

El estrés infantil y su incidencia en el desarrollo de las habilidades cognitivas en estudiantes de Educación Básica Media

Childhood stress and its impact on the development of cognitive skills in middle school students.

MSc. Gissela Karina Casanova Arteaga

Unidad Educativa Distrito Metropolitano
giss_ksanova31@hotmail.com
<https://orcid.org/0009-0009-6736-7863>
Ecuador – Santo Domingo

MSc. Margot Lorena Jarro Malla

Unidad Educativa Distrito Metropolitano
alessmio849@gmail.com
<https://orcid.org/0009-0009-4398-4154>
Ecuador – Santo Domingo

MSc. Verónica Elizabeth Herrada López

Unidad Educativa Distrito Metropolitano
vhelo1987@hotmail.com
<https://orcid.org/0009-0009-1569-9321>
Ecuador – Santo Domingo

Lic. Johanna Soledad Tipán Agualsaca

Unidad Educativa Distrito Metropolitano
johannasoledadtipanagualsaca@gmail.com
<https://orcid.org/0009-0003-7360-8033>
Ecuador – Santo Domingo

Lic. Agustín Xavier Valarezo Reyes

Unidad Educativa Hualcopo Duchicela
xaviervalarezoeyes55@gmail.com
<https://orcid.org/0009-0004-3092-1449>
Ecuador – Santo Domingo

Formato de citación APA

Casanova, G. Jarro, M. Herrada, V. Tipán, J. & Valarezo, A. (2026). El estrés infantil y su incidencia en el desarrollo de las habilidades cognitivas en estudiantes de Educación Básica Media. Revista REG, Vol. 5 (N°. 2), p. 2836 – 2853.

INTELIGENCIA COLECTIVA

Vol. 5 (N°. 2). abril – junio 2026.

ISSN: 3073-1259

Fecha de recepción: 01-06-2026

Fecha de aceptación :17-06-2026

Fecha de publicación:30-06-2026



RESUMEN

El presente estudio, titulado El estrés infantil y su incidencia en el desarrollo de las habilidades cognitivas, se desarrolló en la Unidad Educativa Fiscal “Carlos Julio Arosemena Tola”, con el propósito de analizar la relación existente entre los niveles de estrés infantil y el desarrollo de las habilidades cognitivas en estudiantes de sexto año de Educación General Básica durante el período lectivo 2026–2027. La investigación surge a partir de la problemática identificada en el contexto escolar, caracterizada por dificultades en la atención, memoria, razonamiento y concentración, asociadas a factores familiares, sociales y académicos que generan situaciones de estrés y afectan el proceso de aprendizaje de los estudiantes. El estudio se desarrolló bajo un enfoque mixto, con un diseño no experimental, de tipo descriptivo y correlacional. La población estuvo conformada por estudiantes de sexto año de EGB, a quienes se aplicaron instrumentos psicopedagógicos y técnicas de observación para evaluar los niveles de estrés infantil y las habilidades cognitivas relacionadas con la atención, la memoria y las funciones ejecutivas. Los resultados evidenciaron la presencia de niveles moderados y altos de estrés en una parte significativa de los estudiantes, así como dificultades en los procesos cognitivos esenciales para el aprendizaje. Asimismo, se identificó una correlación negativa y significativa entre ambas variables, lo que confirma que el incremento del estrés infantil repercute desfavorablemente en el desarrollo de las habilidades cognitivas y en el desempeño académico. Los hallazgos resaltan la importancia de implementar estrategias psicoeducativas y de regulación emocional dentro del contexto escolar, orientadas a promover el bienestar integral y fortalecer los procesos cognitivos y de aprendizaje de los estudiantes.

PALABRAS CLAVE: estrés infantil; habilidades cognitivas; atención; memoria; desarrollo cognitivo; educación básica.

ABSTRACT.

This study, entitled "Childhood Stress and its Impact on the Development of Cognitive Skills," was conducted at the "Carlos Julio Arosemena Tola" Public School to analyze the relationship between childhood stress levels and the development of cognitive skills in sixth-grade students during the 2026–2027 academic year. The research stems from a problem identified within the school context: difficulties with attention, memory, reasoning, and concentration, associated with family, social, and academic factors that generate stressful situations and negatively impact students' learning. The study employed a mixed-methods approach with a non-experimental, descriptive, and correlational design. The population consisted of sixth-grade students, who were assessed using psychoeducational instruments and observation techniques to evaluate childhood stress levels and cognitive skills related to attention, memory, and executive functions. The results revealed moderate to high levels of stress in a significant proportion of students, as well as difficulties in cognitive processes essential for learning. Furthermore, a significant negative correlation was identified between these two variables, confirming that increased childhood stress negatively impacts the development of cognitive skills and academic performance. These findings highlight the importance of implementing psychoeducational and emotional regulation strategies within the school setting, aimed at promoting overall well-being and strengthening students' cognitive and learning processes.

KEYWORDS: childhood stress; cognitive skills; attention; memory; cognitive development; basic education.



INTRODUCCIÓN

El estrés infantil constituye una problemática creciente en los sistemas educativos contemporáneos debido a las repercusiones que genera en el desarrollo integral de los estudiantes. En la etapa escolar, los niños se encuentran en un proceso de maduración cognitiva, emocional y social, por lo que la exposición continua a situaciones estresantes puede afectar significativamente sus capacidades de aprendizaje y adaptación. En este sentido, la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2023) advierte que los problemas relacionados con la salud mental en la infancia han aumentado en los últimos años, convirtiéndose en un desafío prioritario para los sistemas educativos y de salud. Asimismo, el estudio realizado se centra en analizar cómo el estrés infantil influye en las habilidades cognitivas de los estudiantes de Educación General Básica de la Unidad Educativa Fiscal "Carlos Julio Arosemena Tola".

