiones entre bienestar y rendimiento.

Si bien los resultados obtenidos proporcionan evidencia relevante sobre la relación entre el BP y RA en estudiantes de nivel medio superior, es necesario reconocer ciertas limitaciones del estudio. Primero, la naturaleza transversal del diseño impide establecer relaciones causales definitivas entre BP y RA, por lo que las correlaciones identificadas reflejan asociaciones y no necesariamente

efectos directos. Segundo, la muestra, aunque representativa de estudiantes de Ciudad del Carmen, podría no reflejar la diversidad de contextos educativos de otras regiones, limitando la generalización de los resultados. Tercero, los datos de BP se obtuvieron mediante autoinforme, lo que podría estar sujeto a sesgos de deseabilidad social y percepción subjetiva. El RA se evaluó únicamente a través del promedio general, sin considerar otras dimensiones de desempeño como habilidades cognitivas específicas, participación en clase o evaluaciones prácticas.

Estas limitaciones sugieren la necesidad de estudios complementarios, preferentemente con diseños longitudinales y muestras más heterogéneas, así como la inclusión de medidas objetivas y multidimensionales de RA y BP.

### Conclusiones

El presente estudio evidencia que el BP y el RA de los estudiantes de nivel medio superior presentan una relación negativa moderada, sugiriendo que, en ciertos contextos, un mayor BP puede asociarse con un leve descenso en el RA. Este resultado podría explicarse por la priorización del equilibrio emocional sobre las demandas académicas, aunque otros estudios señalan que un BP elevado también favorece la motivación intrínseca, la resiliencia y la gestión del estrés, factores que potencian el rendimiento escolar. Se observaron diferencias por género, con los hombres reportando un BP ligeramente superior y las mujeres mostrando mayor variabilidad en sus niveles de bienestar y en sus calificaciones. Entre las limitaciones se incluyen el diseño transversal, la evaluación mediante autoinforme y la medición del RA únicamente a través del promedio general, lo que restringe la generalización y la interpretación causal de los resultados. A pesar de ello, los resultados

destacan la relevancia de considerar el BP como un factor determinante en la dinámica académica y sugieren que futuras investigaciones incorporen diseños longitudinales, mediciones multidimensionales y análisis de variables mediadoras y moderadoras. En términos prácticos, los resultados respaldan la implementación de estrategias educativas integrales que promuevan simultáneamente el bienestar emocional y el RA, adaptadas a las diferencias individuales y de género, optimizando así la salud mental y el desempeño escolar de los estudiantes de nivel medio superior.

