



SSMS V.2 N.1 005

## Artículo de Investigación

### Salud mental y rendimiento académico en el bachillerato

#### *Mental health and academic performance in high school*

**Autores:**

Cedeño-Castillo, Eddy Alejandro  
Unidad Educativa Francisco José de Caldas  
Santo Domingo – Ecuador  
[eddy.cedeno@educacion.gob.ec](mailto:eddy.cedeno@educacion.gob.ec)  
<https://orcid.org/0000-0002-5767-8109>

Gualpa-Alvarez, Alexandra  
Unidad Educativa Eladio Roldós Barreiro  
Santo Domingo – Ecuador  
[alexandra.gualpa@educacion.gob.ec](mailto:alexandra.gualpa@educacion.gob.ec)  
<https://orcid.org/0000-0003-3228-9286>

Meza-Arguello, Danny Meliton  
Universidad Técnica Luis Vargas Torres  
Esmeraldas – Ecuador  
[danny.meza.arguello@utelvt.edu.ec](mailto:danny.meza.arguello@utelvt.edu.ec)  
<https://orcid.org/0000-0001-5825-9312>

Moreira-Carrasco, Marjorie Elizabeth  
Unidad Educativa Shalón  
Pichincha – Ecuador  
[mamoreira@mailes.ueb.edu.ec](mailto:mamoreira@mailes.ueb.edu.ec)  
<https://orcid.org/0009-0001-0832-0805>

**Corresponding Author:** Cedeño Castillo Eddy Alejandro, [eddy.cedeno@educacion.gob.ec](mailto:eddy.cedeno@educacion.gob.ec)

**Reception date:** 04-Marzo-2024 **Acceptance:** 09-Abril-2024 **Publication:** 18-Abril-2025

#### How to cite this article:

Cedeño Castillo, E. A., Gualpa Alvarez, A., Meza Arguello, D. M., & Moreira Carrasco, M. E. (2025). Salud mental y rendimiento académico en el bachillerato. Sage Sphere Multidisciplinary Studies, 2(1). <https://sagespherejournal.com/index.php/SSMS/article/view/51>



## RESUMEN

Este estudio analiza la relación entre la salud mental y el rendimiento académico en estudiantes de bachillerato en América Latina, destacando cómo trastornos como la ansiedad, la depresión y el estrés afectan negativamente la concentración, la motivación y el desempeño escolar. A través de una revisión documental cualitativa, se identifican los principales factores emocionales que influyen en el bienestar estudiantil y su impacto en funciones cognitivas clave. Además, se examinan estrategias implementadas en instituciones educativas, como el acompañamiento psicológico, las metodologías inclusivas y los espacios seguros, las cuales han demostrado mejorar la participación, la resiliencia y el rendimiento de los estudiantes. El artículo concluye que la salud mental debe ser considerada un componente esencial en el ámbito educativo, ya que atender el bienestar emocional es fundamental para garantizar una educación más equitativa y eficaz en la región.

**Palabras clave:** Salud mental, rendimiento académico, ansiedad, depresión, estrés.

## ABSTRACT

This study analyzes the relationship between mental health and academic performance in high school students in Latin America, highlighting how disorders such as anxiety, depression, and stress negatively affect concentration, motivation, and academic performance. Through a qualitative documentary review, the main emotional factors that influence student well-being and their impact on key cognitive functions are identified. Additionally, it examines strategies implemented in educational institutions, such as psychological support, inclusive methodologies, and safe spaces, which have been shown to improve student participation, resilience, and performance. The article concludes that mental health should be considered an essential component in the educational field, as addressing emotional well-being is critical to ensuring more equitable and effective education in the region.