Desde una perspectiva conceptual, el estrés puede definirse como una respuesta fisiológica y psicológica del organismo frente a estímulos percibidos como amenazantes o desafiantes. Hans Selye (1956), considerado el pionero en el estudio del estrés, desarrolló la teoría del Síndrome General de Adaptación, mediante la cual explicó que las personas atraviesan las fases de alarma, resistencia y agotamiento frente a situaciones estresantes. Posteriormente, Lazarus y Folkman (1984) plantearon que el estrés depende de la evaluación cognitiva que realiza cada individuo sobre las demandas del entorno y los recursos disponibles para afrontarlas, destacando el papel de la percepción y la interpretación de las experiencias.

En el caso de la infancia, el estrés adquiere características particulares debido a que los niños aún no poseen mecanismos de regulación emocional completamente desarrollados. Según Lupien et al. (2018), la exposición prolongada a situaciones estresantes puede alterar el funcionamiento neurobiológico y afectar regiones cerebrales relacionadas con la memoria, la atención y las funciones ejecutivas. Por ello, la Academia Americana de Pediatría (2020) distingue entre estrés positivo, estrés tolerable y estrés tóxico, siendo este último el que produce mayores consecuencias negativas sobre el desarrollo cerebral y el bienestar psicológico.

En los contextos educativos actuales, múltiples factores contribuyen al desarrollo del estrés infantil, entre ellos las exigencias académicas, los conflictos familiares, las dificultades socioeconómicas, la violencia intrafamiliar y el uso excesivo de dispositivos tecnológicos. Estas condiciones repercuten en el comportamiento y desempeño de los estudiantes, manifestándose a través de problemas de concentración, irritabilidad, ansiedad, desmotivación y bajo rendimiento académico. De acuerdo con el planteamiento del problema desarrollado en la investigación, estas

manifestaciones son frecuentes en estudiantes de Educación General Básica y representan una preocupación para docentes y familias.

Las habilidades cognitivas, por su parte, constituyen un conjunto de procesos mentales indispensables para la adquisición y procesamiento de la información. Estas comprenden funciones como la atención, la memoria, el razonamiento, la percepción y las funciones ejecutivas, las cuales permiten al estudiante comprender, organizar y aplicar los conocimientos adquiridos. Piaget (1972) sostiene que el desarrollo cognitivo es el resultado de un proceso evolutivo que se produce a través de diferentes etapas, mientras que Vygotsky (1978) enfatiza la importancia de la interacción social y del entorno cultural en la construcción del aprendizaje.

Los avances de la neurociencia han demostrado que existe una estrecha relación entre las emociones y los procesos cognitivos. Investigaciones realizadas por McEwen y Morrison (2020) evidencian que la exposición prolongada al estrés genera una elevada producción de cortisol, hormona que afecta estructuras cerebrales como el hipocampo y la corteza prefrontal, responsables de la memoria, la atención y el razonamiento. En consecuencia, un niño sometido a altos niveles de estrés puede experimentar dificultades para procesar información, resolver problemas y mantener la concentración durante las actividades escolares.

Diversos estudios internacionales han confirmado la influencia negativa del estrés sobre el desarrollo cognitivo. Rebolledo y Sepúlveda (2022), en Chile, encontraron que los estudiantes expuestos a mayores niveles de estrés ambiental presentaban menores niveles de atención y aprendizaje significativo. Del mismo modo, Rincón et al. (2023), en México, determinaron que los niños con mayor exposición a ambientes tensos durante la pandemia evidenciaron deficiencias en la flexibilidad cognitiva y la atención selectiva. Estos hallazgos demuestran que el bienestar emocional constituye una condición indispensable para el desarrollo intelectual.

En el contexto latinoamericano, las investigaciones realizadas por Arévalo et al. (2021) en Colombia evidenciaron que las presiones escolares y los estilos parentales autoritarios generan ansiedad y afectan las funciones cognitivas relacionadas con la memoria de trabajo y la resolución de problemas. De manera similar, Mendoza y Salazar (2019), en Perú, concluyeron que el estrés escolar influye negativamente en las habilidades verbales y matemáticas de los estudiantes, afectando su capacidad para evocar conocimientos y mantener la concentración durante las actividades académicas.

En Ecuador, diferentes investigaciones han puesto de manifiesto la importancia del entorno familiar y escolar en el desarrollo cognitivo de los niños. Martínez y Cedeño (2022) identificaron que situaciones como la violencia intrafamiliar, la inseguridad alimentaria y las dificultades económicas se asocian con problemas de aprendizaje y bajo rendimiento escolar. Asimismo, Caballero y Vera (2023) concluyeron que el bienestar emocional constituye un requisito esencial para el desarrollo cognitivo y el éxito académico, resaltando la necesidad de fortalecer el acompañamiento psicológico y pedagógico desde las primeras etapas educativas.

Desde la perspectiva de la neuroeducación, se reconoce que las emociones y el aprendizaje mantienen una relación bidireccional. Mora (2021) señala que un cerebro emocionalmente equilibrado posee mayores posibilidades de desarrollar procesos de atención, memoria y razonamiento. Por ello, las estrategias orientadas a fortalecer la regulación emocional, las pausas activas y los ambientes de aprendizaje seguros favorecen la plasticidad cerebral y potencian el aprendizaje significativo. Estas aportaciones han permitido comprender que la educación debe abordar de manera integral las dimensiones cognitivas y socioemocionales del estudiante.

En este contexto, la presente investigación tiene como propósito analizar la incidencia del estrés infantil en el desarrollo de las habilidades cognitivas de los estudiantes de sexto año de Educación General Básica de la Unidad Educativa Fiscal “Carlos Julio Arosemena Tola”, durante el período lectivo 2026-2027. Para ello, se adopta un enfoque mixto y un alcance correlacional, con la finalidad de identificar los niveles de estrés presentes en los estudiantes y determinar su relación con los procesos de atención, memoria y razonamiento.

La relevancia de este estudio radica en su aporte al campo de la educación y la psicopedagogía, ya que permitirá generar evidencia científica sobre una problemática cada vez más frecuente en la infancia. Los resultados obtenidos contribuirán al diseño de estrategias psicoeducativas orientadas a la regulación emocional y al fortalecimiento de las habilidades cognitivas, favoreciendo así el bienestar integral y el aprendizaje significativo de los estudiantes. En consecuencia, comprender la relación entre el estrés infantil y el desarrollo cognitivo representa una necesidad fundamental para promover una educación más inclusiva, humanista y centrada en las necesidades socioemocionales de la niñez.