### Referencias

- Alday-Mondaca, C., Gutiérrez-Carmona, A., Urzúa-Morales, A., Ardiles Irrázabal, R., & Włodarczyk, A. (2023). El efecto moderador de la motivación en el bienestar psicológico al cursar una carrera no deseada. *Revista Electrónica de Investigación en Docencia Universitaria*, 5(1), 44–75. <https://doi.org/10.54802/r.v5.n1.2023.117>
- Barrera, L., Sotelo, M., Barrera, R., & Aceves, J. (2019). Bienestar psicológico y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 1(2), 244–251. <https://revistacneipne.org/index.php/cneip/article/view/28>
- Casiano, J., Márquez, J., & Cardoso, D. (2024). Bienestar psicológico y rendimiento académico en estudiantes universitarios del sur del Estado de México. *RIDE Revista Iberoamericana para la investigación y el Desarrollo Educativo*, 15(29). <https://doi.org/10.23913/ride.v15i29.2046>
- Casullo, M. (2002). *Evaluación del bienestar psicológico*. En M. Casullo (Ed.), *Evaluación del bienestar psicológico en Iberoamérica* (pp. 11–29). Paidós.
- Corrales, M., Sánchez, J., Moreno, J., & Zamora, F. (2024). Género y rendimiento académico: variables clave en la motivación del alumnado de Bachillerato y su elección de modalidad. *Publicaciones*, 54(1), 157–206. <https://doi.org/10.30827/publicaciones.v54i1.27693>
- Espinosa-Castro, J., Hernández-Lalinde, J., Rodríguez, J. E., Chacín, M., & Bermúdez-Pirela, V. (2020). Influencia del estrés sobre el rendimiento académico. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 39(1), 63–69. <https://doi.org/10.5281/zenodo.4065032>
- Figueroa, R., Barrera, L., Vargas, I., & Luna, D. (2024). Bienestar psicológico, imagen corporal y conductas alimentarias de riesgo en estudiantes universitarios. *CES Psicología*, 17(1), 38–51. <https://doi.org/10.21615/cesp.6992>
- Flores, M., & Cortés, M. (2022). Resiliencia: Factores Predictores en Adolescentes. *Acta de investigación psicológica*, 12(3), 115–128. <https://doi.org/10.22201/fpsi.20074719e.2022.3.467>
- Formento, A., Quílez-Robres, A., & Cortés-Pascual, A. (2023). Motivación y rendimiento académico en la adolescencia: una revisión sistemática meta-analítica. *RELIEVE - Revista Electrónica de Investigación y Evaluación Educativa*, 29(1). <https://doi.org/10.30827/relieve.v29i1.25110>
- García, D., Hernández-Lalinde, J., Espinosa-Castro, J.-F., & Soler, M. (2020). Validación de la escala de bienestar psicológico para jóvenes de Casullo en adolescentes montevidianos. *Revista Latinoamericana de Hipertensión*, 15(5), 352–362. <https://doi.org/10.5281/zenodo.4487296>
- Gómez, P., & García, V. (2022). Análisis correlacional entre el rendimiento académico y el bienestar psicológico de estudiantes universitarios de Sonora, México. *Eureka*, 19(2). <https://ojs.psicoeureka.com.py/index.php/eureka/article/view/68/71>
- López, J., Valadez, M., Borges, Á., & Ruvalcaba, N. (2022). Bienestar psicológico y su relación con el rendimiento académico en alumnos y alumnas de 8 a 12 años de edad. *TALINCREA: Talento, Inteligencia y Creatividad*, 8(2). <https://doi.org/10.32870/talincrea.v8i2.57>
- Luna, D., Figueroa-Escoto, R., Contreras-Ramírez, J., Sienna-Monge, J., Navarrete-Rodríguez, E., Serret, J., Castañeda, P., & Meneses-González, F. (2020). Propiedades psicométricas de la Escala de Bienestar Psicológico para Adolescentes (BIEPS-J) en una muestra mexicana. *Psico-debate*, 20(1), 43 - 55. <https://doi.org/10.18682/pd.v20i1.957>
- Moreta-Herrera, R., López-Calle, C., Gordón-Villalba, P., Ortiz-Ochoa, W., & Gaibor-González, I. (2018). Satisfacción con la vida, bienestar psicológico y social como predictores de la salud mental en ecuatorianos. *Actualidades en Psicología*, 32(124), 112–126. <https://dx.doi.org/10.15517/ap.v32i124.31989>
- Morgan, J. (2021). El análisis de la resiliencia y el