**Keywords:** Mental health, academic performance, anxiety, depression, stress.

## 1. INTRODUCCIÓN

En América Latina, la salud mental de los estudiantes de bachillerato se ha convertido en un tema de creciente preocupación debido a su impacto en el rendimiento académico. Factores como la ansiedad, la depresión y la falta de apoyo emocional afectan la capacidad de los estudiantes para concentrarse, participar activamente en el aprendizaje y obtener buenos resultados. La ansiedad puede generar distracción y dificultades para retener información, mientras que la depresión suele reducir la motivación y el interés en las actividades académicas (Cancino et al., 2024). Además, la falta de apoyo emocional puede hacer que los estudiantes se sientan aislados o inseguros, afectando su confianza y desempeño. A pesar de la relevancia del tema, en muchos países de la región la atención a la salud mental en el ámbito educativo sigue siendo insuficiente, lo que agrava la situación y perpetúa las desigualdades académicas (García y Martínez, 2013).

Este artículo tiene como objetivo analizar la relación entre la salud mental y el rendimiento académico en estudiantes de bachillerato en América Latina. Se busca identificar los factores que influyen en el bienestar emocional de los estudiantes, como la ansiedad, la depresión y el estrés, y evaluar su impacto en la concentración, la motivación y los resultados académicos.



Además, se proponen estrategias para fortalecer el apoyo emocional en el ámbito educativo y mejorar el desempeño estudiantil.

La relación entre salud mental y rendimiento académico es un aspecto fundamental en la formación de los jóvenes, ya que una adecuada atención a la salud psicológica puede favorecer un aprendizaje más efectivo, una mayor participación en el aula y una reducción de la deserción escolar. Trastornos como la ansiedad y la depresión pueden dificultar la concentración, generar desmotivación y afectar la interacción social, lo que impacta negativamente en el desempeño académico (Chiquito y Padilla, 2022).

Por otro lado, un entorno educativo que promueva el bienestar emocional a través de apoyo psicológico, metodologías inclusivas y espacios de contención puede contribuir a mejorar la autoestima y la resiliencia de los estudiantes, permitiéndoles afrontar mejor los desafíos académicos y personales. Comprender cómo las dificultades emocionales afectan el desempeño académico permitirá diseñar políticas y programas de intervención que beneficien a los estudiantes, promoviendo un ambiente educativo más inclusivo y equitativo (Contreras et al., 2005).

Diversos estudios recientes en América Latina han evidenciado una relación significativa entre la salud mental y el rendimiento académico en estudiantes de bachillerato. Por ejemplo, una investigación en Ecuador titulada “La relación entre ansiedad y rendimiento académico en los estudiantes ecuatorianos de 15 años” de Meneses-Bucheli et al. (2024) encontró que la ansiedad se relaciona de manera inversa con el rendimiento académico en estudiantes de secundaria, evidenciando la importancia de abordar la salud mental en el ámbito educativo.

Asimismo, un estudio en Perú llamado “Problemas en adolescentes, atención plena y rendimiento escolar en estudiantes de secundaria” de Rovira Mercader (2020) demostró que los niveles de depresión y ansiedad son factores determinantes en el bajo rendimiento escolar. Además, una revisión sistemática en México denominada “Relación entre ansiedad, desempeño y riesgo de deserción en aspirantes a bachillerato” de Hernández-Pozo et al. (2015) señaló que los estudiantes que experimentan altos niveles de estrés presentan menor desempeño académico y un mayor riesgo de claudicar. Estos estudios resaltan la necesidad de implementar estrategias integrales que aborden la salud mental en el contexto educativo latinoamericano, con el fin de mejorar el rendimiento académico y el bienestar general de los estudiantes (Espinosa et al., 2020).

El estudio se fundamenta en teorías psicológicas y educativas que explican la influencia de la salud mental en el aprendizaje. La teoría del bienestar subjetivo de Diener destaca que las emociones positivas influyen en el desempeño académico al favorecer la motivación, la concentración y el compromiso con el aprendizaje, mientras que la teoría del estrés



académico de Lazarus y Folkman enfatiza cómo la percepción y el manejo del estrés determinan su impacto en la capacidad de aprendizaje (Castro et al., 2023).