El estrés infantil y su influencia en el desarrollo de las habilidades cognitivas han despertado un creciente interés en el ámbito educativo y psicológico, debido a las repercusiones que este fenómeno tiene sobre el aprendizaje y el bienestar integral de los niños. En los últimos años, diversas investigaciones nacionales e internacionales han evidenciado que los factores estresantes presentes

en el entorno familiar, escolar y social afectan significativamente procesos cognitivos fundamentales como la atención, la memoria y el razonamiento.

En Ecuador, Guevara y Rosero (2023) desarrollaron un estudio cuantitativo orientado a analizar la relación entre el estrés infantil y el rendimiento cognitivo en niños de educación primaria. Los resultados evidenciaron que el estrés crónico asociado a la sobrecarga académica y a la escasa participación familiar disminuye la atención sostenida y la memoria de trabajo. Los autores concluyeron que el entorno emocional y familiar constituye un elemento mediador entre el estrés y el desempeño cognitivo.

De igual manera, Martínez y Cedeño (2022) investigaron la relación entre el estrés infantil y los problemas de aprendizaje en estudiantes de segundo y tercer grado de Educación General Básica. Los hallazgos revelaron que los niños expuestos a situaciones de violencia intrafamiliar, inseguridad alimentaria y dificultades económicas presentaban bajo desempeño en habilidades lógico-matemáticas y dificultades para retener información. Los autores destacaron la necesidad de fortalecer el acompañamiento psicológico dentro del contexto escolar.

En Colombia, Arévalo et al. (2021) analizaron el impacto del estrés académico en niños de educación primaria y determinaron que los altos niveles de presión escolar y los estilos parentales autoritarios generan ansiedad, baja autoestima y dificultades en la memoria de trabajo y la resolución de problemas. En consecuencia, recomendaron implementar estrategias de autorregulación emocional desde las primeras etapas escolares.

Por otra parte, Rebolledo y Sepúlveda (2022), en Chile, compararon el desempeño de estudiantes pertenecientes a contextos vulnerables y no vulnerables, encontrando que aquellos expuestos a mayores niveles de estrés ambiental presentaban menor capacidad de atención, razonamiento y aprendizaje significativo. Estos resultados permitieron concluir que el estrés actúa como un inhibidor de los procesos cognitivos y del rendimiento académico.

Asimismo, Rincón et al. (2023), en México, realizaron un estudio longitudinal sobre los efectos del estrés emocional posterior a la pandemia y evidenciaron que los estudiantes sometidos a ambientes familiares tensos presentaban dificultades en la atención selectiva y en la flexibilidad cognitiva. Los autores señalaron la importancia de implementar programas de apoyo socioemocional como medida preventiva en las instituciones educativas.

Los antecedentes expuestos permiten evidenciar que el estrés infantil constituye un factor que influye negativamente sobre las habilidades cognitivas, razón por la cual resulta pertinente profundizar en esta problemática dentro del contexto educativo ecuatoriano.

El estrés infantil se define como una respuesta fisiológica, emocional y conductual que experimentan los niños cuando perciben que las demandas del entorno superan su capacidad para afrontarlas. Lupien et al. (2018) señalan que el estrés en la infancia representa una reacción adaptativa del organismo frente a situaciones consideradas amenazantes, las cuales pueden originarse en el ámbito familiar, escolar o social.

Desde una perspectiva biológica, el estrés activa el eje hipotálamo-hipófisis-adrenal, encargado de liberar cortisol, hormona que permite responder a las situaciones de tensión. Sin embargo, cuando esta respuesta se prolonga por largos periodos, puede provocar alteraciones en diversas estructuras cerebrales responsables de las funciones cognitivas superiores.

Teoría del Síndrome General de Adaptación de Hans Selye

Hans Selye (1956) fue uno de los primeros investigadores en explicar científicamente el fenómeno del estrés mediante la teoría del Síndrome General de Adaptación. Según este autor, el organismo responde a las situaciones estresantes a través de tres etapas:

- Fase de alarma.
- Fase de resistencia.
- Fase de agotamiento.

Durante la fase de alarma, el cuerpo se prepara para enfrentar la amenaza. Posteriormente, en la fase de resistencia, intenta adaptarse a las exigencias del ambiente. Finalmente, cuando la exposición al estrés es prolongada, se produce la fase de agotamiento, generando alteraciones físicas y psicológicas que afectan el bienestar del individuo. Esta teoría permite comprender cómo la exposición continua a factores estresantes puede influir negativamente en el desarrollo cognitivo.

Modelo cognitivo del estrés de Lazarus y Folkman

Lazarus y Folkman (1984) sostienen que el estrés no depende únicamente de la situación que enfrenta la persona, sino también de la valoración subjetiva que esta realiza sobre los recursos disponibles para afrontarla. Cuando el individuo percibe que no posee las herramientas necesarias para responder adecuadamente a las demandas del entorno, experimenta estrés.

En el caso de los niños, esta teoría cobra especial relevancia debido a que aún se encuentran desarrollando habilidades emocionales y estrategias de afrontamiento, lo que los hace más vulnerables ante situaciones de presión académica, conflictos familiares o problemas de convivencia escolar.

Tipos de estrés infantil

La Academia Americana de Pediatría (2020) clasifica el estrés infantil en tres categorías:

Estrés positivo: Corresponde a experiencias cotidianas de corta duración que contribuyen al desarrollo de la resiliencia y de mecanismos de adaptación saludables.

Estrés tolerable: Se produce ante situaciones más complejas, como la pérdida de un familiar o cambios significativos en la dinámica familiar. Sus efectos pueden ser superados mediante el acompañamiento emocional y *social adecuado*.

