Psicodebate, Vol. 26, Nº 1, Junio 2026 - Noviembre 2026
ISSN: 1515-2251
e-ISSN: 2451-6600
33 – 47
http://dx.doi.org/10.18682/pd.v26i1.12081

Adaptación a la Vida Universitaria: Diferencias de Género y Relación con Estrategias de Afrontamiento en Estudiantes de Psicología de Primer Año

Camila Belén Arias[1], Lucía Coppola[2], Marianela Salvo[3], Gianfranco Sassano[4], Macarena Verónica del Valle[5], Eliana Vanesa Zamora[6] y Sebastián Urquijo[7]

RESUMEN

La transición a la vida universitaria conlleva diversas demandas y situaciones estresantes, lo que hace imprescindible el uso de estrategias de afrontamiento para una adaptación adecuada. Un ajuste deficiente en este proceso podría impactar en el desempeño académico e incluso contribuir al abandono de los estudios. En este contexto, las Estrategias de Afrontamiento podrían jugar un papel crucial como factores psicológicos que influyan en la efectividad del proceso de adaptación, contribuyendo a su éxito o fracaso. El objetivo de esta investigación fue evaluar las relaciones entre el uso de Estrategias de Afrontamiento y la Adaptación a la Vida Universitaria en estudiantes ingresantes a la Universidad Nacional de Mar del Plata, y explorar la existencia de una adaptación diferencial en función del género. Para ello, se utilizó un diseño no experimental, de tipo descriptivo correlacional. Se contó con la participación de 208 estudiantes regulares, a quienes se aplicaron la escala de Estrategias de Afrontamiento Brief-COPE y el cuestionario de Adaptación a la Vida Universitaria SACQ-PE. Los resultados mostraron que todas las dimensiones de la adaptación universitaria presentan relaciones positivas con las estrategias activas (especialmente en su modalidad conductual) y, a excepción de la dimensión social, relaciones negativas con las estrategias pasivas. Reinterpretación positiva y Planificación se destacaron por sus relaciones positivas con la totalidad de las dimensiones de la adaptación. Asimismo, se halló que los hombres se adaptan en mayor medida que las mujeres en la dimensión personal-emocional. Este estudio supone un aporte al esclarecimiento de las relaciones entre la Adaptación a la Vida Universitaria y las Estrategias de Afrontamiento. Se discuten los alcances y limitaciones de los resultados, además de sus implicancias para la población universitaria.

Palabras clave: adaptación a la vida universitaria, estrategias de afrontamiento, género, estudiantes universitarios, ingresantes.

[1] Instituto de Psicología Básica, Aplicada y Tecnología, Consejo Nacional de Investigaciones Científicas y Técnicas, Universidad Nacional de Mar del Plata, Argentina; arias.camilabelen@gmail.com; https://orcid.org/0000-0001-8913-9508

[2] Universidad Nacional de Mar del Plata, Argentina; lulnc19@gmail.com; https://orcid.org/0009-0006-2580-8120

[3] Universidad Nacional de Mar del Plata, Argentina; marsalvo0@gmail.com; https://orcid.org/0009-0006-8174-2437

[4] Universidad Nacional de Mar del Plata, Argentina; gianfrancosassano@gmail.com; https://orcid.org/0009-0007-0639-2112

[5] Instituto de Psicología Básica, Aplicada y Tecnología, Consejo Nacional de Investigaciones Científicas y Técnicas, Universidad Nacional de Mar del Plata, Argentina; mdelvalle1989@gmail.com; https://orcid.org/0000-0003-3549-7224

[6] Instituto de Psicología Básica, Aplicada y Tecnología, Consejo Nacional de Investigaciones Científicas y Técnicas, Universidad Nacional de Mar del Plata, Argentina; eliana.zamora@conicet.gov.ar; https://orcid.org/0000-0002-6278-6665

[7] Instituto de Psicología Básica, Aplicada y Tecnología, Consejo Nacional de Investigaciones Científicas y Técnicas, Universidad Nacional de Mar del Plata, Argentina; sebasurquijo@gmail.com; https://orcid.org/0000-0002-8315-9329

Adaptation to University Life: Gender Differences and Relationship with Coping Strategies in First-Year Psychology Students

ABSTRACT

The transition to university life entails various demands and stressful situations, making the use of coping strategies essential for adequate adaptation. Poor adjustment during this process could impact academic performance and even contribute to dropping out. In this context, Coping Strategies may play a crucial role as psychological factors influencing the effectiveness of the adaptation process, contributing to its success or failure. The aim of this study was to evaluate the relationships between the use of Coping Strategies and Adaptation to University Life in first-year students at the National University of Mar del Plata and to explore the existence of differential adaptation based on gender. A non-experimental, descriptive-correlational design was employed. The study involved 208 regular students who completed the Brief-COPE scale for Coping Strategies and the SACQ-PE questionnaire for Adaptation to University Life. The results showed that all dimensions of university adaptation have positive relationships with active strategies (especially in their behavioral modality) and, except for the social dimension, negative relationships with passive strategies. Positive reinterpretation and Planning stood out for their positive relationships with all dimensions of adaptation. Additionally, it was found that men adapt better than women in the personal-emotional dimension. This study contributes to clarifying the relationships between Adaptation to University Life and Coping Strategies. The scope and limitations of the results and their implications for the university population are discussed.

Keywords: university life adaptation, coping strategies, gender, university students, first-year students.

La transición a la universidad constituye una etapa compleja caracterizada por múltiples cambios que implican la adopción de nuevas responsabilidades y una transformación abrupta del entorno social e institucional. En este contexto, se entiende por *adaptación a la vida universitaria* (AVU) a la habilidad del estudiante para gestionar de manera autónoma las demandas propias de la universidad (Domínguez-Lara & Prada-Chapoñan, 2020). Esta capacidad de ajuste involucra distintas dimensiones (Domínguez-Lara et al., 2021): *académica*, referida a la destreza para lidiar con las exigencias educativas (e.g., rendir exámenes, entregar trabajos prácticos); *social*, enfrentar nuevas demandas interpersonales, como las relaciones con compañeros y docentes; *institucional*, que concierne a la alineación de los objetivos propios con los educativos de la institución; y *personal-emocional*, referente a la capacidad para lidiar con los efectos emocionales que estos cambios pueden suscitar.

El interés en el estudio de la AVU radica en su impacto tanto en el bienestar como en el rendimiento de los estudiantes. Por ejemplo, Haktanir et al. (2021) reportan que presentar dificultades en la AVU podría relacionarse con sentimientos de aislamiento, soledad y estrés, así como con relaciones interpersonales tensas y abuso de sustancias. Al mismo tiempo, ha sido señalada como uno de los mayores predictores de las trayectorias académicas (Cobo-Rendón et al., 2023; Credé & Niehorster, 2012), especialmente de la retención universitaria y el rendimiento académico, por lo que una deficiente adaptación podría conducir, en último término, a la deserción académica del estudiante, acarreando consecuencias negativas tales como baja autoestima, ansiedad y depresión (Sosu & Pheunpha, 2019).