Según Diener, factores como el apoyo social y el sentido de logro contribuyen al bienestar emocional, promoviendo un mejor rendimiento escolar. Por otro lado, Lazarus y Folkman explican que el estrés puede ser una barrera o un impulso dependiendo de las estrategias de afrontamiento utilizadas, ya que un manejo inadecuado puede afectar la concentración y la memoria, mientras que estrategias como la regulación emocional y el apoyo social pueden mitigar sus efectos negativos y mejorar el desempeño académico. Además, el modelo ecológico de Bronfenbrenner permite comprender el impacto del contexto social y familiar en la salud mental de los estudiantes y su rendimiento escolar (García-Gil et al., 2022).

## 2. DESARROLLO

### 2.1. Marco conceptual

La salud mental es un componente fundamental en el desarrollo integral de los adolescentes y desempeña un papel determinante en su rendimiento académico. De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (2022) la salud mental se refiere a un estado de bienestar en el cual el individuo es consciente de sus propias capacidades, puede afrontar las tensiones normales de la vida, trabajar de forma productiva y contribuir a su comunidad. En el contexto del bachillerato, mantener una buena salud mental es esencial para que los estudiantes puedan concentrarse, organizarse y mantener la motivación necesaria para alcanzar el éxito académico.

Durante la etapa del bachillerato, los estudiantes experimentan múltiples cambios físicos, emocionales y sociales que pueden impactar su salud mental. Factores como la presión académica, los conflictos familiares, el acoso escolar, y la incertidumbre sobre el futuro pueden desencadenar síntomas de ansiedad, depresión o estrés. Estos problemas, si no son atendidos adecuadamente, pueden afectar significativamente el rendimiento académico. Según Vega-Fernández et al. (2021) existe una correlación negativa entre los niveles de ansiedad y el desempeño escolar, indicando que los estudiantes con mayor malestar psicológico tienden a obtener calificaciones más bajas y presentan mayores tasas de ausentismo.

El rendimiento académico, entendido como el nivel de logro escolar medido a través de calificaciones y evaluaciones, está directamente influenciado por variables emocionales y cognitivas. Diversas investigaciones destacan que los estudiantes con una salud mental positiva suelen mostrar mejores habilidades de atención, memoria y regulación emocional, lo que facilita el aprendizaje (González et al., 2020). Además, el apoyo psicosocial dentro del entorno educativo, incluyendo la orientación escolar y los programas de bienestar



emocional, puede contribuir significativamente a mejorar tanto la salud mental como el rendimiento de los estudiantes.

Por otro lado, un bajo rendimiento académico también puede actuar como un factor de riesgo para el deterioro de la salud mental, generando un ciclo negativo (Sabando et al., 2023). La percepción de fracaso académico puede afectar la autoestima y provocar sentimientos de frustración, desesperanza y aislamiento. En este sentido, es crucial que las instituciones educativas promuevan estrategias de intervención y prevención que integren aspectos académicos y emocionales, con el fin de fortalecer el bienestar general de los estudiantes (Ramírez y Paredes, 2022).

### 3. METODOLOGÍA

El presente estudio adopta un enfoque cualitativo con un diseño de revisión documental, cuyo propósito es analizar la relación entre la salud mental y el rendimiento académico en estudiantes de bachillerato en América Latina a partir del análisis de fuentes secundarias (Meza et al., 2025). Para ello, se llevó a cabo un proceso de recopilación, clasificación e interpretación de artículos científicos y estudios previos que aborden la influencia de la ansiedad, la depresión y el estrés en el desempeño escolar. Este enfoque permite una comprensión profunda del fenómeno sin recurrir a datos estadísticos, centrándose en el contenido teórico y en los hallazgos de investigaciones cualitativas previas (Cancino et al., 2024).

