



UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN, HUMANAS Y
TECNOLOGÍAS
CARRERA DE EDUCACIÓN INICIAL

El bienestar psicológico en las estudiantes embarazadas de la carrera de educación inicial de la Universidad Nacional de Chimborazo

Trabajo de Titulación para optar al título de Licenciada en Educación Inicial.

Autor:

Buenaño Ocaña Katherine Anabel

Tutor:

Mgs. Jimmy Vinicio Román Proaño.

Riobamba, Ecuador. 2026

DECLARATORIA DE AUTORÍA

Yo, **Katherine Anabel Buenaño Ocaña**, con cédula de ciudadanía **0604443754**, autora del trabajo de investigación titulado: **El bienestar psicológico en las estudiantes embarazadas de la carrera de educación inicial de la Universidad Nacional de Chimborazo**, certifico que la producción, ideas, opiniones, criterios, contenidos y conclusiones expuestas son de mi exclusiva responsabilidad.

Asimismo, cedo a la Universidad Nacional de Chimborazo, en forma no exclusiva, los derechos para su uso, comunicación pública, distribución, divulgación y/o reproducción total o parcial, por medio físico o digital; en esta cesión se entiende que el cesionario no podrá obtener beneficios económicos. La posible reclamación de terceros respecto de los derechos de autor (a) de la obra referida, será de mi entera responsabilidad; librando a la Universidad Nacional de Chimborazo de posibles obligaciones.

En Riobamba, a los 11 días del mes de junio del 2026



Katherine Anabel Buenaño Ocaña

C.I: 0604443754

DECLARATORIA SOBRE EL USO DE HERRAMIENTAS DE INTELIGENCIA ARTIFICIAL

Yo, Katherine Anabel Buenaño Ocaña, con cédula de identidad 0604443754, autora del presente trabajo de titulación, declaro de manera expresa que se ha hecho uso de herramientas de inteligencia artificial como apoyo técnico y complementario, exclusivamente en los apartados de introducción, marco teórico y marco metodológico.

El uso de dichas herramientas se limitó a actividades de apoyo en la organización de ideas, mejora de redacción, corrección de estilo y claridad expositiva, sin que ello implique la generación autónoma de contenidos académicos, análisis, interpretaciones, resultados, conclusiones o aportes originales que constituyen la esencia del trabajo investigativo.

Se deja constancia de que todas las decisiones académicas, el desarrollo conceptual, el enfoque metodológico, la selección y análisis de fuentes, así como la interpretación de los resultados, son de exclusiva responsabilidad de la autora, en concordancia con los principios de originalidad, honestidad académica, ética investigativa y responsabilidad intelectual establecidos por la Universidad Nacional de Chimborazo y la normativa vigente aplicable a los trabajos de titulación.

Asimismo, declaro que el uso de herramientas de inteligencia artificial no sustituyó en ningún caso el criterio académico propio, ni vulneró las disposiciones institucionales sobre plagio, propiedad intelectual y autoría, manteniéndose el cumplimiento de las normas de citación y referenciación correspondientes.

La presente declaratoria se incorpora con el propósito de garantizar la transparencia académica y el uso ético y responsable de tecnologías emergentes en el proceso de elaboración del trabajo de titulación.



Katherine Anabel Buenaño Ocaña

C.I: 0604443754

DICTAMEN FAVORABLE DEL PROFESOR TUTOR

Quien suscribe, **Mgs. Jimmy Vinicio Román Proaño** catedrático adscrito a la Facultad de Ciencias de la Educación, Humanas y Tecnologías, por medio del presente documento certifico haber asesorado y revisado el desarrollo del trabajo de investigación titulado: **El bienestar psicológico en las estudiantes embarazadas de la carrera de educación inicial de la Universidad Nacional de Chimborazo**, bajo la autoría de **Katherine Anabel Buenaño Ocaña**; por lo que se autoriza ejecutar los trámites legales para su sustentación.

Es todo cuanto informar en honor a la verdad; en Riobamba, a los 05 días del mes de marzo de 2026.



Mgs. Jimmy Vinicio Román Proaño

C.I. 0603178385

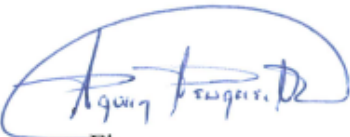
CERTIFICADO DE LOS MIEMBROS DEL TRIBUNAL

Quienes suscribimos, catedráticos designados Miembros del Tribunal de Grado para la evaluación del trabajo de investigación **El bienestar psicológico en las estudiantes embarazadas de la carrera de educación inicial de la Universidad Nacional de Chimborazo**, presentado por **Katherine Anabel Buenaño Ocaña**, con cédula de identidad número **0604443754**, bajo la tutoría de **Mgs. Jimmy Vinicio Román Proaño**; certificamos que recomendamos la APROBACIÓN de este con fines de titulación. Previamente se ha evaluado el trabajo de investigación y escuchada la sustentación por parte de su autor; no teniendo más nada que observar.

De conformidad a la normativa aplicable firmamos, en Riobamba a los 11 días del mes de junio del 2026.

Presidente del Tribunal de Grado

Mgs. Miriam Paulina Peñafiel Rodríguez



Firma

Miembro del Tribunal de Grado

PhD. Tannia Alexandra Casanova Zamora



Firma

Miembro del Tribunal de Grado

Mgs. Pilar Aide Salazar Almeida



Firma

CERTIFICADO

Que, **BUENAÑO OCAÑA KATHERINE ANABEL** con CC: **0604443754**, estudiante de la Carrera **EDUCACIÓN INICIAL**, Facultad de **CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN, HUMANAS Y TECNOLOGIAS**; ha trabajado bajo mi tutoría el trabajo de investigación titulado **"EL BIENESTAR PSICOLÓGICO EN LAS ESTUDIANTES EMBARAZADAS DE LA CARRERA DE EDUCACIÓN INICIAL DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO"** , cumple con el **8 %**, de acuerdo al reporte del sistema Anti plagio **COMPILATIO**, porcentaje aceptado de acuerdo a la reglamentación institucional, por consiguiente autorizo continuar con el proceso.

Riobamba, 10 de febrero de 2026



Mgs. Jimmy Vinicio Román Proaño
TUTOR

DEDICATORIA

Con el corazón lleno de emociones, después de haber recorrido un camino lleno de retos, aprendizajes y momentos difíciles, quiero dedicar este logro a quienes fueron mi fuerza y mi razón para no rendirme.

A Dios, por sostenerme cuando sentía que mis fuerzas se agotaban y por darme la fe necesaria para no rendirme en los momentos más difíciles.

A mis amados padres, Fausto Buenaño y María Ocaña quienes han sido mi refugio en medio de cada tormenta, gracias por no soltar mi mano cuando el camino se volvió incierto, por levantarme cuando sentía que ya no podía continuar, por creer en mí incluso cuando yo misma dudaba. Cada sacrificio suyo, cada palabra de aliento y cada abrazo en los días más duros fueron la fuerza que me sostuvo para seguir adelante, ustedes no solo me dieron la vida, me enseñaron a luchar por ella con valentía y es por eso que este logro es tan suyo como mío, porque sin su amor incondicional, hoy no estaría aquí.

A mi amado hijo, Jeremy Santiago López Buenaño la razón más profunda de mi esfuerzo y mi mayor inspiración en los momentos en que todo parecía derrumbarse, fuiste tú quien con tu sola existencia me dio la fuerza para levantarme y continuar. Gracias por ser mi luz en la oscuridad, por dar sentido a cada sacrificio, por enseñarme que rendirme nunca fue una opción. **Todo lo que hago y todo lo que soy, es por ti y para ti.**

Hoy, al culminar este camino, miro atrás y reconozco que no fue fácil, hubo lágrimas, cansancio y momentos de duda, pero nunca estuve sola, porque ustedes estuvieron ahí, sosteniéndome, impulsándome y recordándome que siempre hay una razón para seguir. Esta tesis no es solo un logro académico, es el reflejo de una lucha compartida, de un amor que nunca me dejó caer.

Con todo mi corazón, les dedico este triunfo, porque son mi mayor bendición, mi fortaleza y lo que más amo en esta vida.

AGRADECIMIENTO

A Dios, por darme la vida, la fuerza y la fe para seguir adelante en los momentos en los que sentía que ya no podía más. Gracias por sostenerme en silencio, por guiar cada uno de mis pasos y por no abandonarme en este camino.

A mis padres, Fausto Buenaño y María Ocaña gracias por su amor infinito, por cada sacrificio y por estar siempre conmigo. Ustedes fueron mi apoyo en los momentos más difíciles, quienes me levantaron cuando sentía que caía y quienes nunca dejaron de creer en mí.

A mi hijo, Jeremy Santiago López Buenaño mi mayor motivación y la razón de todo mi esfuerzo, gracias por darme fuerzas cada día, por ser mi inspiración y por recordarme que debía seguir adelante sin rendirme. Todo lo que hago es por ti y para ti.

A mis queridas amigas, Alisson Guadalupe y Maribel Hidalgo, gracias por acompañarme en este camino, por estar presentes en los momentos en los que más lo necesité, por escucharme, animarme y no dejarme caer cuando sentía que ya no podía más. Su apoyo, su cariño y su amistad sincera hicieron más llevadero este proceso y siempre ocuparan un lugar muy especial en mi corazón.

A mi tutor, gracias por su paciencia, por su guía y por acompañarme en todo este proceso su apoyo fue muy importante para poder culminar este trabajo.

A mi querida Universidad Nacional de Chimborazo, gracias por abrirme sus puertas y permitirme crecer, aprender y formarme llevaré siempre conmigo todo lo aprendido y los momentos vividos en esta etapa tan importante de mi vida.

Con todo mi corazón, gracias a cada uno de ustedes, porque este logro no es solo mío, es también de quienes estuvieron a mi lado sin dejarme caer.

ÍNDICE GENERAL

| | |
|---|----|
| DECLARATORIA DE AUTORÍA | |
| DECLARATORIA SOBRE EL USO DE HERRAMIENTAS DE INTELIGENCIA ARTIFICIAL | |
| DICTAMEN FAVORABLE DEL PROFESOR TUTOR | |
| CERTIFICADO DE LOS MIEMBROS DEL TRIBUNAL | |
| CERTIFICADO ANTIPLAGIO | |
| DEDICATORIA | |
| AGRADECIMIENTO | |
| RESUMEN | |
| ABSTRACT | |
| CAPÍTULO I..... | 15 |
| INTRODUCCIÓN..... | 15 |
| 1.1 Antecedente investigativo..... | 16 |
| 1.2 Planteamiento del Problema..... | 17 |
| 1.3 Justificación..... | 18 |
| 1.4 Objetivos..... | 18 |
| 1.4.1 General..... | 18 |
| 1.4.2 Específicos..... | 19 |
| CAPÍTULO II..... | 20 |
| 2. MARCO TEÓRICO..... | 20 |
| 2.1 Embarazo en estudiantes universitarias..... | 20 |
| 2.1.1 Estadísticas del embarazo en estudiantes universitarias en Ecuador..... | 20 |
| 2.1.2 Causas del embarazo en estudiantes universitarias..... | 20 |
| 2.1.3 Factores de riesgo asociados al embarazo no planificado..... | 21 |
| 2.1.4 Consecuencias académicas del embarazo universitario..... | 22 |
| 2.1.5 Consecuencias sociales y familiares del embarazo..... | 22 |
| 2.1.6 Deserción universitaria por embarazo..... | 23 |
| 2.1.7 Discriminación hacia estudiantes universitarias..... | 23 |
| 2.1.8 Rol de la educación sexual en la prevención de embarazo..... | 24 |
| 2.2 Bienestar psicológico..... | 24 |

| | | |
|--------------------|--|-----------|
| 2.2.1 | Definición (Modelo Ryff) | 24 |
| 2.2.2 | Dimensiones del bienestar psicológico | 25 |
| 2.2.3 | Estrés: definición, tipos y síntomas | 25 |
| 2.2.4 | Ansiedad: definición, causas y manifestaciones | 26 |
| 2.2.5 | Depresión: definición y factores desencadenantes | 26 |
| 2.2.6 | Bienestar psicológico durante el embarazo | 27 |
| 2.2.7 | Factores protectores del bienestar psicológico | 27 |
| 2.2.8 | Estrategias de afrontamiento psicológico..... | 28 |
| 2.3 | Reflexión de cierre..... | 29 |
| CAPÍTULO III. | | 30 |
| 3. | METODOLOGÍA. | 30 |
| 3.1 | Tipo de Investigación. | 30 |
| 3.1.1 | Mixta | 30 |
| 3.1.2 | Descriptiva..... | 30 |
| 3.1.3 | Transversal | 30 |
| 3.2 | Diseño de Investigación..... | 30 |
| 3.2.1 | No experimental | 30 |
| 3.3 | Técnicas de recolección de Datos | 30 |
| 3.3.1 | Entrevista..... | 30 |
| 3.4 | Instrumento de recolección de Datos | 31 |
| 3.4.1 | Guía de entrevista..... | 31 |
| 3.5 | Población de estudio y tamaño de muestra | 31 |
| 3.5.1 | Población | 31 |
| 3.5.2 | Muestra..... | 32 |
| 3.6 | Métodos de análisis, y procesamiento de datos. | 33 |
| CAPÍTULO IV. | | 35 |
| 4. | RESULTADOS Y DISCUSIÓN..... | 35 |
| 4.1 | Análisis cualitativo de las entrevistas..... | 35 |
| 4.1.1 | Causas y consecuencias del embarazo en las estudiantes universitarias..... | 35 |
| 4.1.2 | Causas del embarazo | 36 |
| 4.1.3 | Consecuencias académicas..... | 36 |
| 4.1.4 | Consecuencias emocionales | 37 |

| | | |
|--------------------|--|-----------|
| 4.1.5 | Consecuencias sociales y familiares..... | 37 |
| 4.2 | Factores que afectan el bienestar psicológico de las estudiantes embarazadas | 38 |
| 4.2.1 | Estrés en las estudiantes embarazadas..... | 39 |
| 4.2.2 | Ansiedad en las estudiantes embarazadas | 40 |
| 4.2.3 | Indicadores de depresión | 40 |
| 4.2.4 | Factores protectores del bienestar psicológico..... | 41 |
| 4.3 | Necesidades de apoyo psicológico percibidas por las estudiantes | 41 |
| 4.3.1 | Apoyo institucional actual..... | 42 |
| 4.3.2 | Necesidades de apoyo identificadas | 42 |
| 4.3.3 | Estrategias personales de afrontamiento | 43 |
| 4.3.4 | Visión del futuro académico y profesional..... | 44 |
| 4.4 | Discusión de resultados | 44 |
| CAPÍTULO V..... | | 46 |
| 5. | CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES..... | 46 |
| 5.1 | Conclusiones | 46 |
| 5.2 | Recomendaciones | 47 |
| CAPÍTULO VI..... | | 48 |
| 6. | PROPUESTA..... | 48 |
| 6.1 | Introducción | 48 |
| 6.2 | Problemática..... | 48 |
| 6.3 | Objetivo..... | 49 |
| 6.4 | Actividades de apoyo psicológico..... | 49 |
| 6.5 | Cronograma de ejecución | 56 |
| BIBLIOGRAFÍA | | 58 |
| ANEXOS..... | | 62 |