Las investigaciones previas también sugieren que ciertas variables demográficas como el género pueden promover una adaptación diferencial. En este sentido, las mujeres presentarían un menor ajuste personal-emocional que sus pares masculinos, por lo que podrían vivenciar la transición universitaria con una mayor percepción de estrés (Bernier et al., 2004; Domínguez-Lara & Prada-Chapoñan, 2020; Páramo-Fernández et al., 2017). No obstante, se ha reportado para este género una mayor adaptación académica (Domínguez-Lara & Prada-Chapoñan, 2020; Márquez-Rodríguez et al., 2009; Melendez, 2016; Páramo-Fernández et al., 2017), evaluada como la capacidad de los sujetos de emplear recursos para el aprendizaje, como los hábitos de trabajo o la organización del tiempo; e institucional (Domínguez-Lara & Prada-Chapoñan, 2020; Melendez, 2016), lo que sugiere que las mujeres muestran mayores grados de compromiso con los objetivos educativos y mayores grados de apego a sus respectivas universidades. Otros estudios, sin embargo, no han hallado diferencias significativas en la AVU según el género (e.g., Aderi et al., 2013).

Ahora bien, la adaptación universitaria se concibe como un proceso multidimensional, lo que ha llevado a considerar no solo aspectos académicos, sino también factores psicológicos y contextuales como determinantes para un ajuste exitoso. Así, una variedad de estudios (e.g., Credé & Niehorster, 2012; Erzen & Ozabaci, 2023; Restrepo et al., 2023) sugieren la importancia que ciertos constructos como la regulación emocional, el apoyo social percibido, los rasgos de personalidad, la autoeficacia académica o las estrategias de afrontamiento, pueden tener sobre el ajuste de los estudiantes a las nuevas circunstancias. En particular, las *Estrategias de Afrontamiento* (EA) utilizadas por los estudiantes pueden promover o dificultar el ajuste a las nuevas circunstancias. Según sean estas estrategias eficaces o ineficaces para el logro de sus metas, podrán ser causantes de bienestar subjetivo y académico o, en caso contrario, de malestar subjetivo y fracaso académico (Domínguez-Lara et al., 2021).

El afrontamiento se refiere a los intentos cognitivos, emocionales y conductuales que la persona realiza para manejar demandas consideradas excesivas (Lazarus & Folkman, 1984). Por lo tanto, las EA serán aquellas acciones de los individuos tendientes a amortiguar los efectos de las situaciones amenazantes (Morán-Astorga et al., 2019). Según el modelo multidimensional propuesto por Carver et al. (1989), las EA pueden clasificarse en dos ejes. En primer lugar, se dividen en función de su enfoque: *cognitivo* (otorgarle sentido a la situación estresante para hacerla más llevadera), *conductual* (acciones dirigidas a afrontar directamente la situación estresante) o *emocional* (intentos de controlar las emociones provocadas por la situación problemática). En segundo lugar, se clasifican según su nivel de actividad o pasividad/evitación en la resolución del problema. Las estrategias *activas* que implican abordar directamente el conflicto suelen asociarse con resultados positivos en términos de adaptación. En cambio, las estrategias *pasivas* o de *evitación*, consistentes en evitar o no enfrentar activamente la situación problemática, se consideran menos efectivas (Carver et al., 1989). Esta agrupación también puede denominarse como de aproximación o escape, respectivamente.

A partir de esta propuesta y de la popularidad del modelo planteado, los autores desarrollaron el instrumento para medir las EA denominado *Coping Orientation to Problems Experienced* (COPE; Carver et al., 1989), el cual fue posteriormente abreviado dando lugar a la Brief-COPE (Carver, 1997). Finalmente, Perczek et al. (2000) presentan una adaptación al español de 24

ítems evaluando un total de 12 estrategias: *Afrontamiento activo* (tomar acción para resolver la situación generadora de estrés), *Planificación* (elaborar un plan de acción), *Abandono del afrontamiento* (desistir de los intentos por afrontar la situación), *Autodistracción* (distraerse con actividades), *Uso de sustancias* (consumir sustancias para sobrellevar o evadir el estrés), *Reinterpretación positiva* (reflexionar sobre el aprendizaje personal positivo de la experiencia), *Humor* (reírse de la situación), *Aceptación* (reconocer la situación y la importancia de la misma), *Negación* (rechazar el evento estresante), *Religión* (refugiarse en la fe), *Búsqueda de apoyo social* (obtener contención de otras personas, así como recursos para resolver la situación) y *Desahogo emocional* (expresar sentimientos de malestar, en ocasiones considerada como una rumiación prolongada que evita el afrontamiento directo de la situación). La clasificación de las estrategias en función del modelo multidimensional se expresa en la Tabla 1.

Tabla 1
Clasificación de las EA según el modelo multidimensional

Enfoque de afrontamiento	Activo/aproximación	Pasivo/evitativo/escape
Conductual	Afrontamiento activo Planificación	Abandono del afrontamiento Autodistracción Uso de sustancias
Cognitivo	Reinterpretación positiva Humor Aceptación	Negación Religión
Emocional	Búsqueda de apoyo social	Desahogo emocional

En el ámbito universitario, las nuevas demandas (e.g., rendir exámenes, conformar grupos de trabajo) pueden suscitar estrés y ansiedad en los ingresantes, por lo que la implementación de EA adaptativas resulta fundamental para lograr una adecuada AVU. Un estilo de afrontamiento caracterizado por el uso de estrategias activas orientadas al problema, la búsqueda de apoyo y cogniciones positivas predice favorablemente la AVU, y se asocia con menores niveles de psicopatología y comportamientos desadaptativos (Quan et al., 2014). En cambio, las personas que adoptan predominantemente estrategias pasivas como la Negación, la resignación y la evasión (Quan et al., 2014), suelen presentar una baja eficacia en la resolución de problemas y esto puede, incluso, exacerbar las manifestaciones emocionales y conductuales disfuncionales (Garnefski et al., 2003). En el mismo sentido, Sasaki y Yamasaki (2007) hallaron que el uso de EA como la Reinterpretación positiva y la resolución de problemas puede favorecer una mejor salud y adaptación en estudiantes universitarios ingresantes y que, en términos generales, un afrontamiento centrado en los problemas resulta un mejor predictor que aquel centrado en la emoción. Al tratarse la Reinterpretación positiva de una estrategia que propicia una reevaluación de la situación estresante y permite extraer un aprendizaje personal de la experiencia, cobra sentido su contribución a la AVU, ya que permitiría percibir el nuevo entorno como desafiante sin que eso suponga una amenaza personal. Otra estrategia estudiada ha sido la Búsqueda de apoyo social (e.g., Tao et al., 2000; Wang et al., 2006), indicando los hallazgos que, si los ingresantes universitarios pudieran buscar apoyo social y tanto la familia como la sociedad brindaran un mayor respaldo, esto favorecería la adopción de otras EA más positivas para superar las dificultades

y facilitar la adaptación al nuevo entorno. En consonancia, Cousins et al. (2015) encontraron asociaciones positivas entre el soporte social y el ajuste universitario en sus dimensiones académica, social e institucional, y correlaciones negativas entre el afrontamiento evitativo centrado en las emociones y todas las dimensiones de la AVU.