La selección de fuentes siguió criterios específicos que garanticen la pertinencia y la validez de la información (Meza et al., 2024). Se incluyeron estudios que analicen la relación entre la salud mental y el rendimiento académico en estudiantes de bachillerato en América Latina, priorizando aquellos que ofrezcan una perspectiva cualitativa y que desarrollen un análisis detallado sobre los efectos de los factores emocionales en el proceso de aprendizaje. Asimismo, se han considerado investigaciones que exploren estrategias de intervención en el ámbito educativo para mitigar los efectos negativos de la ansiedad, la depresión y el estrés en los estudiantes (Rovira Mercader, 2020).

La información obtenida se organizó en torno a tres ejes principales. En primer lugar, se examinaron los factores psicológicos que inciden en la salud mental de los estudiantes, como la ansiedad, la depresión y el estrés, destacando sus manifestaciones en el contexto educativo. En segundo lugar, se analizó el impacto de estos factores en el rendimiento académico, poniendo énfasis en aspectos como la concentración, la motivación y el desempeño escolar (Hernández y Jerez, 2024). Finalmente, se exploraron estrategias implementadas en instituciones educativas para fortalecer el bienestar emocional de los estudiantes y mejorar su rendimiento, considerando enfoques que integren el apoyo psicológico, metodologías



inclusivas y ambientes de aprendizaje que fomenten la resiliencia y la participación activa (Avalos Guijarro, 2024).

A través de este análisis, se busca aportar una visión integral sobre la importancia de la salud mental en la educación secundaria y su incidencia en el éxito académico de los estudiantes, proporcionando elementos que permitan fundamentar futuras estrategias de intervención en el ámbito educativo (Bonifaz et al., 2017).

## 4. RESULTADOS

Del análisis documental emergen hallazgos que evidencian la influencia significativa de la salud mental en el rendimiento académico de los estudiantes de bachillerato en América Latina (Meza et al., 2025). La revisión de las fuentes permitió identificar que la ansiedad, la depresión y el estrés son los principales factores psicológicos que afectan el bienestar emocional de los estudiantes. La ansiedad suele manifestarse en preocupaciones constantes sobre el desempeño escolar, miedo al fracaso y dificultades para concentrarse, lo cual interfiere con la adquisición y retención de conocimientos (García et al., 2020).

La depresión, por su parte, provoca una notable pérdida de interés por las actividades académicas, escasa participación en clase y una reducción considerable en la motivación para aprender. El estrés, derivado de presiones escolares, familiares o sociales, incrementa la tensión emocional e impacta negativamente en la capacidad de los estudiantes para organizar su tiempo, mantener la atención y responder de manera eficaz a las exigencias del entorno educativo (Pérez, 2022).

Los efectos de estos factores emocionales se reflejan directamente en el rendimiento académico. Numerosos estudios señalan que los estudiantes que presentan altos niveles de ansiedad o depresión tienden a obtener calificaciones más bajas, presentan mayores niveles de ausentismo y muestran escaso compromiso con las actividades escolares (Cedeño et al., 2022). La afectación en funciones cognitivas como la memoria, la atención y la planificación escolar contribuye a un bajo desempeño general y, en muchos casos, a un riesgo creciente de deserción educativa, sobre todo en contextos donde no existen redes de apoyo emocional efectivas (Sarango y Shugulí, 2023).

Sin embargo, también se identificaron estrategias desarrolladas por algunas instituciones educativas que han contribuido a reducir los efectos negativos de los problemas de salud mental en el ámbito escolar. Estas estrategias incluyen la incorporación de programas de atención psicológica en el entorno educativo, el fomento de metodologías inclusivas que reconozcan las necesidades emocionales del estudiantado y la creación de espacios seguros para la expresión de emociones (García et al., 2020) La implementación de prácticas como la atención plena, el fortalecimiento de habilidades socioemocionales y la promoción del



sentido de pertenencia han demostrado ser útiles para mejorar la motivación, la participación en clase y la resiliencia frente a las dificultades escolares. Estas acciones, además de favorecer un ambiente educativo más humano, permiten a los estudiantes desarrollar recursos personales para enfrentar tanto los retos académicos como los personales, fortaleciendo así su desempeño y su bienestar integral (Avalos Guijarro, 2024).