ÍNDICE DE TABLAS

| | |
|---|----|
| Tabla 1. Muestra | 32 |
| Tabla 2. Categorías emergentes: Causas y consecuencias del embarazo | 35 |
| Tabla 3. Categorías emergentes: Factores que afectan el bienestar psicológico | 38 |
| Tabla 4. Categorías emergentes: Necesidades de apoyo psicológico..... | 41 |
| Tabla 5. Taller Respirar para Vivir: Manejo del estrés durante el embarazo | 49 |
| Tabla 6. Sesiones de Acompañamiento Psicológico Individual "Escucho, Acompaño, Fortalezco"..... | 50 |
| Tabla 7. Grupo de Apoyo "Mamás Universitarias: Juntas Somos Más Fuertes" | 52 |
| Tabla 8. Taller "Calma en la Tormenta: Prevención de la Ansiedad" | 53 |
| Tabla 9. Jornada de Sensibilización "Embarazo y Universidad: Derecho a Estudiar, Derecho a Ser Madre" | 55 |
| Tabla 10. Cronograma | 56 |

RESUMEN

La presente investigación tuvo como objetivo analizar el bienestar psicológico en las estudiantes embarazadas de la carrera de Educación Inicial de la Universidad Nacional de Chimborazo, con el fin de identificar las causas y consecuencias del embarazo, determinar los factores que afectan su salud mental y proponer actividades de apoyo psicológico para prevenir problemas de estrés, ansiedad y depresión. La metodología empleada fue de enfoque cualitativo, de tipo descriptivo, con diseño no experimental y alcance transversal. Se utilizó la entrevista semiestructurada como técnica de recolección de datos, aplicada a una muestra de 44 estudiantes embarazadas distribuidas en los diferentes semestres de la carrera. Los resultados evidenciaron que las principales causas del embarazo fueron el uso inadecuado de métodos anticonceptivos y la falta de educación sexual integral, generando consecuencias académicas como la disminución del rendimiento, inasistencia a clases e intención de abandono, así como consecuencias emocionales caracterizadas por miedo, culpa, tristeza y soledad. Los factores que más afectan el bienestar psicológico fueron la sobrecarga de roles, la presión académica, la incertidumbre sobre el futuro y la falta de apoyo emocional, mientras que la motivación por el bienestar del bebé y el apoyo familiar funcionaron como factores protectores. Se concluyó que existe una ausencia significativa de apoyo psicológico institucional, por lo que resulta necesario implementar actividades de acompañamiento emocional que favorezcan la permanencia académica y la calidad de vida de las estudiantes embarazadas.

Palabras clave: bienestar psicológico, embarazo universitario, salud mental, estudiantes embarazadas, apoyo psicológico.

ABSTRACT

This study examined the psychological well-being of pregnant students enrolled in the Early childhood education program at the National University of Chimborazo. Specifically, it identified the causes and consequences of pregnancy during academic training, determine the factors affecting students' mental health, and propose psychological support activities to prevent stress, anxiety, and depression. A qualitative, descriptive, non-experimental, cross-sectional design was adopted. Data were collected through semi-structured interviews administered to a purposive sample of 44 pregnant students distributed across the different semesters of the program. The findings showed that the primary causes of pregnancy were the inadequate use of contraceptive methods and insufficient comprehensive sex education. These conditions gave rise to a range of academic consequences — including declining academic performance, increased absenteeism, and dropout intentions — as well as emotional repercussions such as fear, guilt, sadness, and a sense of loneliness. Among the factors most significantly affecting psychological well-being were role overload, academic pressure, uncertainty about the future, and limited emotional support. Conversely, motivation derived from concern for the baby's well-being and the presence of family support emerged as key protective factors. These results underscore a critical gap in institutional response: the near-total absence of formal psychological support structures within the university. It is therefore imperative to design and implement targeted emotional support interventions that foster both the academic retention and the overall quality of life of pregnant students.

Keywords: psychological well-being, university pregnancy, mental health, pregnant students, psychological support.

Reviewed and improved by Jacqueline Armijos



CAPÍTULO I.

INTRODUCCIÓN.

La etapa universitaria representa un periodo de transición crítica hacia la vida adulta, caracterizado por exigencias académicas y metas personales intensas. Cuando este proceso coincide con un embarazo, la estudiante se enfrenta a una reconfiguración drástica de su realidad cotidiana y su identidad. El embarazo en el ámbito académico no es solo un fenómeno biológico, sino una experiencia multidimensional que demanda una adaptación constante (Coronel, 2021). Comprender cómo las estudiantes universitarias integran su formación profesional con la gestación es fundamental para identificar las brechas de apoyo dentro de las instituciones actuales.

Las estudiantes gestantes suelen experimentar una presión singular derivada de la doble carga de roles: cumplir con los estándares educativos y prepararse para la maternidad inminente. Esta situación se agrava por factores como la inestabilidad económica, el estigma social y la falta de infraestructuras adecuadas en los campus. La carencia de políticas institucionales inclusivas genera un entorno de vulnerabilidad que puede comprometer seriamente la continuidad académica.

Además, cabe mencionar que el bienestar psicológico trasciende la mera ausencia de trastornos; implica el desarrollo del potencial humano, la autonomía y el propósito de vida bajo circunstancias exigentes. En mujeres embarazadas que estudian, este equilibrio se ve amenazado por niveles elevados de estrés crónico y ansiedad ante la incertidumbre del futuro. La salud mental en este grupo depende de la capacidad de resiliencia y del soporte emocional recibido.

La investigación se estructuró en cinco capítulos, los cuales abordaron las diferentes etapas de la investigación.

Capítulo I. En este acápite se evidencian la introducción, los antecedentes de la investigación, justificación, planteamiento del problema, formulación del problema y los objetivos tanto general como específicos, los cuales son la parte más importantes de la presente investigación.

Capítulo II. Se construyó el marco teórico, determinando las bases teóricas que existen en la literatura nacional e internacional del tema objeto de estudio, para la conformación de esta se realizaron consultas de diferentes fuentes como libros clásicos de la temática, artículos científicos, revistas de investigación, tesis maestrantes y universitarias, entre otros.

Capítulo III. En este apartado se encuentra el tipo de metodología que se aplicó en la investigación para darle cumplimiento a los objetivos, en esta metodología se definió en tipo de investigación, diseño, técnica, instrumentos, población que se utilizaron para el desarrollo de la presente investigación.

Capítulo IV. Se presentan los resultados obtenidos de la investigación, a partir de la presentación de la recolección de datos y análisis de estos, esto para generar propuesta de soluciones.

Capítulo V. Se encuentran las conclusiones y recomendaciones de la investigación, las cuales se plantearon acorde al análisis de los datos, hipótesis y objetivos.

1.1 Antecedente investigativo

Después de revisar en el repositorio de la Universidad Nacional de Chimborazo se encontraron trabajos relacionados con mi tema de investigación.

Mahlangu et al. (2024), en su investigación titulada “*Experiences of pregnant and parenting students at a university in Gauteng province*”, se plantearon como objetivo explorar las experiencias de estudiantes embarazadas y madres en Sudáfrica, para su cumplimiento se realizó una metodología cualitativa y descriptiva con entrevistas semiestructuradas aplicadas a quince participantes, con ello, los resultados evidenciaron que las jóvenes enfrentan grandes desafíos emocionales y académicos, así como deficiencias en la atención prenatal, a pesar de mostrar una notable resiliencia, es decir, en conclusión, las estudiantes requieren un mayor apoyo integral, por lo que las universidades deben proveer servicios médicos y académicos dentro del campus para ayudarlas a alcanzar sus objetivos.

Por su parte, Yousefi et al. (2025) abordaron el tema del apoyo psicosocial durante el embarazo con el objetivo de explorar las percepciones y expectativas de las estudiantes universitarias embarazadas en Irán, esto se realizó a través de una metodología cualitativa de análisis de contenido que incluyó treinta entrevistas semiestructuradas, los resultados evidenciaron que las estudiantes enfrentan estigmas sociales y cargas emocionales, aunque también demuestran una notable resiliencia, en conclusión, las jóvenes requieren intervenciones integrales, por lo que resulta apremiante proveerles educación dirigida, asesoramiento accesible y participación familiar activa para fomentar su bienestar.

En el ámbito nacional, Rea y Tigse (2025) desarrollaron la tesis titulada “*Salud mental y bienestar psicológico en estudiantes universitarios de la Universidad Nacional de Chimborazo*”, cuyo objetivo fue analizar los niveles de bienestar psicológico y la presencia de alteraciones en la salud mental de los estudiantes universitarios, para darle cumplimiento a esto, la investigación utilizó el modelo de bienestar psicológico de Ryff para evaluar dimensiones como la autoaceptación, las relaciones positivas, la autonomía, el dominio del entorno, el propósito de vida y el crecimiento personal, con ello, los resultados evidenciaron que una parte significativa de los estudiantes presentaba niveles moderados y bajos de bienestar psicológico, asociados a factores académicos y personales, por lo que se concluyó que es necesario fortalecer los programas de apoyo psicológico en la universidad para mejorar la calidad de vida y el rendimiento académico de los estudiantes.

En esa misma línea, Sánchez et al. (2019) realizaron el estudio “*Análisis situacional del rendimiento académico de las madres estudiantes universitarias*”, cuyo objetivo fue analizar el impacto del embarazo y la maternidad en el desempeño académico de las estudiantes universitarias, los resultados de estos mostraron que las estudiantes embarazadas enfrentan dificultades académicas, emocionales y sociales, tales como la disminución del tiempo de estudio, el estrés y la preocupación por la maternidad, factores que afectan su rendimiento académico, con ello, se concluyó que el embarazo durante la etapa universitaria representa un desafío significativo para el bienestar psicológico y el desempeño académico, por lo que

se recomienda implementar políticas de apoyo institucional que garanticen la permanencia y el éxito académico de las estudiantes embarazadas.

Además de ello, Arana (2024) desarrolló la tesis “*Autoestima en los estudiantes de la carrera de Psicopedagogía de la Universidad Nacional de Chimborazo*”, con el objetivo de analizar los niveles de autoestima y su influencia en el desempeño académico y personal de los estudiantes, con ello, los resultados evidenciaron que la mayoría de los estudiantes presentaban niveles medios de autoestima, mientras que un grupo significativo mostró niveles bajos, lo cual se relacionó con inseguridad personal y dificultades en las relaciones interpersonales, además, el autor concluyó que la autoestima es un componente fundamental del bienestar psicológico y que su fortalecimiento contribuye al desarrollo integral y al éxito académico de los estudiantes universitarios.

1.2 Planteamiento del Problema

A nivel mundial, el fenómeno de la gestación universitaria se manifiesta inicialmente a través del ocultamiento y el estigma social, se observa que las estudiantes suelen postergar la comunicación pública de su embarazo hasta que los cambios físicos son inocultables, lo que revela un profundo temor a la sanción moral de la comunidad académica. Este patrón de comportamiento está estrechamente ligado a la idiosincrasia cultural sobre el estado civil y la planificación familiar; al tratarse frecuentemente de embarazos no deseados en madres solteras, se genera una barrera de vergüenza que condiciona su integración desde el primer trimestre (Hernández, 2021).

En el contexto de América Latina, el problema trasciende el silencio para manifestarse en una crisis de salud mental y redes de apoyo. La literatura evidencia una alta prevalencia de sintomatología depresiva y conductas autolesivas derivadas de la decepción familiar y el abandono de la pareja. A diferencia del estigma general, aquí el conflicto central es la ruptura del soporte emocional primario: la estudiante se enfrenta a la pérdida de sus vínculos de confianza justo cuando la presión por cumplir las expectativas parentales y las demandas hormonales del embarazo generan una situación de vulnerabilidad psicológica extrema (Pérez, Rivera, Martínez, Quevedo, & Torres, 2021).

Dentro del marco nacional (Ecuador), la problemática se enfoca en la discriminación de pares y la división social dentro del campus. Los jóvenes universitarios tienden a percibir la maternidad como un sinónimo de irresponsabilidad, creando una brecha entre las "estudiantes tradicionales" y las madres gestantes. Esta segregación se traduce en comentarios despectivos y una carga simbólica de inferioridad académica. Lo preocupante en este nivel es cómo la estructura social universitaria castiga a la mujer con una doble jornada (académica y doméstica), deteriorando su salud emocional al sentirse rechazada por su propio entorno generacional (Escobar, Parra, & Flores, 2019).

En la Universidad Nacional de Chimborazo, específicamente en la carrera de Educación Inicial, el problema se cristaliza en la tensión del rendimiento académico y el rol profesional. Las estudiantes gestantes de esta facultad enfrentan el desafío de proyectar una imagen de "educadora ideal" mientras lidian con el agotamiento físico propio del proceso biológico. Esta presión por mantener un promedio alto y demostrar competencia pedagógica, a pesar

de las fluctuaciones de su bienestar psicológico, crea una urgencia investigativa. Resulta imperativo, por tanto, evaluar científicamente su estado emocional actual para prevenir el abandono estudiantil en este entorno específico.

1.3 Justificación

El estudio del bienestar psicológico de las estudiantes embarazadas en la carrera de Educación Inicial surge de las implicaciones que el embarazo tiene en los desafíos académicos y psicosociales de este grupo. En muchos casos, las mujeres embarazadas enfrentan situaciones que impactan negativamente su salud mental, tales como el estrés, la ansiedad y la presión para cumplir con las demandas académicas, factores que inciden directamente en su rendimiento y permanencia universitaria.