Considerando la importancia que la utilización de las EA supone en entornos académicos, determinar su relación con la AVU cobra relevancia en el contexto local. Por un lado, porque la mayor parte de las investigaciones realizadas en la temática fueron desarrolladas en otros países, con características disímiles a las del sistema universitario argentino. Por otro lado, porque la falta de ajuste universitario se relaciona con la deserción de los estudiantes, siendo las dificultades en esta adaptación la principal causa informada por las instituciones (Comisión Nacional de Evaluación y Acreditación Universitaria [CONEAU], 2023). Esta problemática es particularmente significativa en Argentina, donde el desgranamiento en los primeros años es un fenómeno que requiere especial atención dado que, según el Anuario estadístico de la Secretaría de Educación (Ministerio de Capital Humano, 2023), solo el 54% de los nuevos inscriptos en el año 2021 continuaron sus estudios el siguiente año. Teniendo en cuenta el carácter gratuito de la educación superior en el país, y los altos costos que implica el sostenimiento de esta, conocer los factores que contribuyen a la adaptación de los estudiantes puede conducir al diseño de políticas destinadas a reducir la deserción académica, así como el conjunto de síntomas de malestar psíquico que trae aparejada. Por lo tanto, no solo es relevante desde la dimensión educativa, sino también desde el punto de vista clínico o incluso en términos de políticas públicas.

Por ello, este estudio se propuso evaluar las relaciones entre las EA y la AVU en estudiantes de primer año de la Universidad Nacional de Mar del Plata y explorar la existencia de una adaptación diferencial en función del género. De acuerdo con los antecedentes revisados, se espera encontrar evidencias que respalden las siguientes hipótesis:

1. Existen diferencias en función del género para la AVU, especialmente en la dimensión personal-emocional, siendo las mujeres quienes presentan menores niveles de adaptación.

2. El uso de EA activas se asocia positivamente con mayores niveles de AVU, en todas sus dimensiones. En particular, el uso frecuente de estrategias de Planificación, Reinterpretación positiva y Búsqueda de apoyo social se correlacionan significativamente con la AVU. Por el contrario, el uso frecuente de estrategias pasivas o evitativas se vincula negativamente con la adaptación.

Se espera que los resultados de esta investigación puedan robustecer la evidencia empírica respecto a la relación entre estas variables, así como servir como guía para la implementación en el largo plazo de programas de intervención en estudiantes universitarios.

MÉTODO

Participantes

Participaron del estudio 208 estudiantes universitarios de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional de Mar del Plata, que se encontraban cursando su primer año de carrera. Se utilizó un muestreo no probabilístico por

conveniencia, seleccionando los participantes en función de su disponibilidad y accesibilidad en el momento de la recolección de datos. Del total, 81.7% fueron mujeres (*n* = 170), 16.4% fueron hombres (*n* = 34), 1.4% no binaries (*n* = 3) y 0.5% prefirió no indicarlo (*n* = 1). Las edades estuvieron comprendidas entre los 17 y los 63 años, con una media de 23.08 (*DE* = 8.72).

Medidas

Cuestionario de Adaptación a la Vida Universitaria (SACQ; Baker & Siryk, 1989)

Se utilizó para evaluar la AVU en su adaptación al español (Dominguez-Lara et al., 2021). Consta de 27 ítems con un formato de respuesta tipo Likert de nueve puntos, que van desde *totalmente en desacuerdo* hasta *totalmente de acuerdo*. Evalúa cuatro dimensiones de la adaptación universitaria: académica, institucional, social y personal-emocional. El instrumento presenta adecuados niveles de confiabilidad interna, con coeficientes α superiores a .70 (Dominguez-Lara et al., 2021).

Brief-COPE (Perczek et al., 2000)

Constituye la versión abreviada del COPE (Carver et al., 1989) y se utilizó su adaptación al español para evaluar la utilización de EA. Consta de 24 ítems que constituyen 12 escalas, con 4 opciones de respuesta: 1 = *no hice esto en lo absoluto*, 2 = *hice esto un poco*, 3 = *hice esto con cierta frecuencia* y 4 = *hice esto con mucha frecuencia*. Las estrategias evaluadas son: Autodistracción, Afrontamiento activo, Negación, Uso de sustancias, Búsqueda de apoyo social, Abandono del afrontamiento, Desahogo de emociones, Reinterpretación positiva, Planificación, Humor, Aceptación y Religión. La adaptación al español ha demostrado niveles de confiabilidad interna similares a los reportados en la versión original en inglés (Perczek et al., 2000), cuyos coeficientes alfa promedio superan .60 en la mayoría de las escalas, a pesar de estar compuestas por solo dos ítems cada una (Carver, 1997).

Adicionalmente, se administró una encuesta para indagar variables sociodemográficas tales como el género y la edad.

Procedimiento

Se utilizó un diseño no experimental transversal de tipo descriptivo correlacional (Hernández-Sampieri et al., 2014). Se estableció contacto con los estudiantes en clases presenciales de asignaturas correspondientes al primer año, y a través de las plataformas virtuales de la unidad académica. Se los invitó a participar de la investigación informando el objetivo de esta y se solicitó la firma de un consentimiento informado como requisito para la participación, aclarando el carácter voluntario y la posibilidad de abandonar en cualquier momento, sin que ello acarree consecuencias de ningún tipo. Para la toma de datos presencial se repartieron cuestionarios impresos, y para la modalidad online se utilizó la plataforma gratuita *Google Forms*.

Durante todo el proceso, se siguieron y respetaron todas las directrices y recomendaciones éticas correspondientes a la investigación con sujetos humanos (American Psychological Association, 2010; World Medical Association, 2013). Además, los procedimientos fueron sometidos a evaluación por el Programa Temático Interdisciplinario en Bioética de la Secretaría de Ciencias e Innovación Tecnológica de la UNMDP.

Análisis de datos

Se computaron los datos recolectados en una única base de datos con el programa SPSS 25. Se calcularon los puntajes totales de las dimensiones de ambos instrumentos.

Además, tal como ha sido realizado en estudios previos (e.g. Barattucci & Diez, 2017; Krzemien, 2007), se calcularon seis tipos de estrategias de afrontamiento: aproximación conductual, cognitiva y emocional, y escape conductual, cognitivo y emocional, y se elaboraron dos puntuaciones globales que agrupan dichas estrategias en función de su orientación general: afrontamiento activo y afrontamiento pasivo. Se analizaron las variables bajo estudio para estimar la normalidad de estas a través de su curtosis y asimetría. Se consideró para ello el criterio que establece que valores de asimetría y curtosis comprendidos entre ±2 puntos se consideran como límites aceptables de normalidad (e.g., George & Mallery, 2016; Trochim & Donnelly, 2006). Se calcularon los valores estadísticos descriptivos de las variables. A continuación, para determinar si existían diferencias en la AVU en función del género, se aplicaron pruebas no paramétricas *U* de Mann-Whitney. Por último, se procedió a analizar la relación entre la AVU y las EA, para lo que se calcularon correlaciones *Rho* de Spearman.