Estrés tóxico: *Se caracteriza por la exposición constante y prolongada a situaciones adversas como violencia, pobreza, abandono o maltrato. Este tipo de estrés genera consecuencias negativas sobre el desarrollo cerebral, emocional y cognitivo de los niños.*

Habilidades cognitivas

Las habilidades cognitivas son los procesos mentales que permiten adquirir, organizar, almacenar y utilizar la información. Según Feuerstein (1980), estas capacidades pueden desarrollarse y fortalecerse mediante experiencias de aprendizaje adecuadas y procesos de mediación pedagógica. Las habilidades cognitivas constituyen la base del aprendizaje, ya que permiten interpretar la realidad, resolver problemas y adaptarse al entorno.

Atención: La atención es la capacidad de seleccionar y concentrarse en determinados estímulos, ignorando aquellos que resultan irrelevantes. Esta función resulta esencial para el aprendizaje, puesto que facilita la comprensión y el procesamiento de la información.

Memoria: La memoria es el proceso mediante el cual se almacena y recupera la información previamente adquirida. Su adecuado funcionamiento permite consolidar los aprendizajes y relacionar nuevos conocimientos con experiencias previas.

Razonamiento: El razonamiento comprende la capacidad de analizar, comparar y establecer relaciones entre diferentes elementos con la finalidad de resolver problemas y tomar decisiones.

Funciones ejecutivas

Las funciones ejecutivas incluyen procesos como la planificación, la organización, la flexibilidad cognitiva y el control inhibitorio. Estas habilidades permiten regular la conducta y favorecer un aprendizaje autónomo.

Teoría del desarrollo cognitivo de Piaget

Piaget (1972) sostiene que el desarrollo intelectual ocurre mediante una serie de etapas sucesivas en las que el niño construye activamente sus conocimientos. El aprendizaje depende de la maduración biológica y de la interacción con el entorno.

Teoría sociocultural de Vygotsky

Vygotsky (1978) considera que el desarrollo cognitivo es resultado de la interacción social y cultural. Su teoría destaca la importancia del lenguaje y de la Zona de Desarrollo Próximo como elementos fundamentales para la construcción del conocimiento.

Teoría de la Modificabilidad Cognitiva de Feuerstein

Feuerstein (1980) plantea que la inteligencia no es una capacidad fija, sino que puede desarrollarse mediante experiencias de aprendizaje mediado. Esta teoría resalta el papel del docente y de la familia como agentes que favorecen el desarrollo de las funciones cognitivas.

Las investigaciones neurocientíficas han demostrado que la exposición prolongada al estrés altera el funcionamiento de estructuras cerebrales como el hipocampo, la amígdala y la corteza prefrontal. McEwen y Morrison (2020) señalan que los altos niveles de cortisol afectan procesos relacionados con la memoria, la atención y el razonamiento.

Desde la neuroeducación, Mora (2021) sostiene que un cerebro sometido a estrés tiene mayores dificultades para aprender, debido a que las emociones negativas interfieren con la consolidación de los conocimientos y disminuyen la motivación hacia el aprendizaje. En consecuencia, un ambiente escolar seguro y emocionalmente favorable constituye una condición indispensable para potenciar las habilidades cognitivas y favorecer el desarrollo integral del estudiante.

La presente investigación se sustenta principalmente en la teoría del estrés de Hans Selye, el modelo cognitivo de Lazarus y Folkman, la teoría del desarrollo cognitivo de Piaget, la teoría sociocultural de Vygotsky y la teoría de la modificabilidad cognitiva de Feuerstein. Estas aportaciones permiten comprender que el estrés infantil constituye un factor que influye significativamente en el desarrollo de las habilidades cognitivas y, por ende, en el aprendizaje y desempeño académico de los estudiantes de Educación General Básica. En este sentido, el bienestar emocional y la creación de ambientes educativos favorables representan elementos esenciales para promover un desarrollo cognitivo adecuado y una educación integral centrada en las necesidades de la niñez.

MÉTODO Y MATERIALES

La presente investigación adopta un enfoque mixto, orientado al análisis de la incidencia del estrés infantil en el desarrollo de las habilidades cognitivas en estudiantes de sexto año de Educación General Básica de la Unidad Educativa Fiscal “Carlos Julio Arosemena Tola”, durante el período lectivo 2026–2027. Este enfoque permite integrar datos cuantitativos y cualitativos, con la finalidad de medir las variables de estudio y, al mismo tiempo, interpretar las manifestaciones observadas en el contexto escolar.

En cuanto al diseño metodológico, el estudio es no experimental, descriptivo y correlacional, ya que no se manipulan las variables, sino que se observan tal como se presentan en su ambiente natural. Este diseño permite describir los niveles de estrés infantil, valorar el estado de las habilidades cognitivas y establecer la relación existente entre ambas variables.

La investigación se desarrolló bajo una modalidad de campo, debido a que la información fue recopilada directamente en la institución educativa donde se desenvuelven los estudiantes. Asimismo, presenta un diseño transversal, puesto que los datos fueron recolectados en un único momento del período lectivo 2026–2027, permitiendo obtener una visión clara de la situación estudiada.

La población estuvo conformada por estudiantes de sexto año de Educación General Básica de la Unidad Educativa Fiscal “Carlos Julio Arosemena Tola”. Debido a las características del estudio y a la accesibilidad de los participantes, se trabajó con una muestra representativa de este nivel educativo, garantizando la participación voluntaria, la confidencialidad de la información y el consentimiento informado de los representantes legales.

Como técnicas de recolección de datos se emplearon la encuesta y la observación directa. La encuesta permitió recopilar información sobre los niveles y factores asociados al estrés infantil, mientras que la observación directa facilitó identificar comportamientos relacionados con la atención, memoria, razonamiento y funciones ejecutivas durante las actividades escolares.

El instrumento utilizado fue un cuestionario estructurado de Estrés Infantil, orientado a evaluar manifestaciones emocionales, académicas, familiares y sociales vinculadas con situaciones de tensión en los estudiantes. Además, se aplicó una ficha de observación de habilidades cognitivas, diseñada para valorar indicadores como concentración, retención de información, resolución de problemas, seguimiento de instrucciones y participación en clase.