Desde otro punto de vista, cuidar la salud mental durante la etapa del bachillerato es esencial para mantener el equilibrio emocional y favorecer el rendimiento académico. Una de las principales recomendaciones es establecer rutinas que incluyan horarios regulares de estudio, descanso y recreación (Meza et al., 2022). Según Riso (2019), una buena gestión del tiempo y la incorporación de actividades placenteras ayudan a reducir los niveles de ansiedad y estrés, promoviendo una sensación de control sobre la vida cotidiana. Además, dormir al menos ocho horas por noche, alimentarse de forma equilibrada y realizar actividad física regularmente son prácticas que fortalecen tanto la salud física como la mental.

Otro consejo importante es desarrollar habilidades socioemocionales como la autorregulación, la empatía y la resiliencia. Estas capacidades permiten a los estudiantes enfrentar los desafíos escolares con mayor confianza y mantener relaciones interpersonales saludables. Riso (2019) también enfatiza la importancia de identificar y cuestionar pensamientos negativos automáticos, ya que estos pueden distorsionar la percepción de uno mismo y del entorno. Buscar apoyo en familiares, amigos o profesionales de la salud mental no solo es válido, sino fundamental cuando se experimentan emociones intensas o persistentes. Promover espacios seguros para expresar lo que se siente y aprender estrategias de afrontamiento contribuye a construir una mente más fuerte y equilibrada.

Fomentar el autocuidado emocional es otro pilar clave para mantener una buena salud mental en la adolescencia. Esto implica aprender a reconocer las propias emociones, validar lo que se siente y actuar con compasión hacia uno mismo. Según Goleman (2006) la inteligencia emocional permite a los jóvenes manejar el estrés, controlar los impulsos y mantenerse motivados frente a las dificultades. Practicar la meditación, la escritura reflexiva o técnicas de respiración consciente son herramientas sencillas pero efectivas que ayudan a reducir la tensión y mejorar el enfoque mental. Además, evitar la sobreexposición a redes sociales o ambientes tóxicos puede prevenir sentimientos de comparación, inseguridad o aislamiento que afectan la autoestima y el bienestar psicológico.

## 5. DISCUSIÓN

Los hallazgos obtenidos a partir del análisis documental permiten reafirmar que la salud mental desempeña un papel crucial en el rendimiento académico de los estudiantes de bachillerato en América Latina. La ansiedad, la depresión y el estrés emergen como factores psicológicos que alteran el equilibrio emocional de los jóvenes y, por tanto, interfieren



directamente en su capacidad para aprender, participar en clase y alcanzar un desempeño escolar satisfactorio (Chiquito y Padilla, 2022).

La ansiedad se manifiesta como un obstáculo para la concentración y el manejo adecuado del tiempo, generando un círculo vicioso en el que el temor al fracaso académico agrava aún más el estado emocional del estudiante. La depresión, por su parte, desmotiva profundamente, afectando el interés y la disposición para involucrarse en las actividades escolares. El estrés, especialmente en contextos de alta presión, se convierte en un elemento que sobrecarga al estudiante, debilitando su capacidad de respuesta y su rendimiento global (Espinosa et al., 2020).

Sin embargo, el estudio no solo visibiliza las consecuencias negativas de los problemas emocionales, sino que también resalta el papel transformador de un entorno educativo que promueva el bienestar emocional. Aquellas instituciones que han implementado estrategias de acompañamiento psicológico, metodologías inclusivas y espacios seguros han logrado mejorar la motivación, la participación activa y la resiliencia de sus estudiantes (Bonifaz et al., 2017).