RESULTADOS

En primer término, se calcularon los valores estadísticos descriptivos para las variables bajo estudio. También se calcularon los valores de asimetría y curtosis para estimar la normalidad de las distribuciones. Los resultados se muestran en la Tabla 2.

Los valores de asimetría y curtosis oscilan entre -1.77 y 5.46, lo que sugiere que algunas de las distribuciones de las variables no cumplen con los criterios de normalidad. En cuanto a la AVU, se reportó una mayor adaptación institucional y una menor adaptación personal-emocional. Respecto al uso de EA, se calcularon las medias de cada subescala del Brief-COPE, considerando valores más altos como indicadores de mayor frecuencia de uso. Las estrategias con mayor puntuación promedio fueron Búsqueda de apoyo y Autodistracción, mientras que las de menor frecuencia de uso fueron Uso de sustancias y Abandono del afrontamiento. Además, se utilizaron en mayor medida estrategias activas, especialmente aquellas vinculadas a la aproximación emocional. Dentro de las estrategias pasivas, también las vinculadas a la dimensión emocional fueron las más utilizadas.

A continuación, para determinar si existían diferencias en función del género, se aplicaron pruebas no paramétricas *U* de Mann-Whitney. Los resultados se muestran en la Tabla 3.

El género mostró diferencias estadísticamente significativas para la adaptación en su dimensión personal-emocional, siendo las puntuaciones de los hombres mayores que las de las mujeres, con un tamaño del efecto mediano (López-Martín & Ardura-Martínez, 2023). En términos de adaptación académica, social e institucional no se hallaron diferencias significativas entre ambos géneros.

Tabla 2
Valores estadístico-descriptivos de las variables bajo estudio

	M	*DE*	Mínimo	Máximo	Asimetría	Curtosis
Adaptación Institucional	7.29	1.21	3.00	9.00	-1.77	3.27
Adaptación Personal-emocional	4.93	1.84	1.31	9.00	0.18	-0.78
Adaptación Social	5.92	2.28	1.00	9.00	-0.28	-1.05
Adaptación Académica	5.20	1.86	1.00	9.00	0.05	-0.56
Autodistracción	2.93	0.74	1.00	4.00	-0.42	-0.15
Afrontamiento activo	2.90	0.82	1.00	4.00	-0.30	-0.77
Negación	1.66	0.80	1.00	4.00	1.10	0.43
Uso de sustancias	1.32	0.70	1.00	4.00	2.43	5.46
Búsqueda de apoyo	3.02	0.97	1.00	4.50	-0.58	-0.82
Abandono del afrontamiento	1.64	0.67	1.00	4.00	1.06	0.88
Desahogo emocional	2.48	0.76	1.00	4.00	0.08	-0.39
Reinterpretación positiva	2.92	0.81	1.00	4.00	-0.29	-0.79
Planificación	2.85	0.88	1.00	4.50	-0.32	-0.71
Humor	2.39	0.84	1.00	4.00	0.09	-0.71
Aceptación	2.92	0.78	1.00	4.00	-0.18	-0.82
Religión	1.82	0.97	1.00	4.00	0.95	-0.28
Estrategias pasivas	1.98	0.38	1.08	3.17	0.41	-0.09
Estrategias activas	2.84	0.56	1.58	4.00	0.06	-0.73
Aproximación conductual	2.88	0.77	1.00	4.00	-0.25	-0.73
Aproximación cognitiva	2.75	0.58	1.50	4.00	0.14	-0.65
Aproximación emocional	3.02	0.97	1.00	4.50	-0.58	-0.82
Escape conductual	1.97	0.45	1.00	3.67	0.69	0.97
Escape cognitivo	1.74	0.65	1.00	4.00	0.86	0.18
Escape emocional	2.48	0.76	1.00	4.00	0.08	-0.39

Tabla 3
Diferencias de género en la AVU de estudiantes universitarios

	Mujer (*n* = 170)	Varón (*n* = 34)	*U*	*g* de Hedges
	Mdn (Rango)	Mdn (Rango)		
Adaptación Institucional	99.63(16239.50)	86.31(2675.50)	2179.50	-
Adaptación Personal-emocional	90.73(14517.50)	129.34(4397.50)	1637.50**	0.74
Adaptación Social	99.58(16929)	117.09(3981)	2394	-
Adaptación Académica	99.45(16608)	108.62(3693)	2580	-

Nota: **p < .01, *p < .05

Por último, se calcularon correlaciones *Rho* de Spearman para analizar la relación entre los niveles de AVU y el uso de EA. Los resultados se expresan en la Tabla 4. Se encontraron correlaciones estadísticamente significativas entre

las dimensiones de la AVU y algunas EA. En términos generales, todas las dimensiones de la AVU mostraron correlaciones positivas con las estrategias activas y, a excepción de la dimensión social, correlaciones negativas con las estrategias pasivas. Además, mostraron patrones diferenciados con las modalidades de afrontamiento, presentando relaciones directas especialmente con la aproximación conductual, seguido por la cognitiva y la emocional, e inversas con el escape conductual. El escape cognitivo mostró relaciones débiles solo con la dimensión personal-emocional, y para el escape emocional no se hallaron correlaciones significativas. En cuanto a las estrategias específicas, Reinterpretación positiva y Planificación, se relacionaron con las cuatro dimensiones de la AVU. Asimismo, excepto para la dimensión social, se presentaron correlaciones directas con el Afrontamiento activo y la Aceptación, e inversas con el Abandono del afrontamiento y la Negación. La estrategia Búsqueda de apoyo presentó relaciones con la adaptación social y, en menor medida, con la adaptación institucional y académica. Por último, cabe señalar que algunas estrategias mostraron asociaciones con dimensiones particulares. Tal es el caso del Uso de sustancias, que presentó relaciones negativas con la adaptación personal-emocional, y del Humor y la Religión, que se vincularon con la dimensión social y académica, respectivamente.