Los instrumentos permitieron obtener información válida y organizada sobre las variables de estudio. Su aplicación respondió a la necesidad de contar con datos objetivos y observables que

reflejen la relación entre el estrés infantil y el desarrollo cognitivo de los estudiantes de sexto año de Educación General Básica. Para el análisis de los datos se emplearon técnicas de estadística descriptiva e inferencial mediante un software estadístico. En el análisis descriptivo se calcularon frecuencias y porcentajes para identificar los niveles de estrés infantil y el desempeño de las habilidades cognitivas.

En el análisis inferencial se aplicó inicialmente una prueba de normalidad para determinar la distribución de los datos. Posteriormente, al tratarse de variables de carácter ordinal y de una distribución no normal, se utilizó el coeficiente de correlación de Spearman, con el propósito de establecer la relación entre el estrés infantil y las habilidades cognitivas.

Este procedimiento permitió determinar el grado de asociación entre ambas variables y evidenciar si la relación encontrada era estadísticamente significativa. La interpretación de los resultados se realizó en correspondencia con los objetivos planteados y el sustento teórico de la investigación. La elección de esta metodología responde a la necesidad de comprender el fenómeno desde una perspectiva objetiva, contextualizada e integral. Los resultados obtenidos constituyen un aporte relevante para la toma de decisiones pedagógicas y para el diseño de estrategias psicoeducativas orientadas a reducir el estrés infantil, fortalecer las habilidades cognitivas y favorecer el aprendizaje integral de los estudiantes.

ANÁLISIS DE RESULTADOS

A continuación, se presentan los resultados obtenidos a partir de la aplicación del Cuestionario de Estrés Infantil (CEI) y de la ficha de observación de habilidades cognitivas a una muestra representativa de estudiantes de sexto año de Educación General Básica de la Unidad Educativa Fiscal "Carlos Julio Arosemena Tola". Los datos recolectados evidencian la existencia de una correlación negativa y significativa entre los niveles de estrés infantil y el desarrollo de las habilidades cognitivas. En particular, los estudiantes que presentaron menores niveles de estrés demostraron un mejor desempeño en procesos relacionados con la atención, la memoria y el razonamiento, así como una mayor capacidad para seguir instrucciones, resolver problemas y participar activamente en las actividades escolares.

Asimismo, se identificó que los estudiantes con niveles moderados y altos de estrés manifestaron mayores dificultades en la concentración, retención de información y ejecución de tareas académicas, lo que repercute directamente en su proceso de aprendizaje. Los resultados obtenidos permitieron confirmar la hipótesis planteada en la investigación, evidenciando que el estrés infantil constituye un factor que afecta negativamente el desarrollo de las habilidades cognitivas. En este

sentido, los hallazgos resaltan la importancia de implementar estrategias psicoeducativas y de regulación emocional dentro del contexto escolar, orientadas a fortalecer el bienestar socioemocional de los estudiantes y favorecer un desarrollo cognitivo adecuado que contribuya a mejorar su rendimiento académico y su formación integral.

Tabla 1

Entrevista aplicada a los docentes de sexto año sobre el estrés infantil y las habilidades cognitivas.

Preguntas analizadas	Entrevistado 1	Entrevistado 2	Conclusiones de la categoría
1. ¿Qué manifestaciones de estrés observa en los estudiantes de sexto año?	Observa irritabilidad, cansancio, poca participación y dificultad para concentrarse.	Identifica nerviosismo, dolores de cabeza, desmotivación y temor al realizar actividades.	El estrés se manifiesta mediante cambios emocionales, físicos y conductuales.
2. ¿Cuáles considera que son los principales factores que generan estrés infantil?	Señala la sobrecarga de tareas y la presión por obtener buenas calificaciones.	Destaca los problemas familiares, falta de descanso y uso excesivo de tecnología.	Los detonantes principales provienen del contexto escolar y familiar.
3. ¿Cómo influye el estrés en la atención de los estudiantes?	Indica que los estudiantes se distraen con facilidad y pierden el hilo de la clase.	Menciona que la ansiedad impide que mantengan la concentración durante las actividades.	El estrés afecta directamente la atención sostenida en el aula.
4. ¿Cómo afecta el estrés a la memoria y retención de información?	Expresa que algunos estudiantes olvidan contenidos explicados recientemente.	Señala que cuando están preocupados tienen dificultad para recordar instrucciones.	El estrés limita la retención y recuperación de información.
5. ¿Qué estrategias utiliza para reducir el estrés en el aula?	Utiliza pausas activas, diálogo, juegos breves y actividades motivadoras.	Aplica escucha activa, acompañamiento emocional y actividades grupales.	Las estrategias de apoyo emocional favorecen un clima de aula más seguro.
6. ¿Qué necesidades de capacitación docente identifica frente a esta problemática?	Solicita formación en disciplina positiva y manejo emocional infantil.	Propone capacitación en neuroeducación, primeros auxilios psicológicos y ansiedad escolar.	Es necesario fortalecer la formación docente en competencias socioemocionales.

Nota: Resultados de la aplicación de la entrevista a los docentes de sexto año básico.

Los resultados obtenidos a partir de las entrevistas realizadas a los docentes evidencian que el estrés infantil se manifiesta a través de síntomas emocionales, conductuales y físicos que repercuten en el desempeño escolar de los estudiantes de sexto año de Educación General Básica. Entre las manifestaciones más frecuentes se encuentran la irritabilidad, el cansancio, la falta de concentración, el nerviosismo y la desmotivación. Estos hallazgos coinciden con lo planteado por Lupien et al. (2018), quienes sostienen que el estrés infantil representa una respuesta fisiológica y psicológica ante situaciones percibidas como amenazantes, afectando el bienestar y la capacidad de adaptación de los niños. De igual manera, la Organización Mundial de la Salud (2023) señala que los problemas relacionados con la salud mental infantil constituyen una preocupación creciente debido a su impacto en el desarrollo integral y el aprendizaje.