Esto demuestra que la intervención oportuna y adecuada puede no solo prevenir la deserción, sino también favorecer un aprendizaje más profundo y significativo. Además, se evidencia la necesidad urgente de integrar la salud mental como un eje transversal en las políticas educativas de la región. No se trata únicamente de atender casos individuales, sino de construir sistemas educativos sensibles a las emociones, que reconozcan el impacto de lo psicológico en lo académico y que fomenten comunidades escolares más humanas y solidarias (Rovira Mercader, 2020).

Finalmente, el análisis sugiere que atender la salud mental no debe entenderse como un complemento, sino como un componente esencial del proceso educativo. Invertir en bienestar emocional es invertir en la calidad del aprendizaje y en la equidad educativa, especialmente en contextos latinoamericanos marcados por múltiples desigualdades (Sarango y Shugulí, 2023).

## 6. CONCLUSIÓN

A partir del análisis documental realizado, se concluye que la salud mental incide directamente en el rendimiento académico de los estudiantes de bachillerato en América Latina. Trastornos como la ansiedad, la depresión y el estrés afectan funciones cognitivas esenciales como la atención, la memoria y la motivación, lo que interfiere en el aprendizaje y reduce la participación activa en clase. Estos factores emocionales pueden traducirse en bajo rendimiento, ausentismo y, en muchos casos, abandono escolar, especialmente en contextos donde no existen redes de apoyo ni atención psicológica adecuada. En



consecuencia, no puede analizarse el rendimiento académico sin reconocer la influencia decisiva de la salud emocional en los procesos de enseñanza-aprendizaje.

Asimismo, los hallazgos muestran que la implementación de estrategias de apoyo emocional en el entorno educativo tiene un impacto positivo tanto en el bienestar de los estudiantes como en sus resultados académicos. Experiencias documentadas en diferentes instituciones de América Latina evidencian que programas de acompañamiento psicológico, talleres de educación socioemocional y prácticas pedagógicas centradas en la empatía y el respeto fortalecen el sentido de pertenencia, aumentan la motivación y mejoran el clima escolar. La inclusión de estos enfoques no solo contribuye a disminuir los niveles de ansiedad y depresión, sino que también potencia el desarrollo integral del estudiante y su vinculación con el proceso educativo.

En este sentido, se hace evidente la urgencia de integrar la salud mental como un eje estructural dentro de las políticas educativas de la región. No se trata únicamente de implementar acciones aisladas, sino de repensar el sistema educativo desde una perspectiva que reconozca el papel fundamental de las emociones en el aprendizaje. Esto implica capacitar a los docentes en competencias socioemocionales, conformar equipos interdisciplinarios de apoyo psicosocial en las instituciones, fomentar relaciones interpersonales saludables y construir espacios de diálogo y contención emocional. Invertir en salud mental no solo mejora el desempeño académico, sino que también contribuye a una educación más humana, inclusiva y equitativa, capaz de responder a los desafíos sociales y emocionales que enfrentan los jóvenes en contextos de vulnerabilidad.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Avalos Guijarro, A. (2024). Impacto del estrés estudiantil en el rendimiento académico y el bienestar emocional. *Dominio De Las Ciencias*, 10(2), 784–794. doi: <https://doi.org/10.23857/dc.v10i2.3831>
- Bonifaz Arias, I., Trujillo Chávez, H., Ballesteros España, C., Sánchez Espinoza, O., & Santillán Trujillo, M. (2017). Estilos de vida y su relación con las calificaciones escolares: estudio en Ecuador. *Revista Cubana de Investigaciones Biomédicas*, 36(4). Obtenido de [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0864-0](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-0)
- Cancino Cedeño, E., Párraga Mendoza, J., & Castillo Peña, D. (2024). Revisión Sistemática Sobre Salud Mental Y Rendimiento Académico. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 8(2), 1833-1851. doi: [https://doi.org/10.37811/cl\\_rcm.v8i2.10623](https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i2.10623)
- Castro-Jalca, A., Matute-Uloa, G., Morales-Pin, N., & Zambrano-Arauz, P. (2023). Problemas emergentes de salud mental en adolescentes ecuatorianos: una revisión bibliográfica. *Polo del Conocimiento*, 8(9), 976-1020. doi: <https://doi.org/10.23857/pc.v8i9.6064>
- Cedeño Castillo, E. A., Meza Arguello, D. M., Eras Briones, V. I., Sigcho Ocampo, M. V., & Carrión Arias, N. J. (2022). Discriminación racial en el contexto educativo. *Código Científico Revista De Investigación*, 3(3), 376–395. Recuperado a partir de <http://www.revistacodigocientifico.itslosandes.net/index.php/1/article/view/72>
- Chiquito Salguero, F., & Padilla Ayala, K. (2022). Calidad de sueño y rendimiento académico en alumnos de educación general básica y secundaria. (*Tesis de Grado*). Universidad del Pacífico.