Tabla 4
Correlaciones entre la AVU y el uso de EA

	Adaptación Institucional	Adaptación Personal-emocional	Adaptación Académica	Adaptación Social
Autodistracción	.08	-.03	.08	-.00
Afrontamiento activo	.37**	.26**	.39**	.09
Negación	-.19**	-.24**	-.23**	.03
Uso de sustancias	-.10	-.19**	-.12	.06
Búsqueda de apoyo	.14*	.01	.18*	.29**
Abandono del afrontamiento	-.27**	-.32**	-.35**	-.01
Desahogo emocional	-.11	-.13	-.10	-.00
Reinterpretación positiva	.28**	.18*	.29**	.24**
Planificación	.24**	.16*	.28**	.23**
Humor	-.08	-.13	-.05	.13*
Aceptación	.23**	.14*	.20**	.09
Religión	.06	.01	.15*	.02
Estrategias pasivas	-.18*	-.30**	-.17*	.00
Estrategias activas	.27**	.14*	.31**	.27**
Aproximación conductual	.34**	.24**	.37**	.19**
Aproximación cognitiva	.18*	.09	.19**	.21**
Aproximación emocional	.14*	.01	.18*	.29**
Escape conductual	-.15*	-.25**	-.19**	-.01
Escape cognitivo	-.07	-.14*	-.03	.00
Escape emocional	-.11	-.13	-.10	-.00

Nota: $^{**}p < .01$; $^{*}p < .05$.

DISCUSIÓN

El presente estudio se propuso explorar las relaciones entre la AVU y las EA en ingresantes universitarios. En sentido amplio, los resultados indican que un manejo eficaz del estrés a través de la utilización de ciertas EA puede favorecer una mejor adaptación a las demandas que impone la transición a la universidad, por lo que puede considerarse un factor psicológico relevante en esta etapa.

En primer término, se calcularon los valores estadístico-descriptivos de las variables bajo estudio. Los estudiantes presentaron una menor adaptación personal-emocional, mostrando que la mayor dificultad en la transición universitaria se relaciona con la habilidad para lidiar con el impacto emocional generado por los cambios acaecidos. Este hallazgo resulta coherente, considerando que los estudiantes universitarios son una población especialmente vulnerable al malestar y la aparición de problemas de salud mental en general (del Valle et al., 2021), particularmente los ingresantes, que deben lidiar con la novedad de las demandas (Duche-Pérez et al., 2020). No obstante, la mayor adaptación se presentó en la dimensión institucional, lo que resulta alentador, ya que indica un fuerte sentido de pertenencia, factor fundamental para la permanencia en los estudios (Rojas-Retamal et al., 2023).

En cuanto a las EA, los ingresantes recurrieron principalmente a estrategias activas, en especial de aproximación emocional, destinadas a modular el impacto emocional de la situación. Si bien estas estrategias no implican necesariamente una confrontación directa con el estresor, han mostrado asociaciones positivas con el ajuste psicológico en contextos universitarios (Quan et al., 2014), por lo que su uso podría contribuir al proceso de adaptación. En consonancia, la EA con mayor frecuencia de uso fue Búsqueda de apoyo, lo cual coincide con estudios previos (González-Cabanach et al., 2009). La evidencia señala que el apoyo social tiene la capacidad de incrementar la resistencia de las personas ante cambios vitales y situaciones estresantes (González et al., 2015), como la AVU. Por su parte, la EA con menor frecuencia de uso fue Uso de sustancias, que se asocia con la exposición a situaciones riesgosas (White & Hingson, 2013), entre otros efectos nocivos documentados, por lo que resulta positivo que sea una estrategia infrecuente entre los estudiantes universitarios.

En segundo lugar, se establecieron diferencias de género en la AVU de los ingresantes. De manera similar a estudios previos (Bernier et al., 2004; Domínguez-Lara & Prada-Chapoñan, 2020; Páramo-Fernández et al., 2017), se halló que los hombres presentan una mayor adaptación personal-emocional que sus pares femeninos. Esto podría explicarse por diferencias culturales en la crianza y socialización de ambos géneros. Por un lado, las mujeres poseen un mayor aval para estar en contacto con sus emociones (Suberviola, 2019), lo que puede facilitar la expresión de reacciones emocionales negativas ante el estrés, como la tristeza. Por otro lado, tienden a presentar mayores sentimientos negativos asociados a situaciones de evaluación (Núñez-Peña et al., 2016), pudiendo percibir a la vida universitaria como una amenaza en lugar de un desafío, lo que conduce a un mayor estrés. Para las dimensiones restantes no se hallaron en este estudio diferencias de género significativas, discrepando así con investigaciones que destacan una mayor adaptación por parte de las mujeres en las dimensiones académica e institucional (Domínguez-Lara & Prada-Chapoñan, 2020; Márquez-Rodríguez et al., 2009; Melendez, 2016;

Páramo-Fernández et al., 2017), lo que podría atribuirse a una baja representación masculina en la muestra.

Por último, se realizaron correlaciones entre la AVU y el uso de EA, en las que se hallaron asociaciones positivas entre la AVU y las estrategias activas, y negativas con las pasivas. Los resultados son consistentes con la literatura científica (e.g., Quan et al., 2014; Sasaki & Yamasaki, 2007), y expresan que instrumentalizar estrategias orientadas al problema redunda en beneficios directos para la adaptación en todas sus dimensiones. Pese a que las conductas evitativas pueden tener beneficios en el corto plazo (e.g., el Abandono del afrontamiento puede aliviar temporalmente a la persona al no tener que enfrentar un estresor), resultan perjudiciales en el mediano y largo plazo, dado que contribuyen a aumentar el malestar y refuerzan las creencias disfuncionales respecto a la competencia personal (Martínez-Rubio et al., 2023). Por lo tanto, cobra sentido que las EA agrupadas en esta categoría se asocien negativamente con el ajuste universitario.

Si bien todas las modalidades de afrontamiento se asociaron con la AVU, la aproximación de tipo conductual se destacó por sobre el resto, lo que podría explicarse por el potencial que presenta la conducta para modificar cogniciones y emociones asociadas y promover así una mejor adaptación a los nuevos entornos. Por ejemplo, ante un estresor de aparición frecuente en el ámbito universitario como es la preparación de un examen, un estudiante que implementa ensayos conductuales como una forma posible de Planificación, recibirá información que actualice sus creencias de autoeficacia (Furlan et al., 2019), con una consecuente disminución de la ansiedad.

Respecto a las estrategias específicas, Reinterpretación positiva y Planificación, se relacionaron con las cuatro dimensiones de la adaptación. Esto podría ser un indicador de que realizar una evaluación positiva de la transición, como una experiencia de crecimiento, y planificar cómo cumplir con los propios objetivos, resulta de vital importancia para lograr una transición general adecuada, tal como indican Sasaki y Yamasaki (2007). Además, la Aceptación y el Afrontamiento activo de la situación contribuiría a la adaptación institucional, personal-emocional y académica. En este sentido, la aceptación cognitiva de la situación y de la importancia de esta podría ser un paso previo para efectuar estrategias conductuales orientadas al manejo activo de los estresores. En cambio, la Negación, el Abandono del afrontamiento y el Uso de sustancias podrían generar un impacto negativo en la adaptación, debido a su carácter evasivo, que impide abordar los estresores de manera efectiva y sostenida (Freire et al., 2020).