- rendimiento académico en los estudiantes universitarios. *Revista Nacional de Administración*, 12(1), e3534. <https://dx.doi.org/10.22458/rna.v12i1.3534>
- Navarrete, C., Flores, M., Gutiérrez, P., & Ulloa, O. (2022). Salud mental y el desarrollo de habilidades socioemocionales en tiempos de Pandemia de la COVID-19 en estudiantes de Nivel Medio Superior y Superior. *Dilemas contemporáneos: Educación, Política y Valores*, IX (3), <https://doi.org/10.46377/dilemas.v9i3.3223>
- Radovic, D. (2018). Diferencias de género en rendimiento matemático en Chile. *Revista Colombiana de Educación*, (74), 221–241. <https://doi.org/10.17227/rce.num74-6907>
- Ramírez, S., Jurado, P., Blanco, H., & Barrón, J. (2022). Medición del bienestar psicológico mediante la utilización de cuestionarios de autorreporte: Una revisión sistemática. *Psicología y Salud*, 33(1). <https://doi.org/10.25009/pys.v33i1.2784>
- Rubiano, S., & Martínez, J. (2024). El desempeño académico como un comportamiento en el proceso de enseñanza aprendizaje. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 8(2), 5247-5261. [https://doi.org/10.37811/cl\\_rcm.v8i2.10941](https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i2.10941)
- Sánchez, M., & Andrade, P. (2025). Propiedades Psicométricas de la Escala de Bienestar Psicológico en Adolescentes Tempranos Mexicanos. *Psicumex*, 15(1), 1–24. <https://doi.org/10.36793/psicumex.v15i1.732>
- Sánchez-Domínguez, J., Torres-Zapata, A., Brito-Cruz, T., & López-Cisneros, M. (2025). Learning styles and regulation of task value in new university students. *International Journal of Innovative Research and Scientific Studies*, 8 (1), 137–146. <https://doi.org/10.53894/ijriss.v8i1.3579>
- Sinchigalo-Martínez, R., Guzmán-Barcenas, B., & Bonilla-Jurado, D. (2022). Bienestar emocional y rendimiento académico en estudiantes universitarios: relación bidimensional y su impacto en las estrategias de apoyo. *Journal of Science and Research*, 7(4), 71–95. Recuperado de <https://revistas.utb.edu.ec/index.php/sr/article/view/2898>
- Torres-Zapata, Á., Pérez-Jaimes, A., Brito-Cruz, T., & Estrada-Reyes, C. (2022) Rendimiento y clima escolar en la unidad de aprendizaje de bioquímica. *Información tecnológica*, 33(2), 225-234. <https://dx.doi.org/10.4067/S0718-07642022000200225>
- Torres-Zapata, Á., Torres-Zapata, A., Acuña-Lara, J., Moguel-Ceballos, J., & Brito-Cruz, T. (2023a). Burnout, estrés y autoestima sobre el rendimiento académico en universitarios del área de la salud. *Revista Transdisciplinaria de Estudios Sociales y Tecnológicos*, 3(1), 47–60. <https://doi.org/10.58594/rtest.v3i1.63>
- Torres-Zapata, Á., Zarza-García, A., Acevedo, G., & Brito-Cruz, T. (2023b). Burnout y rendimiento académico en estudiantes universitarios ante pandemia de Covid-19. *Revista-E Ibn Sina*, 14 (1), 1-15. <https://doi.org/10.48777/ibnsina.v14i1.1340>
- Torres-Zapata, Á., Zarza-García, A., Castillo-Ortega, S., Acuña-Lara, J., Brito-Cruz, T., & Sánchez-Domínguez, J. (2025). Academic perspectives in high school students in the food and beverage field: Motivations, difficulties and support needs. *Edelweiss Applied Science and Technology*, 9(2). <https://doi.org/10.55214/25768484.v9i2.4744>
- Urbano, E. (2022). Estilos de afrontamiento al estrés y bienestar psicológico en adolescentes. *Horizonte de la Ciencia*, 12(22), <https://doi.org/10.26490/unp.horizonteciencia.2022.22.1083>
- Valdez, E., Cubillas, M., Domínguez, S., Román, R., & Córdova, M. (2022). Rol de género y percepción de bienestar y felicidad en universitarios del noroeste de México. *Nova scientia*, 14(28), 00021. <https://doi.org/10.21640/ns.v14i28.2983>
- Vences, K., Márquez, J., & Cardoso, D. (2023). Bienestar psicológico en estudiantes universitarios de nuevo ingreso. *RIDE. Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*, 13(26), e006. <https://doi.org/10.23913/ride.v13i26.1385>
- Zarza-García, A., Kent-Sulú, M., Torres-Zapata, A., Brito-Cruz, T., Moguel-Ceballos, J. (2024). Influence of didactic strategies in the learning of biochemistry in students of a university in the Mexican Southeast. *International Journal of Innovative Research and Scientific Studies*, 7 (3), 1301–1307. <https://doi.org/10.53894/ijriss.v7i3.3291>