Asimismo, los docentes entrevistados identificaron que los principales factores desencadenantes del estrés se encuentran asociados tanto al contexto escolar como al entorno familiar. La sobrecarga académica, la presión por obtener buenas calificaciones, los problemas familiares y la falta de descanso fueron señalados como elementos que incrementan los niveles de tensión en los estudiantes. Estos resultados concuerdan con lo expuesto por Lazarus y Folkman (1984), quienes afirman que el estrés surge cuando las demandas del entorno son percibidas como superiores a los recursos disponibles para afrontarlas. Del mismo modo, Martínez y Cedeño (2022) destacan que las dificultades familiares y las condiciones socioeconómicas desfavorables influyen negativamente en el desarrollo emocional y cognitivo de los escolares.

En relación con las habilidades cognitivas, los docentes coincidieron en que el estrés afecta principalmente la atención y la memoria, provocando dificultades para seguir instrucciones, retener información y mantener la concentración durante las actividades académicas. Estos resultados son consistentes con los planteamientos de McEwen y Morrison (2020), quienes señalan que la exposición prolongada al estrés genera alteraciones en estructuras cerebrales como el hipocampo y la corteza prefrontal, responsables de funciones cognitivas superiores. Asimismo, Mora (2021) sostiene que un cerebro sometido a situaciones de tensión presenta mayores dificultades para consolidar aprendizajes y desarrollar procesos de razonamiento y comprensión.

Los entrevistados resaltaron la necesidad de implementar estrategias de regulación emocional y fortalecer la formación docente en competencias socioemocionales y neuroeducativas. Las pausas activas, el acompañamiento emocional y la creación de ambientes seguros fueron consideradas acciones fundamentales para reducir el impacto del estrés en el aula. Estos hallazgos coinciden con los planteamientos de Feuerstein (1980), quien sostiene que las capacidades cognitivas pueden

potenciarse mediante experiencias de aprendizaje mediadas y ambientes favorables. En consecuencia, los resultados ponen de manifiesto la importancia de promover una educación integral que considere no solo los aspectos académicos, sino también el bienestar emocional de los estudiantes como elemento indispensable para favorecer el desarrollo de sus habilidades cognitivas y su aprendizaje significativo.

Tabla 2.

Análisis e interpretación del Cuestionario de Estrés Infantil CEI

Nº	Ítem / Indicadores de estrés	Siempre (4)	Casi siempre (3)	A veces (2)	Nunca (1)
1	Nerviosismo ante exceso de deberes	35 %	25 %	30 %	10 %
2	Somatización: dolor de barriga o cabeza	15 %	20 %	45 %	20 %
3	Dificultad para dormir por la escuela	12 %	18 %	40 %	30 %
4	Sentimientos de tristeza ante el error	25 %	35 %	30 %	10 %
5	Percepción de falta de tiempo	20 %	40 %	25 %	15 %
6	Miedo a participar en clase	30 %	20 %	35 %	15 %
7	Hipersensibilidad al ruido ambiental	10 %	15 %	50 %	25 %
8	Fatiga física sin causa aparente	22 %	28 %	35 %	15 %

Nota: Resultados de la aplicación del cuestionario CEI aplicado a los estudiantes de sexto año básico.

Tabla 3

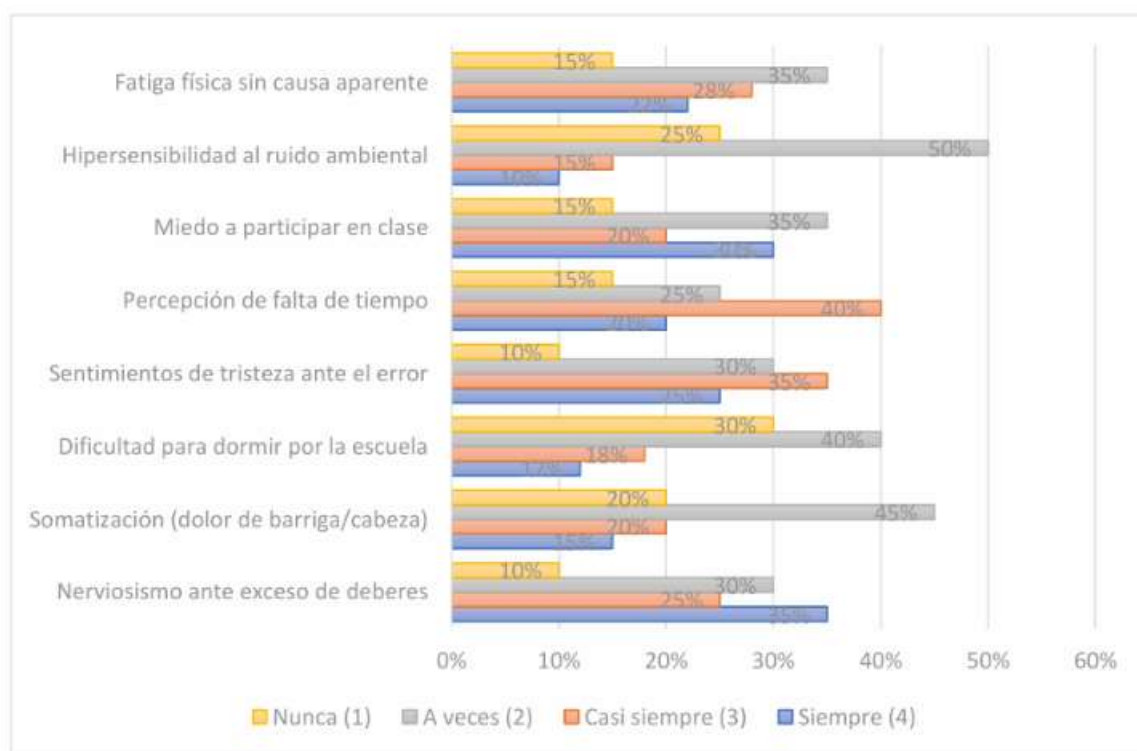
Interpretación general de los resultados del CEI

Aspecto analizado	Resultado relevante	Interpretación
Nerviosismo académico	El 35 % respondió “siempre” y el 25 % “casi siempre”.	La mayoría de estudiantes presenta tensión frente al exceso de deberes, lo que evidencia presión académica.
Somatización	El 45 % respondió “a veces”.	Algunos estudiantes expresan el estrés mediante molestias físicas como dolor de cabeza o estómago.
Sueño	El 40 % indicó “a veces” dificultad para dormir por asuntos escolares.	Las preocupaciones escolares afectan parcialmente el descanso y la recuperación emocional.