La Búsqueda de apoyo, tal como señala la literatura (Cousins et al., 2015; López-Angulo et al., 2021; Wang et al., 2006), se vincula principalmente con la adaptación social del estudiante, aunque también presentó asociaciones débiles con la adaptación institucional y académica. Buscar y conseguir contención en otras personas no solo favorece el establecimiento de relaciones positivas con otros, sino que también promueve la formación de lazos cercanos que brindan respaldo en contextos académicos e institucionales (Cousins et al., 2015), por ejemplo, mediante la creación de grupos de estudio o la consulta a centros de estudiantes para una mejor comprensión de dinámicas institucionales. De esta manera, es considerada como una estrategia fundamental por su impacto favorable sobre los procesos de adaptación y el desempeño académico (López-Angulo et al., 2021; Tinajero et al., 2020).

Es preciso señalar ciertas limitaciones inherentes al estudio a la hora de tomar en cuenta sus resultados. En primer lugar, el uso de técnicas de autoinforme puede afectar la precisión de los resultados, ya que al responder los participantes pueden reportar comportamientos percibidos como socialmente deseables, que no necesariamente se correspondan con sus conductas habituales. En segundo lugar, si bien la proporción de hombres en la muestra utilizada es similar a la distribución del género presente en la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional de Mar del Plata, la cantidad de participantes de ese género resulta reducida para algunos análisis, dificultando la posibilidad de alcanzar potencia estadística y limitando la generalización de los hallazgos a otros estudiantes de ese género de la misma población. En tercer lugar, al tratarse exclusivamente de estudiantes de la carrera de Psicología, es posible que existan características particulares asociadas a esta formación (como un mayor interés por temáticas psicoemocionales o una mayor familiaridad con cuestionarios de autoinforme) que influyan en las variables estudiadas. Por último, cabe destacar que, si bien los instrumentos psicométricos utilizados han sido ampliamente utilizados en la región, no se encuentran adaptados específicamente a población argentina, lo que podría incidir en la validez de las mediciones.

Considerando estas apreciaciones, se sugiere que futuras investigaciones incluyan muestras más amplias y diversas, tanto en términos de género como de carreras universitarias, con el fin de ampliar la validez externa de los resultados. Asimismo, sería deseable que se empleen instrumentos adaptados y validados específicamente para población argentina, como la versión local del SACQ (Gorostiaga & Grinhauz, 2022), lo cual permitiría una evaluación más precisa y culturalmente contextualizada de la adaptación universitaria. Por otro lado, futuros estudios podrían incorporar diseños longitudinales que permitan analizar la evolución de la adaptación universitaria y sus vínculos con las estrategias de afrontamiento a lo largo del tiempo, así como examinar el rol de otras variables psicológicas que podrían influir en dicho proceso, tales como la regulación emocional o la autoeficacia académica.

A pesar de las limitaciones señaladas, el presente estudio aporta evidencia empírica valiosa sobre las relaciones entre la AVU y las EA. Teniendo en cuenta las consecuencias que un pobre ajuste a la universidad tiene sobre la salud mental y la retención estudiantil, cobra relevancia conocer los factores psicológicos que pueden contribuir a su mejora. En última instancia, los aportes podrían ser de utilidad para el diseño de programas de intervención orientados a fomentar el uso de EA activas, promoviendo así una adaptación universitaria más efectiva.

REFERENCIAS

Aderi, M., Jdaitawi, M., Ishak, N. A., & Jdaitawi, F. (2013). The Influence of Demographic Variables on University Students' Adjustment in North Jordan. *International Education Studies*, *6*(2), 172-178. https://doi.org/10.5539/ies.v6n2p172

American Psychological Association (2010). *Ethical principles of psychologists and code of conduct*. American Psychological Association http://www.apa.org/ethics/code/principles.pdf

Baker, R. W., & Siryk, B. (1989). *Student Adaptation to College Questionnaire* [Database record]. APA PsycTests. https://doi.org/10.1037/t06525-000

Baratucci, G., & Diez, S. A. (2017). *Relaciones entre la ansiedad ante exámenes y uso de estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios* [Tesis de grado, Universidad Nacional de Mar del Plata]. http://rpsico.mdp.edu.ar/handle/123456789/625

Bernier, A., Larose, S., Boivin, M., & Soucy, N. (2004). Attachment state of mind: Implications for adjustment to college. *Journal of Adolescent Research*, *19*(6), 783-806. https://doi.org/10.1177/0743558403260096

Carver, C. S. (1997). You want to measure coping but your protocol' too long: Consider the brief cope. *International Journal of Behavioral Medicine*, *4*, 92-100. https://doi.org/10.1207/s15327558ijbm0401_6

Carver, C. S., Scheier, M. F., & Weintraub, J. K. (1989). Assessing copies strategies: A Theoretically Based Approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, *56*(2), 267-283. https://doi.org/10.1037//0022-3514.56.2.267

Cobo-Rendón, R., Hojman, V., García-Álvarez, D., & Cobo-Rendon, R. (2023). Academic emotions, college adjustment, and dropout intention in university students. *Frontiers in Education, 8*, 1303765. https://doi.org/10.3389/feduc.2023.1303765

Comisión Nacional de Evaluación y Acreditación Universitaria. (2023). *Permanencia de las y los estudiantes en la universidad.* https://www.coneau.gob.ar/archivos/publicaciones/PermanenciaEstudiantesUniversidad.pdf

Cousins, C., Servaty-Seib, H. L., & Lockman, J. (2015). College student adjustment and coping: Bereaved and nonbereaved students. *Omega: Journal of Death and Dying, 74*(4), 386–409. https://doi.org/10.1177/0030222815598911

Credé, M., & Niehorster, S. (2012). Adjustment to college as measured by the student adaptation to college questionnaire: A quantitative review of its structure and relationships with correlates and consequences. *Educational Psychology Review*, *24*, 133-165. https://doi.org/10.1007/s10648-011-9184-5

del Valle, M. V., Zamora, E. V., Grave, L., Merlo, E., Maidana, J., & Urquijo, S. (2021). El rol de las estrategias cognitivas de regulación emocional en la depresión: Estudio en población universitaria. *Revista Científica de Psicología Eureka*, *18*(1), 7-25.

Dominguez-Lara, S., & Prada-Chapoñan, R. E. (2020). Adaptación universitaria en estudiantes peruanos de ciencias de la salud. Diferencias por sexo y grupo etario. *Archivos de Medicina, 20*(2), 410-418. https://doi.org/10.30554/archmed.20.2.3754

Dominguez-Lara S., Prada-Chapoñan, R., & Gravini-Donado, M. (2021). Estructura interna del Student Adaptation College Questionnaire (SACQ) en universitarios de primer año. *Educación Médica*, *22*(5), 335-345. https://doi.org/10.1016/j.edumed.2019.06.004

Duche-Pérez, A. B., Quispe-Paredes, F. M., Gutiérrez-Aguilar, O. A., & Carcausto-Cortez, L. C. (2020). Transición secundaria-universidad y la adaptación a la vida universitaria. *Revista de Ciencias Sociales*, *26*(3), 244-258.