La presente investigación busca identificar y describir los problemas de salud mental que pueden presentar estas estudiantes durante el embarazo, con el propósito de comprender su situación emocional y educativa. El estudio permitirá conocer si el embarazo influye en su experiencia académica y personal, y cómo lo hace, lo que contribuirá al diseño de estrategias de intervención psicosocial que apoyen su bienestar y permanencia en la universidad.

La investigación será factible de realizar, ya que se cuenta con acceso a una muestra de participantes conformada por estudiantes embarazadas de la carrera de Educación Inicial, quienes podrán participar de manera voluntaria. La posibilidad de establecer convenios con las facultades que ofrecen la carrera agilizará la recolección de datos mediante entrevistas, metodología que permite obtener información de forma confiable y amplia, contando además con los recursos necesarios para el análisis de la información.

No obstante, el estudio presenta ciertas limitaciones: la muestra estará restringida a estudiantes de la carrera de Educación Inicial de una sola institución, lo que podría limitar la generalización de los resultados a otros contextos universitarios. Asimismo, la participación voluntaria podría reducir el tamaño de la muestra, y la naturaleza sensible del tema podría influir en la disposición de algunas estudiantes para compartir su experiencia con plena apertura.

Las principales beneficiarias de este estudio serán las estudiantes embarazadas, quienes contarán con el soporte necesario para afrontar los retos psicológicos que trae consigo el embarazo. Del mismo modo, sus familias se verán beneficiadas al acceder a una mayor comprensión sobre las necesidades emocionales y académicas de las estudiantes, lo que les permitirá brindar un acompañamiento más informado y efectivo. Igualmente, los hallazgos fundamentarán la implementación de políticas de apoyo psicosocial institucional, y beneficiarán a docentes y personal administrativo al brindarles herramientas para comprender la dimensión emocional de estas estudiantes y promover un ambiente universitario más inclusivo y comprensivo.

1.4 Objetivos

1.4.1 General

Analizar el bienestar psicológico en estudiantes embarazadas de la carrera de Educación Inicial de la Universidad Nacional de Chimborazo para favorecer su calidad de vida.

1.4.2 Específicos

- Identificar las causas y consecuencias del embarazo en las estudiantes universitarias de la carrera de Educación Inicial
- Determinar los factores que afectan en el bienestar psicológico de las estudiantes embarazadas de la carrera de Educación Inicial.
- Proponer actividades de apoyo psicológico a las estudiantes embarazadas de la carrera de Educación Inicial para evitar problemas de estrés, ansiedad y depresión.

CAPÍTULO II.

2. MARCO TEÓRICO.

2.1 Embarazo en estudiantes universitarias

2.1.1 Estadísticas del embarazo en estudiantes universitarias en Ecuador

Según el Consejo Nacional para la Igualdad Intergeneracional (2024), la tasa de natalidad de madres universitarias de 19 a 26 años ha disminuido en un total de 28 en los últimos años. Ecuador todavía se queda atrás del promedio para la región de América Latina y el Caribe, particularmente para el grupo de edad de 10 a 14 años. El informe menciona que en 2024 hubo un aumento en el número de embarazos entre niñas de 10 a 14 años, de 1,665 a 3,360 nacimientos vivos.

En cuanto a la natalidad en mujeres que cursan o han cursado estudios universitarios, los datos disponibles permiten dimensionar la magnitud del fenómeno. Según el Instituto Nacional de Estadística y Censos (2023), alrededor del 15% de los nacimientos registrados en Ecuador corresponden a madres que se encontraban matriculadas en instituciones de educación superior al momento del parto. Esta realidad evidencia que el embarazo universitario no constituye un caso aislado, sino una situación que afecta a una proporción significativa de la población estudiantil femenina. A diferencia de los embarazos en niñas y adolescentes menores de 18 años, el embarazo en universitarias presenta una dinámica particular, pues se produce en mujeres que ya han iniciado un proyecto de formación profesional, lo que genera tensiones específicas entre la continuidad académica y la maternidad. Comprender esta realidad desde los datos es fundamental para orientar políticas institucionales que respondan a las necesidades concretas de este grupo poblacional.

La información presentada por las dos fuentes oficiales evidencia la tendencia dual del fenómeno ecuatoriano: por un lado, existe una tendencia general a la disminución del fenómeno del embarazo en estudiantes universitarias, pero por otro lado se presenta, en algunas regiones y en los grupos más jóvenes que implica un reto importante a la política de atención y prevención diferencial por edad y geografía.

2.1.2 Causas del embarazo en estudiantes universitarias

Una investigación realizada por parte de Parrales (2022) menciona varias razones posibles para los embarazos en estudiantes universitarias que surgen de una falta de comprensión sociocultural. Estas incluyen la ausencia de educación sexual integral, una mayor necesidad de actividad sexual, un uso insuficiente o inconsistente de anticonceptivos, y las presiones de la familia y las parejas. La autora señala que las estudiantes universitarias son influenciadas por creencias culturales sobre la sexualidad y la maternidad, también señala que la falta de comunicación familiar sobre cuestiones sexuales agrava el problema.

Benítez et al. (2022) citan la influencia del entorno social, la presión de los compañeros, y la inestabilidad de la pareja combinados con una falta de conciencia sobre los riesgos. Los autores también afirman que el bajo estatus socioeconómico, la falta de metas de vida definidas, y el acceso inadecuado a servicios de salud sexual y reproductiva contribuyen significativamente al problema del embarazo no deseado dentro del ámbito universitario.

Además de ello, una investigación realizada por Loja y Pambi (2025), identifican otras causas del embarazo en estudiantes universitarias, entre las que se destacan las siguientes:

- Falta de conocimiento sobre métodos anticonceptivos y el acceso limitado a educación sexual pueden llevar a embarazos no planeados entre las estudiantes universitarias.
- En algunas culturas y contextos, puede existir presión para embarazarse, ya sea por expectativas familiares o por la influencia de amigos o parejas.
- La falta de comunicación abierta o el no uso de protección en las relaciones sexuales pueden ser factores contribuyentes al embarazo de mujeres jóvenes.
- La dificultad para acceder servicios de salud que proporcionen anticonceptivos, orientación sexual y apoyo psicológico puede aumentar el riesgo de embarazo no deseado.
- Algunas estudiantes pueden no ser plenamente conscientes de los riesgos asociados con el embarazo en una etapa temprana, lo que puede influir en la toma de decisiones relacionadas con la contracepción.
- En algunos casos, las limitaciones económicas o la presión para conseguir estabilidad en su vida personal y familiar pueden llevar a la decisión de mantener el embarazo sin considerar todos los factores relacionados.
- En situaciones de abuso o control por parte de una pareja, las estudiantes pueden verse forzadas o manipuladas para quedar embarazadas, lo que genera consecuencias emocionales y psicológico.

Es posible saber las causas del embarazo en universitarias analizando factores individuales, familiares, sociales y estructurales, dado que son causas del fenómeno en cuestión, multidimensionales, y desde luego, la educación sexual y el acceso a información constituyen factores protectores. Estos hallazgos orientan las intervenciones preventivas hacia enfoques integrales.

2.1.3 Factores de riesgo asociados al embarazo no planeado

Monterrosa et al. (2022) afirman que los factores de riesgo relacionados con los embarazos no planeados incluyen problemas psicosociales y obstétricos como la depresión, la ansiedad y el estrés psicológico, así como bajo apoyo social percibido y condiciones socioeconómicas adversas. Los autores identifican que las mujeres con menor nivel educativo y menos ingresos familiares son más vulnerables. Además, un historial de violencia doméstica y relaciones de pareja disfuncionales aumentan significativamente el riesgo de embarazos no deseados. Los embarazos no planeados, en su forma más grave, pueden incluir la muerte de la madre y/o el niño y pueden resultar en serias repercusiones socioeconómicas para la familia.

En cuanto a Arias et al. (2023), los embarazos no planeados son resultado de la aparición temprana de relaciones sexuales, tener múltiples parejas sexuales, falta de conocimiento sobre métodos anticonceptivos y falta de acceso a servicios de planificación familiar. Los autores indican que los métodos anticonceptivos efectivos y fáciles de usar son esenciales

para la población universitaria, otro factor de riesgo considerable es la falta de programas educativos en las escuelas.

Ambos estudios coinciden en identificar factores de riesgo que operan a niveles individual, relacional y estructural. La coexistencia de factores psicológicos como la ansiedad y la depresión, y factores sociales como la pobreza y la violencia, crea una alta vulnerabilidad para los embarazos no planeados. Estos hallazgos apoyan la necesidad de estrategias de intervención multinivel que aborden los determinantes individuales y contextuales del fenómeno.

2.1.4 Consecuencias académicas del embarazo universitario

Una investigación realizada por Castro y Machuca (2023) analizan algunas de las posibles consecuencias académicas que un embarazo provoca en la Universidad y estas son: desempeño académico bajo, mayor ausentismo, dificultades en el cumplimiento de las exigencias curriculares y un alto riesgo de deserción. Los mismos autores mencionan que las estudiantes embarazadas presentan desventajas institucionales como: escasa flexibilidad horaria, inexistencia de espacios de lactancia, y la carencia de una política institucional de apoyo. Lo cual, en gran medida, obstaculiza el ejercicio de la maternidad y la realización de la educación superior.

El estudio de la Teran et al. (2020) expone que el embarazo conlleva consecuencias que son evidentes en las universidades, que la mayoría de las veces conlleva a tener trabajos inconclusos, no cumplimiento con la realización de trabajos en grupos, termina generando un impacto en la formación, en un estado emocional que es muy variables. La falta de normas que regulen a favor de la mujer que es madre en condición de estudiante, genera una situación que favorecen el descontrol que en muchas ocasiones termina en la deserción de la educación superior.

En estos dos estudios es posible evidenciar el gran número e importancia que tienen las consecuencias en el ámbito académico que conlleva un embarazo y la gran cantidad de aristas que puede conllevar este impacto. Los problemas que se presentan son de tal magnitud, que son dificultades internas que inciden en el fracaso de la culminación de una carrera universitaria, son una justificación de las necesidades que se tienen en la ausencia dentro del reglamento institucional para la política de la permanencia y graduación de la estudiante embarazada, y el derecho a la educación.

2.1.5 Consecuencias sociales y familiares del embarazo

De acuerdo con Carreño et al. (2023), las consecuencias sociales y familiares del embarazo en estudiantes universitarias incluyen la reestructuración de la dinámica familiar, conflictos intergeneracionales, estigmatización social y limitación de las redes de apoyo. Los autores señalan que la comunicación y cohesión familiar se ven significativamente afectadas, generando tensiones que pueden derivar en situaciones de abandono o violencia. Las estudiantes universitarias embarazadas frecuentemente experimentan rechazo y discriminación en su entorno social inmediato.

Según Monroy (2020), las consecuencias sociales comprenden la interrupción del proyecto de vida, dependencia económica, aislamiento social y perpetuación de ciclos de pobreza. La

autora destaca que la maternidad en la universidad implica abandono escolar y limitadas oportunidades laborales futuras. En el ámbito familiar, se producen cambios en los roles y responsabilidades que afectan tanto a la estudiante como a su núcleo familiar, generando sobrecarga especialmente para las figuras femeninas.

La síntesis de ambas perspectivas evidencia que las consecuencias sociales y familiares del embarazo en entornos universitarios trascienden lo individual para impactar sistemas relacionales más amplios. Los autores coinciden en identificar efectos negativos tanto en la dinámica familiar como en las oportunidades de desarrollo social de las estudiantes. Estos hallazgos subrayan la importancia de intervenciones que fortalezcan las redes de apoyo y promuevan la inclusión social de las madres.

2.1.6 Deserción universitaria por embarazo

Según Pérez et al. (2023), la deserción universitaria en América Latina presenta al embarazo como uno de los factores personales de riesgo más significativos, especialmente para las mujeres. Los autores identifican que variables intrínsecas como la edad, el sexo, el estado civil y el embarazo influyen decisivamente en la decisión de abandono de los estudios superiores. Las condiciones de desigualdad socioeconómica de la región latinoamericana agudizan esta problemática, limitando las posibilidades de permanencia estudiantil.

Por su parte, Zárate (2022) señala que la deserción escolar por embarazo constituye un reto persistente que afecta a múltiples sociedades. La autora documenta que el embarazo compromete las oportunidades de desarrollo al obstaculizar la culminación de la educación formal, generando desventajas para la inserción laboral y productiva.

La convergencia de ambos estudios demuestra que la deserción universitaria por embarazo constituye una problemática regional que refleja desigualdades estructurales de género y clase. Los autores coinciden en que las consecuencias de esta deserción trascienden lo educativo para impactar las trayectorias vitales completas de las mujeres afectadas. Estos hallazgos fundamentan la necesidad de políticas institucionales específicas que prevengan el abandono y promuevan la culminación de estudios.

2.1.7 Discriminación hacia estudiantes universitarias

La discriminación hacia estudiantes universitarias embarazadas se manifiesta como una forma de violencia social no visibilizada que afecta su desenvolvimiento académico. Los autores identifican prácticas discriminatorias como el abuso de autoridad docente, la falta de flexibilidad en evaluaciones, la ausencia de espacios de apoyo materno y la indiferencia institucional. Estas conductas constituyen barreras que dificultan la permanencia estudiantil.

De acuerdo con Rodríguez (2021), las estudiantes embarazadas enfrentan estereotipos y prejuicios que las estigmatizan en el ambiente universitario. La autora señala que la discriminación se expresa tanto en actitudes individuales de compañeros y docentes como en estructuras institucionales que no contemplan las necesidades específicas de esta población. La falta de protocolos de atención y la invisibilización de sus derechos perpetúan condiciones de inequidad de género en el ámbito educativo superior.

Ambos estudios evidencian que la discriminación hacia estudiantes embarazadas opera en múltiples niveles: interpersonal, institucional y estructural. Las prácticas discriminatorias identificadas vulneran el derecho a la educación y reproducen desigualdades de género arraigadas culturalmente. Estos hallazgos fundamentan la urgencia de implementar normativas antidiscriminatorias y promover una cultura institucional de respeto hacia la maternidad en el contexto universitario.

2.1.8 Rol de la educación sexual en la prevención de embarazo

Según Castillo et al. (2022), la educación sexual en el sistema educativo constituye una estrategia fundamental para prevenir el embarazo en estudiantes. Los autores señalan que, a pesar de la alta prevalencia del fenómeno en contextos latinoamericanos, la producción científica sobre propuestas educativas contextualizadas es limitada. Se reconoce el potencial del sistema educativo formal para proveer educación sexual integral que contribuya efectivamente en la prevención mediante el desarrollo de competencias para la toma de decisiones informadas.