Tristeza ante el error	El 25 % respondió “siempre” y el 35 % “casi siempre”.	Existe temor al fracaso y baja tolerancia al error, lo que puede afectar la autoestima académica.
Falta de tiempo	El 40 % respondió “casi siempre”.	Los estudiantes perciben sobrecarga de actividades y dificultad para organizar sus responsabilidades.
Participación en clase	El 30 % respondió “siempre” sentir miedo a participar.	Se evidencia inseguridad para expresarse, posiblemente asociada al temor a equivocarse.
Ruido ambiental	El 50 % respondió “a veces”.	El ambiente del aula puede generar distracción o incomodidad en ciertos momentos.
Fatiga física	El 22 % respondió “siempre” y el 28 % “casi siempre”.	La fatiga puede estar relacionada con tensión emocional, cansancio escolar o falta de descanso.

Gráfico 1.

Resultados del cuestionario de estrés infantil CEI



Nota: Resultados del cuestionario de estrés a los estudiantes de sexto año básico.

La información obtenida a través del Cuestionario de Estrés Infantil evidencia la presencia de diversos indicadores asociados al estrés en los estudiantes de sexto año de Educación General Básica. Entre los aspectos más relevantes se encuentran el nerviosismo ante el exceso de deberes, la percepción de falta de tiempo y el miedo a participar en clase, situaciones que reflejan la influencia de

las exigencias académicas sobre el bienestar emocional de los escolares. Asimismo, una proporción considerable de estudiantes manifestó sentimientos de tristeza frente a los errores y dificultades para dormir debido a preocupaciones relacionadas con las actividades escolares. Estos resultados coinciden con lo planteado por Lazarus y Folkman (1984), quienes sostienen que el estrés aparece cuando las demandas del entorno son percibidas como superiores a los recursos disponibles para afrontarlas.

Por otra parte, los resultados muestran la presencia de manifestaciones físicas asociadas al estrés, como dolores de cabeza o de estómago, hipersensibilidad al ruido ambiental y fatiga sin causa aparente. Estas respuestas evidencian que el estrés infantil no solo afecta la dimensión emocional, sino que también produce alteraciones fisiológicas que pueden repercutir en el bienestar y el desempeño de los estudiantes. En este sentido, Lupien et al. (2018) señalan que la exposición continua a factores estresantes genera cambios neurobiológicos que afectan la capacidad de adaptación y el funcionamiento cognitivo de los niños. Del mismo modo, la Academia Americana de Pediatría (2020) advierte que el estrés prolongado puede producir consecuencias negativas en el desarrollo integral de la infancia.

En términos generales, los hallazgos permiten inferir que los estudiantes presentan niveles moderados de estrés asociados principalmente a factores académicos y emocionales, lo cual puede influir desfavorablemente en procesos cognitivos esenciales para el aprendizaje. La presencia de preocupaciones constantes, inseguridad y síntomas físicos puede limitar la atención, la memoria y la capacidad de razonamiento, afectando el rendimiento escolar. Estos resultados guardan relación con las investigaciones de McEwen y Morrison (2020), quienes afirman que la exposición prolongada al estrés altera el funcionamiento de estructuras cerebrales vinculadas con la memoria y las funciones ejecutivas, evidenciando la necesidad de implementar estrategias de regulación emocional y ambientes escolares que favorezcan el bienestar y el aprendizaje significativo de los estudiantes.

DISCUSIÓN

Los resultados obtenidos evidencian que el estrés infantil incide negativamente en el desarrollo de las habilidades cognitivas de los estudiantes de sexto año de Educación General Básica. Los indicadores más relevantes fueron el nerviosismo ante el exceso de deberes, la percepción de falta de tiempo, el miedo a participar en clase y la tristeza frente al error. Estos hallazgos permiten comprender que las exigencias escolares, cuando no son acompañadas de estrategias emocionales adecuadas, pueden convertirse en factores estresores que limitan la disposición del estudiante para aprender.

En relación con la atención y la memoria, los resultados muestran que los estudiantes con mayores manifestaciones de estrés presentan dificultades para concentrarse, seguir instrucciones y retener información. Esto coincide con McEwen y Morrison (2020), quienes sostienen que la exposición prolongada al estrés afecta estructuras cerebrales como el hipocampo y la corteza prefrontal, responsables de la memoria, la atención y las funciones ejecutivas. Por tanto, el estrés no debe entenderse únicamente como una reacción emocional, sino como un factor que compromete directamente el aprendizaje.

Asimismo, los hallazgos guardan relación con el modelo cognitivo de Lazarus y Folkman (1984), quienes explican que el estrés aparece cuando el estudiante percibe que las demandas del entorno superan sus recursos personales para afrontarlas. En este caso, la sobrecarga de tareas, el temor a equivocarse y la presión académica generan respuestas de inseguridad, ansiedad y evitación, afectando la participación activa en clase y la confianza del estudiante frente a las actividades escolares.

De igual manera, las manifestaciones físicas identificadas, como dolores de cabeza, dolor de estómago, fatiga y dificultad para dormir, reflejan que el estrés infantil tiene un impacto integral en el bienestar del niño. Estos resultados coinciden con Lupien et al. (2018), quienes señalan que el estrés sostenido durante la infancia puede alterar el funcionamiento fisiológico y emocional, afectando la capacidad de adaptación y el desarrollo cognitivo. En consecuencia, el aula debe ser considerada no solo como un espacio académico, sino también como un entorno de protección emocional.

Al contrastar estos resultados con investigaciones previas, se observa coincidencia con estudios desarrollados en contextos educativos latinoamericanos, donde se ha demostrado que el estrés escolar y familiar influye en el bajo rendimiento, la desmotivación y las dificultades cognitivas. De acuerdo con Martínez y Cedeño (2022), los problemas familiares y las condiciones de presión académica afectan la retención de información y el desempeño lógico-matemático. Esto confirma que el bienestar emocional constituye una condición necesaria para el desarrollo de aprendizajes significativos.