Erzen, E., & Ozabaci, N. (2023). Effects of personality traits, social support and self-efficacy on predicting university adjustment. *Journal of Education*, *203*(2), 353-366. https://doi.org/10.1177/00220574211025059

Freire, C., Ferradás, M. D. M., Regueiro, B., Rodríguez, S., Valle, A., & Núñez, J. C. (2020). Coping strategies and self-efficacy in university students: A person-centered approach. *Frontiers in psychology*, *11*, 841. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00841

Furlan, L. A., Crespo, A. A., Costantini, N., Gutiérrez, M. D., & Yaryura, G. (2019). Tratamiento grupal para la ansiedad y la evitación conductual en exámenes orales. *Revista de psicoterapia*, *30*(113), 239-258. https://doi.org/10.33898/rdp.v30i113.272

Garnefski, N., Boon, S., & Kraaij, V. (2003). Relationships between cognitive strategies of adolescents and depressive symptomatology across different types of life event. *Journal of Youth and Adolescence, 32*, 401-408. https://doi.org/10.1023/A:1025994200559

George, D., & Mallery, P. (2016). *IBM SPSS Statistics 23 Step by Step: A simple guide and reference*. Routledge. https://doi.org/10.4324/9781315545899

González, L. F., Hernández, A. G., & Torres, M. T. (2015). Relaciones entre estrés académico, apoyo social, optimismo-pesimismo y autoestima en estudiantes universitarios. *Electronic Journal of Research in Education Psychology*, *13*(35), 111-130. http://dx.doi.org/10.14204/ejrep.35.14053

González-Cabanach, R., González-Millán, P., & Freire-Rodríguez C. (2009). El afrontamiento del estrés en estudiantes de ciencias de la salud. Diferencias entre hombres y mujeres. *Aula abierta, 37*(2), 3-10.

Gorostiaga, M., & Grinhauz, A. (23-25 de noviembre de 2022). *Estudio de adaptación preliminar del cuestionario Student Adaptation College Questionnaire (SACQ) a la cultura argentina*. Trabajo presentado en el XIV Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología, XXIX Jornadas de Investigación y XVIII Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR, Buenos Aires, Argentina.

Haktanir, A., Watson, J. C., Ermis-Demirtas, H., Karaman, M. A., Freeman, P. D., Kumaran, A., & Streeter, A. (2021). Resilience, academic self-concept, and college adjustment among first-year students. *Journal of College Student Retention: Research, Theory & Practice*, *23*(1), 161-178. https://doi.org/10.1177/1521025118810666

Hernández-Sampieri, R., Fernández-Collado, C., & Baptista-Lucio, P. (2014). *Metodología de la Investigación* (6.ª ed.). México: McGraw Hill.

Krzemien, D. (2007). Estilos de personalidad y afrontamiento situacional frente al envejecimiento en la mujer. *Interamerican Journal of Psychology*, *41*(2), 139-150.

Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Estrés y procesos cognitivos*. Martinez Roca.

López-Angulo, Y., Cobo-Rendón, R. C., Pérez-Villalobos, M. V., & Díaz-Mujica, A. E. (2021). Apoyo social, autonomía, compromiso académico e intención de abandono en estudiantes universitarios de primer año. *Formación universitaria, 14*(3), 139-148. http://dx.doi.org/10.4067/S0718-50062021000300139

López-Martín, E., & Ardura-Martínez, D. (2023) The effect size in scientific publication. *Educación XX1*, *26*(1), 9-17. https://doi.org/10.5944/educxx1.36276

Márquez-Rodríguez, D. P, Ortiz-Urazán, S. C., & Rendón-Arango, M. I. (2009). Cuestionario de vivencias académicas en su versión reducida (QVA-r): un análisis psicométrico. *Revista Colombiana de Psicología*, *18*(1), 33- 52.

Martínez-Rubio, D., Colomer-Carbonell, A., Sanabria-Mazo, J. P., Pérez-Aranda, A., Navarrete, J., Martínez-Brotóns, C., Escamilla, C., Muro, A., Montero-Marín, J., Luciano, J. V., & Feliu-Soler, A. (2023). How mindfulness, self-compassion, and experiential avoidance are related to perceived stress in a sample of university students. *Plos one, 18*(2), e0280791. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0280791

Melendez, M. C. (2016). Adjustment to College in an Urban Commuter Setting. *Journal of College Student Retention: Research, Theory & Practice, 18*(1), 31–48. https://doi.org/10.1177/1521025115579671

Ministerio de Capital Humano. (2023). *Síntesis de información – Estadísticas Universitarias 2022-2023.* https://www.argentina.gob.ar/sites/default/files/sintesis_2022-_2023.pdf

Morán-Astorga, M. C., Finez-Silva, M. J., Menezes-dos-Anjos, E., Pérez-Lancho, M. C., Urchaga-Litago, J. D., & Vallejo-Pérez, G. (2019). Estrategias de afrontamiento que predicen mayor resiliencia. *International Journal of Developmental and Educational Psychology INFAD Revista de Psicología*, 4(1), 183-190. https://doi.org/10.17060/ijodaep.2019.n1.v4.1542

Núñez-Peña, M. I., Suárez-Pellicioni, M., & Bono, R. (2016). Gender differences in test anxiety and their impact on higher education students' academic achievement. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, *228*, 154-160. https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2016.07.023

Páramo-Fernández, M. F., Araujo, A. M, Tinajero-Vacas, C., Almeida, L. S., & Rodríguez-González, M. S. (2017). Predictors of students' adjustment during transition to university in Spain. *Psicothema, 29*(1), 67-72. https://doi.org/10.7334/psicothema2016.40

Perczek, R., Carver, C. S., Price, A. A., & Pozo-Kaderman, C. (2000). Coping, Mood, and Aspects of Personality in Spanish Translation and Evidence of Convergence With English Versions. *Journal of Personality Assessment, 74*(1), 63-87. https://doi.org/10.1207/S15327752JPA740105

Quan, L., Zhen, R., Yao, B., & Zhou, X. (2014). The effects of loneliness and coping style on academic adjustment among college freshmen. *Social Behavior and Personality: an international journal*, *42*(6), 969-977. http://dx.doi.org/10.2224/sbp.2014.42.6.969

Restrepo, J. E., Bedoya-Cardona, E. Y., Cuartas-Montoya, G. P., Cassaretto, M., & Vilela, P. (2023). Academic stress and adaptation to university life: mediation of cognitive-emotional regulation and social support. *Anales de Psicología/Annals of Psychology*, *39*(1), 62-71. https://doi.org/10.6018/analesps.472201

Rojas-Retamal, X., Maluenda-Albornoz, J., & Bazingan, C. (22-24 de noviembre de 2023). *Engagement afectivo, sentido de pertenencia e incertidumbre académica y su relación con la intención de abandono de estudiantes de primer año de universidad* [Trabajo escrito]. Congreso Latinoamericano sobre el Abandono en la Educación Superior XII CLABES, Chile.