Por su parte, Vélez y Ubillus (2023) afirman que la educación sexual y reproductiva desempeña un rol fundamental en la prevención del embarazo en estudiantes, fenómeno que se ha convertido en un problema de salud pública mundial. Los autores destacan que las estudiantes que inician su vida sexual y quedan embarazadas a temprana edad representan un grupo vulnerable que requiere intervenciones educativas específicas. La implementación de programas de educación sexual integral se asocia con mejores conocimientos y actitudes preventivas.

La síntesis de ambas perspectivas confirma el rol estratégico de la educación sexual como factor protector frente al embarazo en estudiantes universitarias. Los autores coinciden en la necesidad de fortalecer los programas educativos, haciéndolos integrales, contextualizados y accesibles. Estos hallazgos orientan las políticas públicas hacia el fortalecimiento de la educación sexual en todos los niveles educativos, reconociendo su potencial transformador en la prevención de embarazos no planificados.

2.2 Bienestar psicológico

2.2.1 Definición (Modelo Ryff)

Según García et al. (2024), el bienestar psicológico desde el modelo de Carol Ryff se define como el sentimiento de autorrealización y el fomento del desarrollo del máximo potencial de las personas. Los autores señalan que este constructo implica una evaluación tanto cognitiva como afectiva que los individuos realizan de sus vidas, trascendiendo la simple ausencia de malestar para enfocarse en el funcionamiento óptimo. El modelo de Ryff representa un enfoque eudaimónico del bienestar centrado en el desarrollo personal.

De acuerdo con Nogueira et al. (2023), el bienestar psicológico según Ryff constituye un constructo multidimensional que evalúa aspectos positivos del funcionamiento humano. Los autores destacan que esta conceptualización se enmarca en la Psicología Positiva y se diferencia del bienestar hedónico al enfatizar el crecimiento personal, el propósito vital y las

relaciones significativas. La escala de bienestar psicológico de Ryff se ha convertido en el instrumento más utilizado para evaluar este constructo en diversos contextos.

La integración de ambas perspectivas permite comprender que el modelo de Ryff conceptualiza el bienestar psicológico como un estado de funcionamiento óptimo que va más allá de la felicidad momentánea. Los autores coinciden en destacar su naturaleza multidimensional y su fundamento en la tradición eudaimónica. Esta definición proporciona un marco teórico sólido para evaluar e intervenir en el bienestar de poblaciones específicas como las estudiantes universitarias embarazadas.

2.2.2 Dimensiones del bienestar psicológico

Según Assar et al. (2024), el modelo de Ryff propone seis dimensiones del bienestar psicológico: autoaceptación, relaciones positivas con otros, autonomía, dominio del entorno, propósito en la vida y crecimiento personal. Los autores señalan que la autoaceptación implica actitudes positivas hacia uno mismo; las relaciones positivas refieren a vínculos significativos; la autonomía representa la independencia y autorregulación; el dominio del entorno indica competencia para manejar el ambiente; el propósito en la vida señala metas y direccionalidad; y el crecimiento personal refleja desarrollo continuo.

Por su parte, Osorio y Prado (2022) analizan estas dimensiones señalando que cada una contribuye de manera específica al bienestar integral de la persona. Los autores destacan que, en estudiantes universitarios, las dimensiones de crecimiento personal y propósito en la vida adquieren particular relevancia dado el momento vital de definición de proyectos profesionales. Las relaciones positivas con otros también resultan fundamentales considerando la importancia del apoyo social durante la etapa universitaria.

Ambos estudios coinciden en reconocer la naturaleza multidimensional del bienestar psicológico según el modelo de Ryff. Las seis dimensiones identificadas proporcionan un marco comprensivo para evaluar el funcionamiento psicológico positivo de los individuos. Para las estudiantes universitarias embarazadas, estas dimensiones permiten identificar áreas de fortaleza y vulnerabilidad que orienten intervenciones de apoyo psicológico específicas y pertinentes a su situación particular.

2.2.3 Estrés: definición, tipos y síntomas

De acuerdo con Trunce et al. (2021), el estrés se define como una respuesta fisiológica y psicológica del organismo ante demandas percibidas como amenazantes o desafiantes que exceden los recursos adaptativos disponibles. Los autores distinguen entre estrés agudo, caracterizado por respuestas inmediatas a estímulos específicos, y estrés crónico, que implica exposición prolongada a factores estresantes. Los síntomas incluyen manifestaciones físicas como tensión muscular, cefaleas y alteraciones del sueño, así como manifestaciones psicológicas como irritabilidad, dificultad de concentración y agotamiento emocional.

Según Awad et al. (2022), el estrés en mujeres embarazadas presenta características particulares denominadas estrés específico del embarazo, relacionado con preocupaciones sobre el desarrollo fetal, el parto y la maternidad. Los autores identifican que este tipo de estrés se asocia con mayores niveles de ansiedad y puede impactar negativamente tanto la

salud materna como el desarrollo del bebé. Los síntomas durante el embarazo incluyen además alteraciones del apetito, cambios emocionales intensos y preocupación excesiva.

La síntesis de ambas perspectivas evidencia que el estrés constituye un fenómeno complejo con múltiples manifestaciones que varían según el contexto y las características individuales. Las estudiantes universitarias embarazadas pueden experimentar tanto estrés académico como estrés específico del embarazo, configurando una situación de doble vulnerabilidad. Estos conocimientos fundamentan la importancia de implementar estrategias de manejo del estrés adaptadas a las necesidades específicas de esta población.

2.2.4 Ansiedad: definición, causas y manifestaciones

Según Peralta y Farfán (2022), la ansiedad se define como un estado emocional caracterizado por sentimientos de tensión, preocupación excesiva y cambios físicos como aumento de la presión arterial y frecuencia cardíaca. Los autores señalan que, en el contexto del embarazo adolescente, la ansiedad se relaciona con incertidumbre sobre el futuro, temor al rechazo social, preocupaciones económicas y miedo a las complicaciones del embarazo. Las manifestaciones incluyen inquietud, dificultad para dormir, irritabilidad y síntomas somáticos diversos.

De acuerdo con Azúa y Carvajal (2024), el trastorno de ansiedad durante el embarazo constituye una alteración frecuente que afecta significativamente la calidad de vida de las gestantes. Los autores identifican como causas principales los cambios hormonales, antecedentes personales de trastornos de ansiedad, situaciones estresantes y falta de apoyo social. Las manifestaciones incluyen preocupación persistente, tensión muscular, palpitaciones, sensación de ahogo y conductas evitativas que interfieren con las actividades cotidianas.

La integración de ambos planteamientos demuestra que la ansiedad en embarazadas constituye un fenómeno multicausal con manifestaciones tanto psicológicas como físicas. Las estudiantes universitarias embarazadas enfrentan múltiples factores ansiógenos relacionados con su doble condición de estudiantes y gestantes. El reconocimiento temprano de los síntomas de ansiedad resulta fundamental para implementar intervenciones preventivas que protejan el bienestar de la madre y el desarrollo saludable del bebé.

2.2.5 Depresión: definición y factores desencadenantes

Según Gaviria et al. (2022), la depresión se define como un trastorno del estado de ánimo caracterizado por tristeza persistente, pérdida de interés en actividades previamente placenteras, alteraciones del sueño y apetito, fatiga, sentimientos de inutilidad y dificultad para concentrarse. Los autores identifican que durante el embarazo, los factores desencadenantes incluyen cambios hormonales, antecedentes psiquiátricos personales o familiares, falta de apoyo social, dificultades económicas y situaciones de violencia. La prevalencia de riesgo depresivo en gestantes alcanza cifras significativas.

De acuerdo con Smythe et al. (2022), la depresión perinatal afecta a un porcentaje considerable de mujeres embarazadas, con consecuencias negativas para la salud materna y el desarrollo infantil. Los autores señalan como factores desencadenantes la historia previa

de depresión, eventos vitales estresantes, embarazo no planificado, complicaciones obstétricas y bajo apoyo de pareja. La sintomatología incluye llanto frecuente, aislamiento social, pensamientos negativos recurrentes y en casos severos, ideación suicida.

Ambos estudios coinciden en caracterizar la depresión durante el embarazo como una condición prevalente con múltiples factores desencadenantes biológicos, psicológicos y sociales. Las estudiantes universitarias embarazadas presentan factores de riesgo adicionales relacionados con las demandas académicas y la interrupción de sus proyectos de vida. La identificación temprana de síntomas depresivos y la intervención oportuna resultan fundamentales para prevenir complicaciones y promover el bienestar materno-infantil.

2.2.6 Bienestar psicológico durante el embarazo

Según Navon y Taubman (2023), el bienestar psicológico durante el embarazo se ve significativamente influenciado por factores como el apoyo social percibido, las condiciones socioeconómicas, la planificación del embarazo y los recursos personales de afrontamiento. Los autores señalan que niveles adecuados de bienestar psicológico se asocian con mejores resultados obstétricos, menor incidencia de complicaciones y desarrollo fetal más saludable. Por el contrario, el bajo bienestar psicológico predice mayor riesgo de parto prematuro y bajo peso al nacer.

De acuerdo con Bobadilla et al. (2023), el bienestar psicológico en mujeres con la doble condición de madres y estudiantes universitarias enfrenta desafíos particulares derivados de la sobrecarga de roles. Los autores identifican que estas mujeres experimentan tensiones entre las demandas académicas y las responsabilidades maternas, afectando dimensiones como la autonomía, el dominio del entorno y el crecimiento personal. Sin embargo, también se documentan factores protectores como el sentido de propósito derivado de ambos roles.

La síntesis de ambas perspectivas evidencia que el bienestar psicológico durante el embarazo resulta de la interacción entre factores de riesgo y factores protectores que operan en múltiples niveles. Para las estudiantes universitarias embarazadas, la comprensión de esta dinámica permite diseñar intervenciones que potencien los recursos personales y contextuales disponibles. El fortalecimiento del bienestar psicológico constituye un objetivo prioritario para garantizar resultados positivos tanto académicos como de salud materno-infantil.

2.2.7 Factores protectores del bienestar psicológico

Según Li et al. (2025), los factores protectores del bienestar psicológico incluyen el apoyo social percibido, la resiliencia, las relaciones positivas con otros, el sentido de propósito vital y las habilidades de afrontamiento adaptativas. Los autores señalan que estos factores amortiguan el impacto de los estresores y promueven el funcionamiento psicológico óptimo incluso en contextos adversos. La investigación evidencia que el bienestar psicológico puede reducir el impacto negativo de los factores estresantes sobre la salud mental.

De acuerdo con Angarita et al. (2020), en población universitaria los factores protectores de la salud mental incluyen el sentido de pertenencia institucional, las redes de apoyo entre pares, la percepción de competencia académica y el acceso a servicios de orientación

psicológica. Los autores destacan que la autoaceptación constituye un factor protector fundamental que se asocia positivamente con otras dimensiones del bienestar como el crecimiento personal y el dominio del entorno. El fortalecimiento de estos factores favorece la permanencia y éxito académico.

La integración de ambos planteamientos permite identificar factores protectores que operan tanto a nivel individual como contextual. Los autores coinciden en destacar la importancia del apoyo social y las competencias personales como elementos centrales para la protección del bienestar psicológico. Para las estudiantes universitarias embarazadas, la identificación y fortalecimiento de estos factores protectores constituye una estrategia fundamental para promover su salud mental y favorecer la culminación exitosa de sus estudios.

2.2.8 Estrategias de afrontamiento psicológico

Según Rometo et al. (2021), las estrategias de afrontamiento psicológico se definen como los esfuerzos cognitivos y conductuales que las personas implementan para manejar las demandas internas o externas percibidas como estresantes. Los autores distinguen entre estrategias centradas en el problema, orientadas a modificar la situación estresante, y estrategias centradas en la emoción, dirigidas a regular la respuesta emocional. La Terapia Cognitivo-Conductual ha demostrado eficacia para desarrollar habilidades de afrontamiento en mujeres embarazadas.

De acuerdo con Chan et al. (2022), las estrategias de afrontamiento adaptativas en estudiantes incluyen la búsqueda de apoyo social, la reestructuración cognitiva, la planificación activa, el autocuidado físico y emocional, y las técnicas de relajación. Los autores señalan que los estudiantes con estrategias de afrontamiento más adaptativas presentan mejores niveles de bienestar psicológico y menor sintomatología de ansiedad y depresión. Las estrategias evitativas o desadaptativas, por el contrario, se asocian con peores indicadores de salud mental.

La síntesis de ambas perspectivas evidencia que las estrategias de afrontamiento constituyen recursos modificables que pueden fortalecerse mediante intervenciones psicoeducativas. Los autores coinciden en la importancia de promover estrategias adaptativas que favorezcan la resolución activa de problemas y la regulación emocional saludable. Para las estudiantes universitarias embarazadas, el desarrollo de habilidades de afrontamiento efectivas resulta fundamental para manejar las múltiples demandas de su situación particular y proteger su bienestar psicológico.

Además de las estrategias que dependen de la voluntad y recursos internos de la persona, resulta igualmente relevante considerar aquellas que provienen del entorno externo y que pueden ser implementadas desde instancias institucionales. En este sentido, el acceso a apoyo psicológico profesional en las dependencias universitarias constituye una estrategia fundamental de afrontamiento externo que no depende exclusivamente de la iniciativa de la estudiante. Del mismo modo, la derivación a servicios externos de salud mental, tales como centros de salud pública o clínicas especializadas en salud perinatal, amplía el espectro de apoyo disponible. La implementación de grupos de apoyo psicosocial facilitados por profesionales, la flexibilidad académica y los programas de acompañamiento institucional

son estrategias que operan desde el exterior y que complementan los esfuerzos individuales de afrontamiento, configurando una red de protección más sólida para las estudiantes embarazadas (Chan et al., 2022).

2.3 Reflexión de cierre

El recorrido teórico desarrollado a lo largo de este capítulo permite comprender que el embarazo en estudiantes universitarias y el bienestar psicológico no son fenómenos independientes, sino realidades profundamente entrelazadas que se condicionan mutuamente. El embarazo, lejos de ser únicamente un proceso biológico, desencadena una cadena de consecuencias académicas, emocionales, sociales y familiares que impactan de manera directa en las seis dimensiones del bienestar psicológico propuestas por Ryff: la autoaceptación se ve cuestionada por la culpa y el estigma; las relaciones positivas con otros se fracturan ante el rechazo familiar y la discriminación de pares; la autonomía se ve limitada por la dependencia económica; el dominio del entorno se tambalea frente a la sobrecarga de roles; el propósito de vida se desdibuja ante el sentimiento de pérdida del proyecto profesional; y el crecimiento personal enfrenta obstáculos cuando la institución educativa no ofrece las condiciones necesarias para que la estudiante pueda avanzar.