- Obtenido de <http://uprepositorio.upacifico.edu.ec/handle/123456789/187>
- Contreras, F., Espinosa, J., Esguerra, G., Haikal, A., Polanía, A., & Rodríguez, A. (2005). Autoeficacia, ansiedad y rendimiento académico en adolescentes. *Diversitas: Perspectivas en Psicología*, 1(2).
- Espinosa-Castro, J., Hernández-Lalinde, J., Rodríguez, J., Chacín, M., & Bermúdez-Pirela, V. (2020). Influencia del estrés sobre el rendimiento académico. *AVFT – Archivos Venezolanos De Farmacología Y Terapéutica*, 39(1). Obtenido de [http://saber.ucv.ve/ojs/index.php/rev\\_aavft/article/view/18707](http://saber.ucv.ve/ojs/index.php/rev_aavft/article/view/18707)
- García, J., & Martínez, M. (2013). ¿Cómo se relaciona la ansiedad escolar con el rendimiento académico? *Revista Iberoamericana de Psicología y Salud*, 63-76. Obtenido de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=245126428003>
- García, J., Jiménez, C., Cargua, N., & Aparicio, M. (2020). Diferencias en ansiedad escolar en alumnado ecuatoriano de bachillerato según sexo y curso. *European Journal of Child Development, Education and Psychopathology*, 8(1), 37-46. doi: <https://doi.org/10.30552/ejpad.v8i1.129>
- García-Gil, M., Fajardo-Bullón, F., & Felipe-Castaño, E. (2022). Análisis del rendimiento académico y la salud mental de los alumnos de educación secundaria según el acceso a los recursos tecnológicos. *Educación XXI*, 25(2), 243-270. doi: <https://doi.org/10.5944/educxx1.31833>
- Goleman, D. (2006). *Inteligencia emocional*. Editorial Kairós.
- González, M., Herrera, L., & Salas, P. (2020). Salud mental y su influencia en el rendimiento académico en adolescentes. *Revista de Psicología Educativa*, 18(2), 45-58. <https://doi.org/10.1016/j.rpe.2020.02.003>
- Hernández Russi, M., & Jerez Cepeda, M. (2024). Estado emocional y rendimiento académico de estudiantes de bachillerato. (*Tesis de Grado*). Obtenido de <https://repositorio.uti.edu.ec/handle/123456789/6576>
- Hernández-Pozo, M., Ramírez-Guerrero, N., López-Cárdenas, S., & Macías-Martínez, D. (2015). Relación entre ansiedad, desempeño y riesgo de deserción en aspirantes a bachillerato. *Psychologia Avances de la Disciplina*, 9(1).
- Meneses-Bucheli, K., Yáñez-Arcos, A., Zevallos-Polo, D., & Carranza-Villarroel, C. (2024). La relación entre ansiedad y rendimiento académico en los estudiantes ecuatorianos de 15 años. *Pensamiento Educativo*, 61(1). doi: <https://doi.org/10.7764/pel.61.1.2023.6>
- Meza Arguello, D. M., Meza Arguello, H. L., Vera Solórzano, J. L., Sabando García, Ángel R., Arguello Saltos, A. M., & Meza Arias, A. M. (2022). Influencia del comportamiento escolar en el rendimiento académico de los estudiantes en la educación a distancia-virtual. *Revista Cognosis. ISSN 2588-0578*, 7(4), 107–124. <https://doi.org/10.33936/cognosis.v7i4.4890>
- Meza Arguello, D. M., Meza Arguello, H. L., Rodríguez Paredes, C. L., Pazmiño Gómez, G. Y., & Lombeida Macas, N. I. (2024). La violencia escolar y sus repercusiones en el tiempo y la vida buena. *Código Científico Revista De Investigación*, 5(2), 1743–1755. <https://doi.org/10.55813/gaea/ccri/v5/n2/631>
- Meza Arguello, D. M., Bedoya Gutiérrez, A. C., Angulo Quiñónez, O. G., & Montaña Escobar, O. G. (2025). La inclusión en la educación superior desde una perspectiva humanista. *Sage Sphere MultidisciplinaryStudies*, 2(1). <https://sagespherejournal.com/index.php/SSMS/article/view/44>
- Meza Arguello, D. M., Díaz Morales, C. de la C., & Rodney Rodríguez, Y. (2025). Convivencia Escolar y Estado de Ánimo: Análisis Correlacional. *Estudios Y Perspectivas Revista Científica Y Académica*, 5(1), 2825–2841. <https://doi.org/10.61384/r.c.a.v5i1.1021>
- Organización Mundial de la Salud. (2022). Salud mental: Fortalecimiento de nuestra respuesta. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>