Sasaki, M., & Yamasaki, K. (2007). Stress coping and the adjustment process among university freshmen. *Counselling Psychology Quarterly, 20*, 51-67. https://doi.org/10.1080/09515070701219943

Sosu, E. M., & Pheunpha, P. (2019). Trajectory of university dropout: Investigating the cumulative effect of academic vulnerability and proximity to family support. *Frontiers in Education, 4*(6), 1-10. https://doi.org/10.3389/feduc.2019.00006

Suberviola, I. (2019). Diferencias en competencias emocionales desde la variable género en M. C. Perez-Fuentes, J. J. Gazquez Linares, M. M. Molero Jurado, M. M. Simon Marquez, A. B. Barragan Martin, A. Martos Martinez, & M. Sisto (Comps.), *Variables psicológicas y educativas para la intervención en el ámbito escolar* (Vol. III, pp. 281-286). ASUNIVEP.

Tao, S., Dong, Q., Pratt, M. W., Hunsberger, B., & Pancer, S. M. (2000). Social support relations to coping and adjustment during the transition to university in the People's Republic of China. *Journal of Adolescent Research, 15*, 123-144. https://doi.org/10.1177/0743558400151007

Tinajero, C., Martínez-López, Z., Rodríguez, M. S., & Páramo, M. F. (2020). El apoyo social percibido como predictor del éxito académico en estudiantes universitarios españoles. *Anales de Psicología / Annals of Psychology*, *36*(1), 134–142. https://doi.org/10.6018/analesps.344141

Trochim, W. M., & Donnelly, J. P. (2006). *The research methods knowledge base* (3rd ed.). Atomic Dog.

Wang, A., Chen, L., Zhao, B., & Xu, Y. (2006). First-Year Students' Psychological and Behavior Adaptation to College: The Role of Coping Strategies and Social Support. *US-China Education Review, 3*(5), 51-57.

White, A., & Hingson, R. (2013). The burden of alcohol use: excessive alcohol consumption and related consequences among college students. *Alcohol Resesearch Current Reviews, 35*(2), 201-18. https://doi.org/10.35946/arcr.v35.2.11

World Medical Association. (2013). *Declaration of Helsinki-Ethical principles for medical research involving human subjects.* https://www.wma.net/policies-post/wma-declaration-of-helsinki-ethicalprinciples-for-medical-research-involving-human-subjects/

Recibido 30-12-2024| Aceptado 26-09-2025

DECLARACIÓN DE PRÁCTICAS DE CIENCIA ABIERTA

Declaración de Pre-Registro: El estudio no fue pre-registrado. *Declaración sobre la Muestra*: Participaron del estudio 208 estudiantes universitarios de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional de Mar del Plata, que se encontraban cursando su primer año de carrera. Se utilizó un muestreo no probabilístico por conveniencia, seleccionando los participantes en función de su disponibilidad y accesibilidad en el momento de la recolección de datos. El número de participantes fue estimado a través del programa G*Power considerando los análisis estadísticos previstos. Del total, 81.7% fueron mujeres (*n* = 170), 16.4% fueron hombres (*n* = 34), 1.4% no binaries (*n* = 3) y 0.5% prefirió no indicarlo (*n* = 1). Las edades estuvieron comprendidas entre los 17 y los 63 años, con una media de 23.08 (DE = 8.72). *Declaración sobre la Disponibilidad de Datos*: Los datos pueden ser solicitados por correo electrónico a la investigadora principal del estudio. E-mail: arias.camilabelen@gmail.com *Declaración de Disponibilidad de Materiales y Código*: Los materiales

pueden ser solicitados por correo electrónico a la investigadora principal del estudio. E-mail: arias.camilabelen@gmail.com

DECLARACIÓN DE ÉTICA Y APROBACIÓN INSTITUCIONAL

El estudio se enmarca en el Proyecto "Análisis de las relaciones de las funciones ejecutivas y la tolerancia al distrés con el rendimiento académico y la deserción de estudiantes universitarios" de la Facultad de Psicología, UNMdP, Mar del Plata. El mismo fue revisado y aprobado por el Comité de Bioética en Investigación del Programa Temático Interdisciplinario en Bioética de la Universidad Nacional de Mar del Plata, inscripto en el Registro Provincial de Comités de Ética en Investigación, dependiente del Comité de Ética Central - Ministerio de Salud de la Provincia de Buenos Aires - con fecha 30/12/16, bajo el N°061/2016, Folio 124, Libro 2. Reacreditado en el mes de diciembre de 2025; folio 124; libro N° 2. Acreditado Categoría 1 (Comités de evaluación de Proyectos de investigación observacionales de riesgo mínimo o nulo - CEIOB). Fecha de re acreditación: 3/12/2025 con vencimiento el 3/12/2028.

Durante todo el proceso, se siguieron y respetaron todas las directrices y recomendaciones éticas correspondientes a la investigación con sujetos humanos (American Psychological Association, 2010; World Medical Association, 2013).

CONSENTIMIENTO Y/O ASENTIMIENTO INFORMADO

Se obtuvo el Consentimiento Informado por escrito de todos los participantes de este estudio. En el mismo se brindó información sobre la investigación, se aclaró el carácter voluntario de la participación y la posibilidad de abandonar en cualquier momento sin que ello acarree consecuencias negativas de ningún tipo.

DECLARACIÓN DE FINANCIAMIENTO

Este estudio fue realizado en el marco de una Beca de Investigación Tipo A, brindada a la primera autora por la Universidad Nacional de Mar del Plata. Resolución de Rectorado N° 1068/2023.

DECLARACIÓN DE CONFLICTO DE INTERESES

Los autores declaran no tener conflicto de intereses.

CONTRIBUCIÓN DE LOS AUTORES

Camila Arias: Concepción de diseño, análisis de datos, interpretación y redacción del manuscrito. *Lucía Coppola*: Recolección de datos, interpretación y redacción del manuscrito. *Marianela Salvo*: Recolección de datos, interpretación y redacción del manuscrito. *Gianfranco Sassano*: Recolección de datos, interpretación y redacción del manuscrito. *Macarena del Valle*: Análisis de datos y revisión del manuscrito. *Eliana Zamora*: Redacción y revisión del manuscrito. *Sebastián Urquijo*: Revisión del manuscrito.

DECLARACIÓN DE USO DE IA O DE HERRAMIENTAS AUTOMÁTICAS

Se utilizó ChatGPT exclusivamente como herramienta de apoyo para la optimización de la redacción del manuscrito. No se empleó para el análisis de datos, la interpretación de resultados ni la generación de contenido sustantivo. Todas las salidas fueron revisadas y supervisadas críticamente por los autores, quienes asumen plena responsabilidad por el contenido final.

Este trabajo se encuentra bajo una Licencia Creative Commons Atribución 4.0 Internacional que permite a terceros utilizar lo publicado siempre que se dé el crédito pertinente a los autores y a *Psicodebate.*