Sin embargo, la misma teoría revisada también revela que esta relación no está determinada de forma irremediable. Los factores protectores del bienestar psicológico tienen la capacidad de transformar la adversidad en un proceso de crecimiento. Cuando una estudiante embarazada cuenta con redes de apoyo sólidas, acceso a acompañamiento psicológico y un entorno institucional inclusivo, las dimensiones del bienestar no solo se preservan, sino que pueden fortalecerse. Esta comprensión integral justifica plenamente la necesidad de intervenciones que atiendan simultáneamente ambas variables, reconociendo que proteger el bienestar psicológico de las estudiantes embarazadas es, en última instancia, garantizar su derecho a una educación plena y digna.

CAPÍTULO III.

3. METODOLOGÍA.

3.1 Tipo de Investigación.

3.1.1 Mixta

La presente investigación corresponde a una metodología de enfoque mixto, puesto que integra de manera complementaria elementos cualitativos y cuantitativos para lograr una comprensión más completa del fenómeno estudiado. Desde la dimensión cualitativa, se buscó comprender en profundidad las experiencias, percepciones y significados que las estudiantes embarazadas atribuyen a su bienestar psicológico, privilegiando la riqueza de sus testimonios y la interpretación de sus vivencias en el contexto universitario. Desde la dimensión cuantitativa, los hallazgos emergentes de las entrevistas fueron apoyados mediante la cuantificación de frecuencias y la identificación de patrones recurrentes entre las participantes, lo que permitió dimensionar la magnitud de los factores identificados y otorgar mayor solidez a las interpretaciones realizadas.

Se optó por el enfoque mixto debido a que el objeto de estudio es de naturaleza subjetiva y compleja, y si bien no puede ser reducido únicamente a números o categorías cerradas, la descripción cualitativa se enriquece y fortalece al apoyarse en datos cuantitativos que evidencian la recurrencia e importancia de los fenómenos encontrados. Esta combinación permite tanto comprender el significado profundo de las experiencias individuales como identificar tendencias generales dentro de la población estudiada.

3.1.2 Descriptiva

Descriptiva, en virtud de que se buscó estudiar y caracterizar las experiencias, percepciones y vivencias de las estudiantes embarazadas en relación con su bienestar psicológico, describiendo en profundidad los factores que inciden en su situación emocional y académica.

3.1.3 Transversal

El estudio además fue de alcance transversal, en virtud de que la recolección de datos se realizó en un solo momento y tiempo determinado. Este tipo de diseño facilitó la descripción del fenómeno estudiado y la exploración de las experiencias de las participantes en un periodo específico.

3.2 Diseño de Investigación

3.2.1 No experimental

El diseño de la investigación fue no experimental, puesto que no se manipularon deliberadamente las condiciones del estudio. Se observaron y describieron los fenómenos tal como se presentan en su contexto natural para posteriormente analizarlos e interpretarlos.

3.3 Técnicas de recolección de Datos

3.3.1 Entrevista

Se utilizó la entrevista semiestructurada como técnica principal de recolección de datos, la cual permitió un acercamiento directo y profundo con las estudiantes embarazadas de la

carrera de Educación Inicial de la Universidad Nacional de Chimborazo (**Ver anexo 1**). Esta técnica resultó la más adecuada para el enfoque cualitativo, ya que facilitó la obtención de información detallada sobre las vivencias, emociones y percepciones de las participantes respecto a su bienestar psicológico.

Las entrevistas se realizaron de manera presencial en las instalaciones de la Universidad Nacional de Chimborazo, luego de obtener los permisos necesarios con las autoridades académicas de la carrera de Educación Inicial. A las participantes se les explicó el objetivo de la investigación, se les aseguró la confidencialidad de sus respuestas y se les solicitó el consentimiento informado antes de proceder con la recolección de datos.

La recolección de datos se desarrolló durante el periodo académico abril–agosto 2025, en el cual se aplicaron las entrevistas a las estudiantes que cumplieron con los criterios de inclusión. Cada entrevista se realizó de forma individual, en un espacio privado y tranquilo, con el fin de que las participantes puedan expresarse con libertad y confianza. Las entrevistas fueron grabadas con el consentimiento de las participantes para su posterior transcripción y análisis.

3.4 Instrumento de recolección de Datos

3.4.1 Guía de entrevista

El instrumento utilizado fue una guía de entrevista semiestructurada diseñada específicamente para la presente investigación, la cual permitió explorar las experiencias de las estudiantes embarazadas en relación con su bienestar psicológico. La guía incluyó preguntas abiertas organizadas en ejes temáticos: datos sociodemográficos (edad, estado civil, semestre, situación laboral, número de hijos, planificación del embarazo y apoyo familiar), experiencias emocionales durante el embarazo, factores que afectan su bienestar psicológico, percepción del apoyo institucional y familiar, y estrategias de afrontamiento utilizadas frente al estrés, la ansiedad y la depresión.

Las preguntas de la guía de entrevista fueron elaboradas tomando como referencia teórica el modelo de bienestar psicológico de Ryff, abordando las seis dimensiones: autoaceptación, relaciones positivas con otros, autonomía, dominio del entorno, propósito en la vida y crecimiento personal. Esto permitió que las participantes expresen de manera libre y detallada sus vivencias respecto a cada dimensión del bienestar psicológico durante su proceso de gestación.

3.5 Población de estudio y tamaño de muestra

3.5.1 Población

La población de estudio estuvo conformada por las estudiantes matriculadas en la carrera de Educación Inicial de la Universidad Nacional de Chimborazo durante el periodo académico 2S que corresponde a los meses de Octubre a Febrero. Dicha población comprendió a todas las estudiantes que se encontraron cursando alguno de los ocho semestres que conforman la carrera, desde primer semestre hasta octavo semestre, y que al momento de la investigación se encuentran en estado de gestación.

3.5.2 Muestra

La muestra estuvo conformada por las 44 estudiantes embarazadas pertenecientes a todos los semestres de la carrera de Educación Inicial de la Universidad Nacional de Chimborazo. Dado que la investigación fue de enfoque cualitativo, el tamaño de la muestra no se determinó mediante fórmulas estadísticas, sino a través de un muestreo intencional o por conveniencia (Hernández et al., 2014), en el que se seleccionaron a todas las estudiantes que cumplen con el criterio de inclusión principal:

- Encontrarse en estado de gestación durante el periodo académico 2S - 2025

La decisión de incluir a la totalidad de la población identificada respondió al principio de saturación teórica, garantizando la representatividad de las experiencias dentro del contexto específico estudiado.

Tabla 1.

Muestra

| Semestres | Frecuencia | Porcentaje |
|------------------|------------|----------------|
| Primer semestre | 3 | 6,82% |
| Segundo semestre | 3 | 6,82% |
| Tercer semestre | 13 | 29,55% |
| Cuarto semestre | 0 | 0,00% |
| Quinto semestre | 6 | 13,64% |
| Sexto semestre | 5 | 11,36% |
| Séptimo semestre | 4 | 9,09% |
| Octavo semestre | 10 | 22,73% |
| Total | 44 | 100,00% |

Fuente: secretaria de la Facultad de la institución

Autor: Katherine Anabel Buenaño Ocaña, 2026

Como se observa en la Tabla 1, la mayor concentración de estudiantes embarazadas se encontró en el tercer semestre con 13 participantes (29,55%), seguido del octavo semestre con 10 participantes (22,73%) y el quinto semestre con 6 participantes (13,64%). Es importante señalar que en el cuarto semestre no se identificaron estudiantes embarazadas durante el periodo de recolección de datos. Esta distribución sugirió que el embarazo se presenta con mayor frecuencia en las etapas inicial y final de la formación universitaria

3.6 Métodos de análisis, y procesamiento de datos.

El procesamiento y análisis de los datos recolectados se realizó mediante el análisis de contenido cualitativo. En primer lugar, se procedió a la transcripción íntegra de las entrevistas realizadas a las participantes, utilizando el procesador de texto Microsoft Word como herramienta principal para la digitalización de los registros de audio. Posteriormente, se realizó una lectura repetida de las transcripciones para familiarizarse con la información obtenida e identificar los temas emergentes.

Para el análisis se aplicó la técnica de categorización y codificación de la información, organizando los datos en categorías y subcategorías relacionadas con los objetivos de la investigación. Este proceso de codificación se llevó a cabo de forma manual, asignando códigos descriptivos a fragmentos de los testimonios que comparten un significado común. Los códigos se agruparon progresivamente en subcategorías y luego en categorías temáticas más amplias, siguiendo los principios del análisis temático inductivo.

Para organizar y gestionar los códigos y categorías, se empleó una matriz de análisis elaborada en Microsoft Excel, que permitió visualizar las recurrencias, similitudes y divergencias entre los testimonios de las participantes. Se identificaron patrones, coincidencias y divergencias en los testimonios de las participantes, lo que permitió caracterizar las experiencias de las estudiantes embarazadas y describir los factores que inciden en su bienestar psicológico. Los resultados se presentaron mediante la descripción narrativa de las categorías encontradas, apoyada en fragmentos representativos de las entrevistas.

Para garantizar la validez y confiabilidad de los resultados, se aplicó la triangulación de la información, contrastando los datos obtenidos en las entrevistas con la fundamentación teórica y los antecedentes investigativos revisados. Este procedimiento de triangulación teórica consistió en comparar los hallazgos emergentes con los postulados del modelo de bienestar psicológico de Ryff y con los resultados de investigaciones previas sobre embarazo universitario, lo que permitió verificar la consistencia interna de las interpretaciones realizadas y enriquecer el análisis desde múltiples perspectivas teóricas.

Además, se utilizó la saturación teórica como criterio para determinar la suficiencia de la información recolectada, es decir, se continuó con las entrevistas hasta que los datos comenzaron a repetirse y no aportan información nueva. El procesamiento de los datos transcurre en las siguientes fases secuenciales:

- Grabación de las entrevistas con dispositivos de audio
- Transcripción verbal de los audios mediante el procesador de texto microsoft word
- Organización de las transcripciones en una matriz de datos en microsoft excel, asignando a cada participante un código de identificación para garantizar el anonimato
- Codificación abierta de los datos mediante la asignación de etiquetas conceptuales a los fragmentos relevantes
- Agrupación de los códigos en categorías y subcategorías

- Redacción de los hallazgos mediante descripción narrativa apoyada en citas textuales representativas de las participantes. Este proceso permite una comprensión integral del fenómeno estudiado.

CAPÍTULO IV.

4. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

4.1 Análisis cualitativo de las entrevistas

A partir de la transcripción y análisis de contenido de las 44 entrevistas semiestructuradas, se identificaron categorías y subcategorías emergentes que responden a los objetivos de la investigación. Los resultados se organizaron en tres ejes temáticos principales, correspondientes a cada objetivo específico: causas y consecuencias del embarazo, factores que afectan el bienestar psicológico, y necesidades de apoyo psicológico. Los hallazgos se respaldan con fragmentos textuales representativos de los testimonios de las participantes.

4.1.1 Causas y consecuencias del embarazo en las estudiantes universitarias

En relación con el primer objetivo específico, orientado a identificar las causas y consecuencias del embarazo en las estudiantes universitarias de la carrera de Educación Inicial, el análisis de las entrevistas permitió identificar las siguientes categorías y subcategorías emergentes (Ver tabla 2):

Tabla 2.

Categorías emergentes: Causas y consecuencias del embarazo

| Categoría | Subcategoría emergente |
|---------------------------|--|
| Causas del embarazo | Uso inadecuado o inconsistente de anticonceptivos |
| | Falta de educación sexual integral |
| | Presión o influencia de la pareja |
| | Embarazo planificado |
| Consecuencias académicas | Disminución del rendimiento académico |
| | Inasistencia frecuente a clases |
| | Dificultad para cumplir con tareas y trabajos grupales |
| Consecuencias emocionales | Ideas o intención de abandono de estudios |
| | Sentimientos de miedo e incertidumbre |
| | Culpa y frustración |
| | Tristeza persistente |

| | |
|-------------------------------------|---|
| | Sentimiento de soledad |
| | Conflictos familiares |
| Consecuencias sociales y familiares | Estigmatización por parte de compañeros |
| | Aislamiento social |
| | Abandono o distanciamiento de la pareja |

Fuente: Estudiantes embarazadas

Autor: Katherine Anabel Buenaño Ocaña, 2026

4.1.2 Causas del embarazo

Al indagar sobre las circunstancias previas al embarazo, más de la mitad de las participantes (28 de las 44) identificaron el uso inadecuado o inconsistente de métodos anticonceptivos como la causa principal. Un grupo considerable (17 de las 44) mencionó que, si bien conocían la existencia de estos métodos, no contaban con información suficiente sobre su uso correcto. De manera recurrente, las estudiantes asociaron esta situación con la falta de educación sexual integral tanto en el ámbito familiar como en el escolar.

"Yo sabía que existían los métodos anticonceptivos, pero no los usaba de forma correcta. En el colegio nunca nos explicaron bien cómo funcionaban, solo nos decían que no debíamos tener relaciones" (E7, tercer semestre).

Aproximadamente una cuarta parte de las entrevistadas (12 de las 44) señalaron que la presión o influencia de la pareja constituyó un factor determinante en la ocurrencia del embarazo. Estas estudiantes manifestaron haber cedido ante las insistencias de su pareja respecto a no utilizar protección, lo cual evidencia dinámicas de poder desiguales en las relaciones afectivas.

"Mi pareja me decía que no pasaba nada, que él se cuidaba, y yo le creí. Cuando me enteré del embarazo sentí que el mundo se me vino abajo porque no estaba en mis planes" (E15, quinto semestre).

Solo unas pocas participantes (4 de las 44) indicaron que su embarazo fue planificado, manifestando que tomaron la decisión de ser madres durante su etapa universitaria por considerarlo un momento adecuado en su vida personal y de pareja.