- Pérez, K. (2022). Influencia del estado emocional en el bajo rendimiento académico de los adolescentes. *Revista Estudios Psicológicos*, 2(3), 7-21. doi: <https://doi.org/10.35622/j.rep.2022.03.001>
- Rovira Mercader, A. (2020). Problemas en adolescentes, atención plena y rendimiento escolar en estudiantes de secundaria. *Propósitos y Representaciones*, 8(1). doi: <https://doi.org/10.20511/pyr2020.v8n1.372>
- Ramírez, C., & Paredes, F. (2022). Relación entre bienestar psicológico y desempeño escolar en estudiantes de nivel medio superior. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 54(1), 70-83. <https://doi.org/10.14349/rfp.2022.v54.n1.6>
- Riso, W. (2019). *Pensar bien, sentirse bien: Técnicas para mejorar tu vida emocional*. Editorial Planeta.
- Sabando García, Ángel R., Meza Arguello, H. L., Sabando García, B. J., & Meza Arguello, D. M. (2023). Acoso escolar en función de las variables rendimiento académico género y edad, caso de estudio estudiantes de instituciones públicas y privadas provincia Santo Domingo: School bullying according to the variables academic performance, gender and age, case study students from public and private institutions province of Santo Domingo. *Suplemento CICA Multidisciplinario*, 7(015), 252–274. <https://doi.org/10.60100/scicam.v7i015.102>
- Sarango-Chillo, B., & Shugulí Zambrano, C. (2023). Procrastinación académica y su relación con la ansiedad escolar en estudiantes de bachillerato de Orellana. *Revista Psicología UNEMI*, 52-63. doi: <https://doi.org/10.29076/issn.2602-8379vol7iss13.2>
- Vega-Fernández, G., Torres, N., & Medina, L. (2021). Ansiedad académica y rendimiento escolar en adolescentes: Un estudio correlacional. *Educación y Sociedad*, 39(2), 123-134. <https://doi.org/10.1590/edusoc2021.39.2.10>