La discusión de los resultados permite afirmar que la escuela debe implementar estrategias psicoeducativas orientadas a la regulación emocional, la disminución de la presión académica y el fortalecimiento del clima de aula. Las pausas activas, el aprendizaje basado en el juego, la escucha docente y los espacios de calma pueden contribuir a reducir el estrés y mejorar las habilidades cognitivas. Por ello, se confirma la necesidad de una educación integral que atienda tanto el rendimiento académico como la salud emocional de los estudiantes.

CONCLUSIONES

De acuerdo a la investigación desarrollada, hemos llegado a las siguientes conclusiones:

Se determinó que el estrés infantil incide de manera negativa en el desarrollo de las habilidades cognitivas de los estudiantes de sexto año de Educación General Básica de la Unidad Educativa Fiscal "Carlos Julio Arosemena Tola". Los resultados evidenciaron que niveles elevados de estrés afectan procesos fundamentales como la atención, la memoria y el razonamiento, repercutiendo directamente en el aprendizaje y el desempeño académico de los escolares.

Se identificó que los principales factores desencadenantes del estrés infantil están asociados al ámbito académico y familiar, destacándose la sobrecarga de tareas, la presión por obtener buenas calificaciones, el miedo a cometer errores y las dificultades en el entorno familiar. Estas situaciones generan manifestaciones emocionales, físicas y conductuales que limitan la capacidad de concentración, la retención de información y la participación activa de los estudiantes en las actividades escolares.

Se concluye que es necesario implementar estrategias psicoeducativas y de regulación emocional dentro del contexto escolar, orientadas a fortalecer el bienestar integral de los estudiantes y favorecer el desarrollo de sus habilidades cognitivas. En este sentido, la creación de ambientes de aprendizaje seguros, el uso de pausas activas, las actividades lúdicas y la capacitación docente en competencias socioemocionales constituyen acciones fundamentales para prevenir y reducir el impacto del estrés infantil en el proceso educativo.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICA

- Caccia, Paula A., Opazo, Ayelén, Benitez, Gabriel, Ducasse, Agustina, Morales, Leandro, Serodio, Manuel, Simaes, Ailin C., & Gago-Galvagno, Lucas G. (2023). Estrés Parental y Tipo de Estimulación en el Hogar de Niños y Niñas en contexto COVID-19. *Psykhé (Santiago)*, 32(1), 00110. <https://dx.doi.org/10.7764/psykhe.2021.28269>
- Delgado Reyes, V. I., Menéndez Flores, Ángela M., Menéndez Vélez, L. L., Constante Menéndez, Ángela A., & Arriaga Coque, C. N. (2025). Neuroeducación y desarrollo de habilidades cognitivas en estudiantes de primaria. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 9(6), 4381-4395. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v9i6.21547
- Díaz Bhraunxs de Dávila, J. de los A., Pintado Alburquerque, K. L., & Quiñones Castro, N. V. (2023). Estrés Infantil Post Pandemia. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 7(1), 5332-5342. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i1.4832
- González Ramírez, Y., & González Hernández, K. (2026). Estrés cotidiano infantil, memoria operativa y habilidades lectoras en escolares cubanos. *Revista Cubana De Psicología*, 8(13). Recuperado a partir de <https://revistas.uh.cu/psicocuba/article/view/12550>
- Hernández-Sampieri, R., & Mendoza, C. P. (2018). *Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. McGraw-Hill Education.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer Publishing Company.
- Lupien, S. J., McEwen, B. S., Gunnar, M. R., & Heim, C. (2018). Effects of stress throughout the lifespan on the brain, behaviour and cognition. *Nature Reviews Neuroscience*, 10(6), 434-445. <https://doi.org/10.1038/nrn2639>
- Marmo, J. (2022). ¿Es posible el estrés en la infancia? *Revista de Divulgación Crisis y Retos en la Familia y Pareja*, 4(1), 22-27. <https://doi.org/10.22402/j.rdcfrp.unam.4.1.2022.448.22-27>
- Martínez, M., & Cedeño, J. (2022). Estrés infantil y problemas de aprendizaje en estudiantes de Educación General Básica. *Revista Científica de Educación y Desarrollo*, 7(2), 45-58. <https://revistas.educacion.gob.ec>
- McEwen, B. S., & Morrison, J. H. (2020). The brain on stress: Vulnerability and plasticity of the prefrontal cortex over the life course. *Neuron*, 79(1), 16-29. <https://doi.org/10.1016/j.neuron.2013.06.028>
- Mora, F. (2021). *Neuroeducación: Solo se puede aprender aquello que se ama* (3.ª ed.). Alianza Editorial.

- Näslund-Hadley, E., Koussa, M., & Hernández Agramonte, J. M. (2021). *Habilidades para la vida: El estrés y el desarrollo cerebral en la primera infancia*. <https://doi.org/10.18235/0003205>
- Organización Mundial de la Salud. (2023). *Salud mental del niño y del adolescente*. Organización Mundial de la Salud. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>
- Piaget, J. (1972). *Psicología y pedagogía*. Ariel.
- Rebolledo, P., & Sepúlveda, M. (2022). Estrés ambiental y desarrollo cognitivo en estudiantes de educación primaria en contextos vulnerables. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 54(2), 89-101. <https://doi.org/10.14349/rlp.2022.v54.n2.5>
- Rincón, J., García, L., & Hernández, P. (2023). Impacto del estrés emocional post pandemia en las funciones cognitivas de estudiantes de educación primaria. *Revista Mexicana de Psicología Educativa*, 15(1), 33-48. <https://doi.org/10.22201/fpsi.2023.15.1.456>
- Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in society: The development of higher psychological processes*. Harvard University Press.

CONFLICTO DE INTERÉS:

Los autores declaran que no existen conflicto de interés posibles

FINANCIAMIENTO

No existió asistencia de financiamiento de parte de pares externos al presente artículo.

NOTA:

El artículo no es producto de una publicación anterior.