4.1.3 Consecuencias académicas

Una amplia mayoría de las participantes (38 de las 44) reportaron una disminución notable en su rendimiento académico como consecuencia directa del embarazo. Las participantes coincidieron en señalar que los malestares físicos propios de la gestación, sumados a las citas médicas frecuentes, generaron una inasistencia considerable a clases que repercutió en sus calificaciones.

"Hubo un momento en que ya no podía más. Las náuseas, el cansancio, los controles médicos... todo coincidía con las clases y los exámenes. Mis notas bajaron mucho y sentí que no iba a poder terminar el semestre" (E3, tercer semestre).

Otra dificultad recurrente fue el cumplimiento de trabajos grupales. Casi la mitad de las participantes (21 de las 44) expresaron que sus compañeros dejaron de incluirlas en los grupos de trabajo debido a sus inasistencias, lo cual generó un impacto tanto académico como emocional.

"Mis compañeros de grupo ya no querían trabajar conmigo porque decían que yo siempre faltaba y no aportaba. Eso me dolió mucho porque no era que yo no quisiera, sino que no podía" (E22, octavo semestre).

Cerca de un tercio de las entrevistadas (14 de las 44) manifestaron haber considerado seriamente abandonar sus estudios en algún momento del embarazo. Sin embargo, la mayoría de las participantes (32 de las 44) indicaron que el deseo de brindar un mejor futuro a su hijo constituyó la motivación principal para continuar con su formación académica.

4.1.4 Consecuencias emocionales

Las consecuencias emocionales fueron las más mencionadas de manera transversal en todas las entrevistas. La totalidad de las participantes (44 de las 44) expresaron haber experimentado sentimientos de miedo e incertidumbre al enterarse de su embarazo, independientemente de si este fue planificado o no. Estos sentimientos se vincularon principalmente con el temor a la reacción familiar y a la posibilidad de no poder continuar con sus estudios.

"Cuando me enteré sentí un miedo terrible. No sabía cómo decirle a mi familia, no sabía si iba a poder seguir estudiando, no sabía nada. Lloré durante días sin parar" (E1, primer semestre).

De igual manera, la culpa y la frustración aparecieron de forma recurrente en los relatos de las entrevistadas. Más de dos tercios de las participantes (30 de las 44) expresaron sentir que habían defraudado a sus familias, especialmente a sus padres, quienes realizaban esfuerzos económicos para costear sus estudios universitarios.

"Me sentí muy culpable, como si hubiera defraudado a mis papás que hacen tanto esfuerzo para que yo estudie. Esa culpa no se me quitaba y a veces todavía la siento" (E29, séptimo semestre).

La tristeza persistente y el sentimiento de soledad fueron aspectos emocionales que cerca de la mitad de las participantes (19 de las 44) identificaron como parte de su experiencia durante el embarazo, manifestando que en ocasiones se sentían incomprendidas por su entorno inmediato.

4.1.5 Consecuencias sociales y familiares

En el ámbito social y familiar, tres cuartas partes de las entrevistadas (33 de las 44) reportaron haber enfrentado conflictos familiares significativos tras comunicar su embarazo.

Los relatos evidenciaron reacciones de enojo, decepción y distanciamiento por parte de los padres, siendo estas respuestas más intensas en los casos de embarazos no planificados.

"Mi papá no me habló durante dos meses. Mi mamá lloraba todos los días. En mi casa el ambiente era muy tenso y yo me sentía la peor persona del mundo" (E12, tercer semestre).

La estigmatización por parte de compañeros de carrera fue otra consecuencia social frecuentemente mencionada. Casi la mitad de las participantes (20 de las 44) relataron haber sido objeto de comentarios despectivos, miradas incómodas y exclusión de actividades sociales dentro del ámbito universitario.

"Algunas compañeras empezaron a murmurar a mis espaldas. Ya no me invitaban a las reuniones de grupo. Me sentí muy sola en la universidad" (E35, octavo semestre).

Una cuarta parte de las entrevistadas (11 de las 44) reportaron el abandono o distanciamiento de su pareja como consecuencia del embarazo, lo cual agravó su situación emocional y económica. Este grupo de participantes fue el que manifestó mayores niveles de vulnerabilidad durante las entrevistas.

4.2 Factores que afectan el bienestar psicológico de las estudiantes embarazadas

En relación con el segundo objetivo específico, orientado a determinar los factores que afectan el bienestar psicológico de las estudiantes embarazadas, el análisis de las entrevistas permitió identificar tanto factores de riesgo como factores protectores que inciden en la salud mental de las participantes (Ver tabla 3).

Tabla 3.

Categorías emergentes: Factores que afectan el bienestar psicológico

| Categoría | Subcategoría emergente |
|--|--|
| | Sobrecarga de roles (estudiante y madre) |
| Factores de riesgo asociados al estrés | Presión académica por cumplimiento de obligaciones |
| | Preocupaciones económicas |
| | Falta de tiempo para el descanso y autocuidado |
| Factores de riesgo asociados a la ansiedad | Incertidumbre sobre el futuro |
| | Miedo a complicaciones del embarazo |
| | Temor a no poder culminar la carrera |

| | |
|---|---|
| | Preocupación por el juicio social |
| | Falta de apoyo emocional |
| Factores de riesgo asociados a la depresión | Sentimiento de pérdida del proyecto de vida |
| | Aislamiento social voluntario |
| | Desmotivación académica |
| | Apoyo familiar (especialmente madre y hermanas) |
| Factores protectores | Motivación por el bienestar del bebé |
| | Apoyo de compañeras cercanas |
| | Fe y espiritualidad |

Fuente: Estudiantes embarazadas

Autor: Katherine Anabel Buenaño Ocaña, 2026

4.2.1 Estrés en las estudiantes embarazadas

El estrés fue el factor de riesgo más referido por las participantes. Casi la totalidad de las entrevistadas (42 de las 44) manifestaron sentirse abrumadas por la sobrecarga que implica cumplir simultáneamente con el rol de estudiante y prepararse para la maternidad. Esta doble exigencia fue descrita como una fuente constante de tensión que afecta tanto su salud física como emocional.

"Es agotador. Tengo que ir a clases, hacer los trabajos, ir a los controles del embarazo, y encima trabajar los fines de semana porque necesito dinero para las cosas del bebé. Hay días en que siento que no puedo más" (E18, sexto semestre).

La presión académica apareció como un elemento estrechamente vinculado al estrés. Las participantes señalaron que la rigidez de los cronogramas académicos, la acumulación de tareas y la cercanía de los exámenes intensificaban sus niveles de estrés, especialmente durante el último trimestre del embarazo.

Las preocupaciones económicas constituyeron otro factor estresante mencionado de manera recurrente. Poco más de la mitad de las participantes (25 de las 44) expresaron angustia ante la incapacidad de cubrir los gastos derivados del embarazo y los futuros gastos del bebé, particularmente aquellas que no contaban con el apoyo económico de su pareja.

"Lo más difícil es que no tengo tiempo para descansar. Cuando llego a la casa después de la universidad tengo que estudiar, y cuando termino de estudiar ya es de madrugada y tengo que levantarme temprano otra vez" (E40, octavo semestre).

4.2.2 Ansiedad en las estudiantes embarazadas

La ansiedad se manifestó de diversas formas en los testimonios de las participantes. La incertidumbre sobre el futuro fue la expresión más generalizada de este factor, pues la mayoría de las entrevistadas (35 de las 44) refirieron preocupaciones constantes respecto a cómo organizarán su vida una vez que nazca el bebé, quién lo cuidará mientras asisten a clases y cómo afrontarán económicamente la maternidad.

"No puedo dormir pensando en cómo voy a hacer cuando nazca el bebé. ¿Quién lo va a cuidar mientras yo estoy en clases? ¿Voy a poder pagar todo? Esas preguntas me dan vueltas en la cabeza todo el tiempo" (E9, tercer semestre).

Casi la mitad de las entrevistadas (20 de las 44) reportaron miedo a posibles complicaciones durante el embarazo, el cual se intensificaba cuando experimentaban síntomas físicos inesperados. Este temor se veía agravado por la falta de tiempo para atender adecuadamente su salud debido a las exigencias académicas.

"Antes de cada examen me pongo muy nerviosa, me tiemblan las manos y me duele el estómago. El doctor me dijo que eso le puede afectar al bebé, y eso me genera más ansiedad todavía" (E26, sexto semestre).

El temor a no poder culminar la carrera y la preocupación por el juicio social fueron también fuentes de ansiedad identificadas en un número importante de entrevistas. Estos factores se retroalimentaban mutuamente, generando un ciclo de preocupación que las participantes describieron como difícil de controlar.

4.2.3 Indicadores de depresión

En el análisis de las entrevistas se identificaron indicadores compatibles con sintomatología depresiva en un grupo considerable de participantes. La falta de apoyo emocional fue mencionada por poco más de la mitad de las participantes (26 de las 44) como un factor que deteriora significativamente su estado anímico. Las participantes que carecían de apoyo tanto de su pareja como de su familia fueron quienes expresaron mayor vulnerabilidad emocional.

"Hay días en que no quiero levantarme de la cama. Siento que ya nada tiene sentido, que arruiné mi vida y que no voy a lograr nada de lo que soñaba. Me cuesta mucho encontrar motivación para ir a la universidad" (E33, octavo semestre).

El sentimiento de pérdida del proyecto de vida emergió como una subcategoría relevante. Alrededor de un tercio de las entrevistadas (17 de las 44) manifestaron que el embarazo les obligó a replantear sus metas y expectativas, generando frustración y tristeza al percibir que sus planes originales se habían visto truncados o modificados de manera drástica.

El aislamiento social voluntario y la desmotivación académica fueron también identificados como indicadores preocupantes. Cerca de un tercio de las participantes (13 de las 44) relataron haberse alejado progresivamente de sus compañeras y actividades sociales, encerrándose en sí mismas como mecanismo de protección frente al estigma percibido.

"Prefiero quedarme sola. Ya no salgo con mis amigas, no voy a las actividades de la universidad. Me encerré en mi cuarto y solo salgo para las clases" (E21, quinto semestre).

4.2.4 Factores protectores del bienestar psicológico

A pesar de los múltiples factores de riesgo identificados, las entrevistadas también reportaron elementos que funcionan como amortiguadores frente al deterioro de su bienestar psicológico. El factor protector más destacado en la totalidad de las entrevistas fue la motivación por el bienestar del bebé. De manera casi unánime, las participantes expresaron que pensar en su hijo les brinda la fuerza necesaria para continuar con sus estudios y enfrentar las dificultades cotidianas.

"Lo que me mantiene en pie es pensar en mi hijo. Quiero darle un buen futuro, quiero ser una profesional para que él se sienta orgulloso de su mamá. Eso es lo que me da fuerzas para seguir" (E5, segundo semestre).

El apoyo familiar, especialmente el proporcionado por la madre y las hermanas de las participantes, fue reconocido por la mayoría como un pilar fundamental para su estabilidad emocional. Las entrevistadas que contaban con este apoyo manifestaron mejores condiciones para afrontar los retos del embarazo y la vida universitaria.

"Mi mamá ha sido mi pilar. Al principio se enojó mucho, pero después me dijo que me iba a apoyar en todo. Sin ella no hubiera podido seguir estudiando" (E38, octavo semestre).

De manera complementaria, algunas participantes mencionaron el apoyo de compañeras cercanas como un recurso emocional importante, mientras que otras identificaron la fe y la espiritualidad como una fuente de fortaleza interior que les permite afrontar los momentos más difíciles.

4.3 Necesidades de apoyo psicológico percibidas por las estudiantes

En relación con el tercer objetivo específico, orientado a proponer actividades de apoyo psicológico para las estudiantes embarazadas, se exploraron las experiencias de las participantes respecto al apoyo institucional recibido, sus necesidades percibidas y las estrategias personales que actualmente emplean para manejar su bienestar emocional (**Ver Tabla 4**).

Tabla 4.

Categorías emergentes: Necesidades de apoyo psicológico

| Categoría | Subcategoría emergente |
|-----------------------------------|--|
| Apoyo institucional actual | Ausencia de apoyo psicológico institucional |
| | Desconocimiento de los servicios de bienestar universitario |
| | Falta de información sobre derechos como estudiante embarazada |

| | |
|--|---|
| | Acompañamiento psicológico individual |
| Necesidades identificadas | Creación de grupos de apoyo entre pares |
| | Flexibilidad académica para estudiantes embarazadas |
| | Talleres de manejo del estrés y la ansiedad |
| | Búsqueda de apoyo en la familia y amigos |
| Estrategias personales de afrontamiento | Actividades recreativas (música, caminatas) |
| | Oración y prácticas espirituales |
| | Ejercicios de respiración y relajación |

Fuente: Estudiantes embarazadas

Autor: Katherine Anabel Buenaño Ocaña, 2026

4.3.1 Apoyo institucional actual

Uno de los hallazgos más significativos de la investigación fue la ausencia casi generalizada de apoyo psicológico institucional. La gran mayoría de las entrevistadas (40 de las 44) manifestaron no haber recibido ningún tipo de acompañamiento emocional o psicológico por parte de la universidad durante su embarazo. Este vacío institucional fue percibido por las participantes como una muestra de indiferencia hacia su situación particular.

"Nadie en la universidad me dijo que tenía derechos o que podía pedir algún tipo de ayuda. Yo me las arreglé sola, como pude" (E14, quinto semestre).

De manera complementaria, una amplia mayoría de las participantes (36 de las 44) indicaron desconocer la existencia de servicios de bienestar universitario dentro de la institución. Asimismo, cerca de tres cuartas partes de las entrevistadas (31 de las 44) señalaron que en ningún momento fueron informadas sobre sus derechos como estudiantes embarazadas, lo cual evidencia una brecha importante en la comunicación institucional.

"No sabía que existía un departamento de bienestar estudiantil. Nunca nadie me informó. Creo que si hubiera sabido, habría buscado ayuda antes" (E42, octavo semestre).

4.3.2 Necesidades de apoyo identificadas

Al ser consultadas sobre el tipo de apoyo que consideran necesario, la necesidad más demandada por las participantes fue el acompañamiento psicológico individual. Las entrevistadas expresaron de manera reiterada el deseo de contar con un profesional de la salud mental que las escuche, oriente y brinde herramientas para manejar las emociones derivadas del embarazo en el contexto académico.

"Lo que más necesitamos es que alguien nos escuche, un profesional que nos ayude a manejar todo lo que sentimos. No pedimos que nos regalen las notas, sino que nos entiendan y nos den facilidades para seguir estudiando" (E10, tercer semestre).

La flexibilidad académica fue la segunda necesidad más mencionada. Las participantes solicitaron que la institución implemente medidas como la reprogramación de evaluaciones en caso de citas médicas, la posibilidad de justificar inasistencias relacionadas con el embarazo y la adaptación de horarios durante el último trimestre de gestación.

La creación de grupos de apoyo entre pares también emergió como una necesidad sentida por la mitad de las participantes (22 de las 44). Las participantes expresaron que compartir experiencias con otras estudiantes que atraviesan situaciones similares les brindaría un sentido de pertenencia y comprensión que actualmente no encuentran en su entorno universitario.

"Sería muy bonito tener un grupo donde las que estamos embarazadas o ya somos mamás podamos compartir nuestras experiencias y apoyarnos. A veces una se siente muy sola y saber que otras están pasando por lo mismo ayudaría mucho" (E27, séptimo semestre).

Finalmente, más de un tercio de las entrevistadas (16 de las 44) sugirieron la implementación de talleres de manejo del estrés y la ansiedad, orientados específicamente a estudiantes embarazadas, como una herramienta preventiva que les permita desarrollar habilidades de afrontamiento adaptativas.

4.3.3 Estrategias personales de afrontamiento

Ante la ausencia de apoyo institucional, las estudiantes han desarrollado estrategias personales para manejar el estrés y las emociones asociadas al embarazo. La estrategia más utilizada fue la búsqueda de apoyo en la familia y amigos cercanos, siendo la madre la principal figura de soporte emocional mencionada en los testimonios.

"Cuando me siento muy estresada, pongo música y trato de relajarme. También hablo con mi mamá o con mi mejor amiga, eso me ayuda a desahogarme" (E8, tercer semestre).

Las actividades recreativas como escuchar música, realizar caminatas y ver series de televisión fueron mencionadas por cerca de la mitad de las participantes (18 de las 44) como mecanismos de distracción y relajación. De igual manera, cerca de un tercio de las entrevistadas (13 de las 44) identificaron la oración y las prácticas espirituales como una fuente importante de fortaleza y consuelo.

"Yo rezo mucho. Le pido a Dios que me dé fuerzas para seguir adelante. También trato de respirar profundo cuando siento que la ansiedad me gana" (E31, séptimo semestre).

Solo unas pocas participantes (8 de las 44) refirieron los ejercicios de respiración y relajación, quienes indicaron haber aprendido estas técnicas de manera autodidacta a través

de redes sociales o recomendaciones de familiares. La limitada referencia a esta estrategia evidencia la necesidad de formación específica en técnicas de manejo emocional.

4.3.4 Visión del futuro académico y profesional

A pesar de las múltiples dificultades enfrentadas, una amplia mayoría de las entrevistadas (37 de las 44) expresaron una visión esperanzadora respecto a su futuro académico y profesional. Las participantes manifestaron su determinación por culminar la carrera de Educación Inicial y ejercer profesionalmente, motivadas principalmente por el deseo de brindar una mejor calidad de vida a sus hijos.

"Yo voy a terminar mi carrera sí o sí. Mi hijo va a ser mi motivación para ser mejor cada día. Quiero ser una buena maestra y una buena mamá, y sé que puedo hacer las dos cosas" (E2, primer semestre).

"Antes pensaba que todo se había acabado, pero ahora veo las cosas diferente. Mi bebé no es un obstáculo, es mi razón para superarme. Voy a graduarme y voy a darle lo mejor" (E44, octavo semestre).

Estos testimonios evidencian que, si bien el embarazo representa un desafío significativo para la continuidad académica, las estudiantes poseen una capacidad de resiliencia que puede ser potenciada a través de intervenciones institucionales de apoyo psicológico oportunas y pertinentes.

4.4 Discusión de resultados

Los resultados obtenidos en la presente investigación guardan coherencia con los hallazgos reportados en la literatura científica revisada. En relación con las causas del embarazo en estudiantes universitarias, los testimonios de las participantes coinciden con lo señalado por Parrales (2022) y Benítez et al. (2022), quienes identificaron la falta de educación sexual integral y el uso inadecuado de métodos anticonceptivos como factores determinantes. La presión de pareja, mencionada de manera recurrente por las entrevistadas, también ha sido documentada por Loja y Pambi (2025) como una causa significativa del embarazo no planificado en universitarias.

Las consecuencias académicas identificadas, tales como la disminución del rendimiento, la inasistencia y la consideración de abandono, son consistentes con los estudios de Castro y Machuca (2023) y Terán et al. (2020), quienes reportaron que el embarazo universitario genera un impacto significativo en la trayectoria formativa de las estudiantes. De igual manera, las consecuencias emocionales descritas por las participantes se alinean con los planteamientos de Monterrosa et al. (2022) sobre la presencia de estrés psicológico, depresión y ansiedad en mujeres gestantes.

Respecto a los factores que afectan el bienestar psicológico, los resultados confirman lo expuesto por Awad et al. (2022) sobre la existencia de un estrés específico del embarazo que se suma a las demandas académicas habituales. La sobrecarga de roles, identificada como el factor de riesgo más referido por las participantes, coincide con los hallazgos de Bobadilla et al. (2023) sobre las tensiones que enfrentan las mujeres con la doble condición de madres

y estudiantes universitarias. La ansiedad asociada a la incertidumbre sobre el futuro es coherente con lo descrito por Peralta y Farfán (2022) en su estudio sobre ansiedad y embarazo.

Un hallazgo particularmente preocupante fue la ausencia generalizada de apoyo psicológico institucional reportada por la gran mayoría de las participantes, así como el amplio desconocimiento de sus derechos como estudiantes embarazadas. Estos datos refuerzan lo planteado por Rodríguez (2021) sobre la invisibilización de los derechos de las estudiantes embarazadas y la carencia de protocolos de atención en las instituciones de educación superior. La falta de políticas institucionales inclusivas, señalada también por Escobar et al. (2019), genera un entorno de vulnerabilidad que compromete la permanencia académica de estas estudiantes.

No obstante, los factores protectores identificados, como la motivación por el bienestar del bebé y el apoyo familiar, coinciden con lo señalado por Li et al. (2025) y Angarita et al. (2020) sobre el papel amortiguador del apoyo social y el sentido de propósito vital en el bienestar psicológico. Estos factores protectores constituyen recursos que pueden y deben ser potenciados a través de las intervenciones de apoyo psicológico que se propondrán en función de los hallazgos de esta investigación.

En síntesis, los resultados de la investigación evidencian que las estudiantes embarazadas de la carrera de Educación Inicial enfrentan múltiples factores de riesgo para su bienestar psicológico, entre los que destacan el estrés por sobrecarga de roles, la ansiedad ante la incertidumbre del futuro y los indicadores de depresión asociados a la falta de apoyo emocional. La ausencia de mecanismos institucionales de acompañamiento agrava esta situación, por lo que resulta imperativo diseñar e implementar actividades de apoyo psicológico que respondan a las necesidades específicas de esta población.

CAPÍTULO V.

5. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1 Conclusiones

- En relación con el primer objetivo, se identificó que las principales causas del embarazo en las estudiantes de la carrera de Educación Inicial fueron el uso inadecuado de métodos anticonceptivos, la falta de educación sexual integral y la presión ejercida por la pareja. Las consecuencias derivadas de esta situación se manifestaron en el ámbito académico a través de la disminución del rendimiento, la inasistencia frecuente a clases y la intención de abandonar los estudios. A nivel emocional, las estudiantes experimentaron miedo, culpa, tristeza y soledad. En el ámbito social y familiar, se evidenciaron conflictos intergeneracionales, estigmatización por parte de compañeros y, en algunos casos, abandono de la pareja.
- Respecto al segundo objetivo, se determinó que los factores que afectan el bienestar psicológico de las estudiantes embarazadas son la sobrecarga de roles derivada de la doble condición de estudiante y futura madre, la presión académica por el cumplimiento de obligaciones, las preocupaciones económicas y la incertidumbre sobre el futuro. Estos factores se asociaron con manifestaciones de estrés, ansiedad y síntomas depresivos. No obstante, se identificaron factores protectores como la motivación por el bienestar del bebé, el apoyo familiar y el acompañamiento de compañeras cercanas, los cuales amortiguan el impacto negativo sobre la salud mental de las participantes.
- En cuanto al tercer objetivo, se evidenció una ausencia generalizada de apoyo psicológico institucional, dado que la gran mayoría de las entrevistadas manifestó no haber recibido acompañamiento emocional por parte de la universidad ni haber sido informada sobre sus derechos como estudiante embarazada. Frente a esta problemática, se propusieron cinco actividades de apoyo psicológico para prevenir problemas de estrés, ansiedad y depresión: un taller de manejo del estrés, sesiones de acompañamiento psicológico individual, un grupo de apoyo entre pares, un taller de prevención de la ansiedad y una jornada de sensibilización institucional. Estas actividades responden directamente a las necesidades expresadas por las participantes y buscan fortalecer sus recursos emocionales, construir redes de apoyo y promover una cultura universitaria inclusiva que favorezca su permanencia académica y su bienestar integral.

5.2 Recomendaciones

- Se recomienda a la Universidad Nacional de Chimborazo implementar un programa de acompañamiento psicológico dirigido específicamente a estudiantes embarazadas de la carrera de Educación Inicial, que incluya atención individual, talleres de manejo del estrés y la ansiedad, y grupos de apoyo entre pares, con el fin de prevenir el deterioro de su bienestar psicológico.
- Se sugiere que las autoridades académicas de la carrera de Educación Inicial establezcan protocolos de flexibilidad académica para estudiantes embarazadas, que contemplen la reprogramación de evaluaciones, la justificación de inasistencias por motivos de salud y la adaptación de horarios durante el último trimestre de gestación.
- Se recomienda que la institución diseñe una estrategia de comunicación que garantice que las estudiantes embarazadas conozcan sus derechos y los servicios de bienestar universitario disponibles, promoviendo una cultura institucional de inclusión, respeto y apoyo hacia la maternidad en el contexto académico.

CAPÍTULO VI.

6. PROPUESTA

6.1 Introducción

El embarazo durante la etapa universitaria constituye una experiencia que trasciende lo biológico para convertirse en un fenómeno multidimensional que impacta la esfera académica, emocional, social y familiar de las estudiantes.

Los resultados obtenidos en la presente investigación evidenciaron que las estudiantes embarazadas de la carrera de Educación Inicial de la Universidad Nacional de Chimborazo enfrentan múltiples factores de riesgo para su bienestar psicológico, entre los que destacan la sobrecarga de roles, la presión académica, la incertidumbre sobre el futuro y la falta de apoyo emocional. Estos factores se asociaron con manifestaciones de estrés crónico, ansiedad y sintomatología depresiva que comprometen tanto su salud mental como su permanencia en la institución educativa.

Los testimonios de las participantes revelaron de manera contundente la ausencia de mecanismos institucionales de acompañamiento psicológico, pues la gran mayoría manifestó no haber recibido ningún tipo de apoyo emocional por parte de la universidad, ni haber sido informada sobre sus derechos como estudiante embarazada. Este vacío institucional ha obligado a las estudiantes a recurrir exclusivamente a estrategias personales de afrontamiento que, si bien les han permitido sobrellevar la situación, resultan insuficientes para abordar la complejidad de los desafíos que enfrentan.

En este contexto, la presente propuesta se fundamenta en los hallazgos de la investigación y en las necesidades expresadas directamente por las participantes durante las entrevistas. Las actividades diseñadas se orientan desde un enfoque preventivo y de acompañamiento, articulando la atención individual con el trabajo grupal y la sensibilización institucional, con el propósito de construir un entorno universitario más inclusivo y protector del bienestar psicológico de las estudiantes embarazadas.

6.2 Problemática

La investigación realizada con 44 estudiantes embarazadas de la carrera de Educación Inicial permitió identificar una problemática significativa en torno al bienestar psicológico de esta población. Las entrevistadas reportaron de manera recurrente que la doble condición de estudiante y futura madre genera una sobrecarga física y emocional que deteriora progresivamente su salud mental. El estrés derivado de la presión académica, las preocupaciones económicas y la falta de tiempo para el autocuidado se suma a la ansiedad producida por la incertidumbre sobre el futuro y el temor a no poder culminar la carrera.

Paralelamente, se identificaron indicadores de sintomatología depresiva en un grupo considerable de participantes, quienes manifestaron sentimientos de pérdida del proyecto de vida, aislamiento social voluntario y desmotivación académica. Estas condiciones se ven agravadas por las consecuencias sociales y familiares del embarazo, como los conflictos intergeneracionales, la estigmatización por parte de compañeros y, en algunos casos, el abandono de la pareja.

El hallazgo más preocupante fue la ausencia casi generalizada de apoyo psicológico institucional. Las estudiantes manifestaron desconocer los servicios de bienestar universitario y no haber sido informadas sobre sus derechos. Esta situación evidencia una brecha crítica entre las necesidades de las estudiantes embarazadas y la respuesta institucional, lo cual justifica la necesidad urgente de implementar actividades de apoyo psicológico sistemáticas, planificadas y adaptadas a las particularidades de esta población.

6.3 Objetivo

Proponer actividades de apoyo psicológico dirigidas a las estudiantes embarazadas de la carrera de Educación Inicial de la Universidad Nacional de Chimborazo, orientadas a prevenir y mitigar problemas de estrés, ansiedad y depresión, promoviendo su bienestar psicológico integral y favoreciendo su permanencia y éxito académico a través de estrategias que contengan recursos, procedimiento y resultados esperados.

6.4 Actividades de apoyo psicológico

Las actividades que se proponen a continuación fueron diseñadas a partir de las necesidades identificadas en las entrevistas y se fundamentan en enfoques terapéuticos con evidencia científica, como la Terapia Cognitivo-Conductual y las técnicas de relajación y mindfulness. Cada actividad responde a una dimensión específica del bienestar psicológico y se articula con las demás para conformar un programa integral de acompañamiento.

Actividad 1:

Tabla 5.

Taller Respirar para Vivir: Manejo del estrés durante el embarazo

| ACTIVIDAD 1: TALLER DE MANEJO DEL ESTRÉS | |
|---|---|
| Objetivo | Desarrollar habilidades y técnicas de manejo del estrés en las estudiantes embarazadas, proporcionándoles herramientas prácticas para afrontar la sobrecarga de roles académicos y maternos. |
| Dirigido a | Estudiantes embarazadas de la carrera de Educación Inicial. |
| Responsable | Psicólogo/a del Departamento de Bienestar Universitario. |
| Duración | 4 sesiones de 90 minutos cada una |
| Modalidad | Presencial, en las instalaciones de la Universidad Nacional de Chimborazo. |
| Recursos | <ul style="list-style-type: none"> - Salón con espacio amplio y colchonetas o sillas cómodas - Equipo de audio para música de relajación - Material impreso con técnicas de respiración y relajación |

| | |
|-----------------------------|--|
| | <ul style="list-style-type: none"> - Diario personal de emociones para cada participante - Proyector y computadora para presentaciones |
| Procedimiento | <p>Sesión 1: Psicoeducación sobre el estrés. Se explica qué es el estrés, cómo se manifiesta en el cuerpo y la mente, y por qué se intensifica durante el embarazo universitario. Se identifican los estresores personales de cada participante mediante una dinámica reflexiva.</p> <p>Sesión 2: Técnicas de respiración y relajación progresiva. Se enseñan y practican ejercicios de respiración diafragmática, relajación muscular progresiva de Jacobson y visualización guiada, adaptados para mujeres embarazadas.</p> <p>Sesión 3: Gestión del tiempo y organización académica. Se trabajan estrategias prácticas para organizar las actividades académicas, las citas médicas y el descanso, mediante la elaboración de un plan semanal personalizado.</p> <p>Sesión 4: Plan personal de autocuidado. Cada participante diseña su propio plan de autocuidado que incluye técnicas aprendidas, actividades de disfrute y redes de apoyo. Se realiza una sesión de cierre con retroalimentación grupal.</p> |
| Resultados esperados | <ul style="list-style-type: none"> - Las participantes adquieren técnicas prácticas de relajación aplicables en su vida diaria. - Se reduce la percepción de estrés asociada a la sobrecarga de roles. - Las estudiantes cuentan con un plan personalizado de autocuidado. - Se fomenta la conciencia sobre la importancia del manejo del estrés durante el embarazo. |

Autor: Katherine Anabel Buenaño Ocaña, 2026

Actividad 2

Tabla 6.

Sesiones de Acompañamiento Psicológico Individual "Escucho, Acompaño, Fortalezco"

ACTIVIDAD 2: ACOMPAÑAMIENTO PSICOLÓGICO INDIVIDUAL

| | |
|----------------------|--|
| Objetivo | Brindar un espacio de escucha activa y acompañamiento emocional personalizado a las estudiantes embarazadas, orientado a fortalecer sus recursos psicológicos y prevenir el deterioro de su salud mental. |
| Dirigido a | Estudiantes embarazadas de la carrera de Educación Inicial que requieran atención individual. |
| Responsable | Psicólogo/a clínico/a del Departamento de Bienestar Universitario. |
| Duración | Sesiones individuales de 45 a 60 minutos, con una frecuencia quincenal durante todo el periodo académico. |
| Modalidad | Presencial, en el consultorio del Departamento de Bienestar Universitario, garantizando privacidad y confidencialidad. |
| Recursos | <ul style="list-style-type: none"> - Consultorio con condiciones de privacidad y comodidad - Fichas de seguimiento psicológico individual - Instrumentos de tamizaje emocional (escala breve de ansiedad y depresión) - Material de apoyo psicoeducativo - Directorio de servicios de salud mental para derivaciones |
| Procedimiento | <p>Primera sesión: Evaluación inicial. Se realiza una entrevista de acogida para conocer la situación personal, académica y emocional de la estudiante. Se identifican los principales factores de riesgo y factores protectores, y se establecen los objetivos del acompañamiento.</p> <p>Sesiones de seguimiento: Intervención centrada en las necesidades de cada estudiante. Se trabajan técnicas cognitivo-conductuales para la reestructuración de pensamientos negativos, se refuerzan las estrategias de afrontamiento adaptativas y se monitorea el estado emocional mediante instrumentos breves de tamizaje.</p> <p>Sesión de cierre: Se evalúan los avances logrados, se refuerzan los aprendizajes adquiridos y, de ser necesario, se realiza la derivación a servicios especializados de salud mental.</p> <p>Nota: En caso de detectar indicadores de riesgo grave (ideación suicida, depresión severa), se procederá a la derivación inmediata a servicios de salud mental especializados.</p> |

| | |
|-----------------------------|---|
| Resultados esperados | <ul style="list-style-type: none"> - Las estudiantes cuentan con un espacio seguro y confidencial para expresar sus emociones. - Se detectan de manera temprana indicadores de riesgo para la salud mental. - Se fortalecen los recursos psicológicos personales de cada participante. - Se previene la agudización de problemas de estrés, ansiedad y depresión. |
|-----------------------------|---|

Autor: Katherine Anabel Buenaño Ocaña, 2026

Actividad 3

Tabla 7.

Grupo de Apoyo "Mamás Universitarias: Juntas Somos Más Fuertes"

ACTIVIDAD 3: GRUPO DE APOYO ENTRE PARES

| | |
|----------------------|---|
| Objetivo | Crear un espacio de encuentro grupal donde las estudiantes embarazadas puedan compartir sus experiencias, fortalecer sus vínculos sociales y construir una red de apoyo emocional entre pares. |
| Dirigido a | Estudiantes embarazadas y madres universitarias de la carrera de Educación Inicial. |
| Responsable | Psicólogo/a del Departamento de Bienestar Universitario, con apoyo de una estudiante facilitadora (madre universitaria voluntaria). |
| Duración | Encuentros de 60 minutos durante todo el periodo académico. |
| Modalidad | Presencial, en un aula o espacio de la universidad que brinde comodidad y privacidad. |
| Recursos | <ul style="list-style-type: none"> - Espacio acondicionado con sillas en disposición circular - Material para dinámicas grupales (tarjetas, marcadores, papelotes) - Refrigerio ligero para cada sesión - Cuaderno grupal de experiencias compartidas - Material informativo sobre derechos de estudiantes embarazadas |
| Procedimiento | Sesión inaugural: Presentación y construcción de acuerdos. Las participantes se conocen, comparten brevemente su situación y establecen las normas de convivencia del grupo (confidencialidad, respeto, escucha activa). Se realiza una dinámica de integración. |

Sesiones temáticas rotativas: Cada sesión aborda un tema específico vinculado a las necesidades de las participantes, entre ellos: cómo manejar la culpa y el miedo, estrategias para organizar el tiempo, relaciones familiares durante el embarazo, cómo enfrentar la estigmatización, preparación emocional para la maternidad, y derechos de las estudiantes embarazadas.

Dinámica de cada sesión: Se inicia con un "termómetro emocional" donde cada participante expresa brevemente cómo se siente. Luego se desarrolla el tema mediante una dinámica vivencial, se comparten experiencias y se cierra con una reflexión grupal y un compromiso personal para la semana.

Sesión de cierre semestral: Se realiza una evaluación grupal del proceso vivido, se comparten los aprendizajes y se celebra la fortaleza del grupo.

Resultados esperados

- Las participantes construyen una red de apoyo emocional entre pares.
- Se reduce el sentimiento de soledad y aislamiento social.
- Las estudiantes se sienten comprendidas y acompañadas en su experiencia.
- Se fomenta el sentido de pertenencia institucional.
- Se comparten estrategias de afrontamiento exitosas entre las participantes.

Autor: Katherine Anabel Buenaño Ocaña, 2026

Actividad 4

Tabla 8.

Taller "Calma en la Tormenta: Prevención de la Ansiedad"

ACTIVIDAD 4: TALLER DE PREVENCIÓN DE LA ANSIEDAD

| | |
|--------------------|--|
| Objetivo | Proporcionar a las estudiantes embarazadas herramientas cognitivas y conductuales para identificar, comprender y manejar la ansiedad asociada al embarazo y la vida universitaria. |
| Dirigido a | Estudiantes embarazadas de la carrera de Educación Inicial. |
| Responsable | Psicólogo/a del Departamento de Bienestar Universitario. |
| Duración | 3 sesiones de 90 minutos cada una |
| Modalidad | Presencial, en las instalaciones de la Universidad Nacional de Chimborazo. |

| | |
|-----------------------------|--|
| Recursos | <ul style="list-style-type: none"> - Salón con espacio cómodo y ventilado - Proyector y computadora - Material impreso: guía de identificación de pensamientos ansiosos - Hojas de trabajo para reestructuración cognitiva - Material para técnicas de grounding (objetos sensoriales) - Audio guiado de mindfulness adaptado para embarazadas |
| Procedimiento | <p>Sesión 1: Comprendiendo mi ansiedad. Se realiza una psicoeducación sobre la ansiedad: qué es, cómo se manifiesta en el cuerpo y la mente, y por qué se intensifica durante el embarazo. Las participantes identifican sus principales pensamientos ansiosos y sus disparadores a través de un ejercicio de autoobservación guiada.</p> <p>Sesión 2: Reestructuración cognitiva y técnicas de grounding. Se trabaja la identificación de pensamientos distorsionados (catastrofización, sobregeneralización, lectura de mente) y se practican técnicas para cuestionarlos y reemplazarlos por pensamientos más realistas. Se enseña la técnica de grounding 5-4-3-2-1 para el manejo de crisis de ansiedad.</p> <p>Sesión 3: Mindfulness y planificación del futuro. Se practica una sesión guiada de mindfulness adaptada para embarazadas, centrada en la conexión con el presente y con el bebé. Posteriormente, cada participante elabora un "mapa de futuro" donde visualiza sus metas académicas y personales con acciones concretas, transformando la incertidumbre en planificación.</p> |
| Resultados esperados | <ul style="list-style-type: none"> - Las participantes identifican y comprenden sus patrones de ansiedad. - Se adquieren herramientas de reestructuración cognitiva aplicables cotidianamente. - Las estudiantes manejan técnicas de grounding para momentos de crisis. - Se transforma la incertidumbre en un plan de futuro con metas concretas. - Se promueve la conexión emocional con el bebé a través del mindfulness. |

Autor: Katherine Anabel Buenaño Ocaña, 2026

Actividad 5

Tabla 9.

Jornada de Sensibilización "Embarazo y Universidad: Derecho a Estudiar, Derecho a Ser Madre"

ACTIVIDAD 5: JORNADA DE SENSIBILIZACIÓN INSTITUCIONAL

| | |
|----------------------|---|
| Objetivo | Sensibilizar a la comunidad universitaria sobre la realidad de las estudiantes embarazadas, promover una cultura de inclusión y respeto, e informar sobre los derechos que asisten a esta población. |
| Dirigido a | Docentes, personal administrativo y estudiantes de la carrera de Educación Inicial. |
| Responsable | Departamento de Bienestar Universitario en coordinación con la Dirección de Carrera de Educación Inicial. |
| Duración | 1 jornada de 4 horas |
| Modalidad | Presencial, en el auditorio o aula magna de la Universidad Nacional de Chimborazo. |
| Recursos | <ul style="list-style-type: none">- Auditorio con sistema de audio y proyección- Material informativo impreso (trípticos sobre derechos de estudiantes embarazadas)- Testimonios en video de madres universitarias graduadas (con consentimiento)- Invitación a un profesional externo en salud mental perinatal- Banner y material visual de la campaña- Refrigerio para asistentes |
| Procedimiento | <p>Bloque 1 - Conferencia magistral (60 min): Un profesional invitado expone sobre el bienestar psicológico durante el embarazo en el contexto universitario, presentando datos, consecuencias y la importancia del acompañamiento institucional.</p> <p>Bloque 2 - Panel de testimonios (45 min): Madres universitarias que ya se graduaron comparten sus experiencias, desafíos y logros. Este bloque busca generar empatía en la audiencia y mostrar que la maternidad y la formación profesional son compatibles.</p> |

Bloque 3 - Taller de sensibilización para docentes (60 min): Se trabaja con los docentes sobre cómo identificar señales de malestar emocional en estudiantes embarazadas, estrategias de flexibilidad académica y la importancia de un trato empático y libre de discriminación.

Bloque 4 - Feria informativa (45 min): Se instalan stands informativos sobre los derechos de las estudiantes embarazadas, los servicios de bienestar universitario disponibles, técnicas de autocuidado y rutas de atención en salud mental. Se distribuye material impreso.

- Resultados esperados**
- La comunidad universitaria comprende la realidad y necesidades de las estudiantes embarazadas.
 - Los docentes adquieren herramientas para brindar un trato empático y flexible.
 - Las estudiantes embarazadas conocen sus derechos y los servicios disponibles.
 - Se promueve una cultura institucional de inclusión y respeto hacia la maternidad.
 - Se reducen las prácticas de estigmatización y discriminación.

Autor: Katherine Anabel Buenaño Ocaña, 2026

6.5 Cronograma de ejecución

A continuación, se presenta el cronograma tentativo de ejecución de las actividades propuestas durante un periodo académico de cinco meses:

Tabla 10.

Cronograma

| Actividad | Semana 1 | Semana 2 | Semana 3 | Semana 4 | Semana 5 |
|---|---------------------|---------------------|---------------------|---------------------|---------------------|
| Actividad 1: Taller de manejo del estrés | X | X | | | |
| Actividad 2: Sesiones de acompañamiento psicológico | X | X | X | X | X |
| Actividad 3: Grupo de apoyo entre pares | | X | X | X | X |

| | | |
|---|---|---|
| Actividad 4: Taller de prevención de la ansiedad | X | X |
| Actividad 5: Jornada de sensibilización institucional | | X |
| Evaluación y seguimiento | X | X |

Autor: Katherine Anabel Buenaño Ocaña, 2026

El cronograma es flexible y podrá ser ajustado según las necesidades de las participantes y la disponibilidad de recursos institucionales. Se recomienda que las actividades se repitan cada periodo académico para garantizar la cobertura de nuevas estudiantes embarazadas.

BIBLIOGRAFÍA

- Angarita, M. F., Calderón, D. P., Carrillo, S. M., Rivera, D., & Cáceres, M. (2020). Factores de protección de la salud mental en Universitarios: Actividad Física e Inteligencia emocional. *39*(6). doi:10.5281/zenodo.4407166
- Arana, J. (2024). Autoestima en los estudiantes de la carrera de psicopedagogía de la Universidad Nacional de Chimborazo. *Tesis Universitaria*. Universidad Nacional de Chimborazo, Riobamba. Obtenido de <http://dspace.unach.edu.ec/bitstream/51000/14645/1/Arana%2cJ%2cJhuliana%2c%20E%20%282025%29%2cAutoestima%20en%20los%20estudiantes%20de%20la%20carrera%20de%20psicopedagog%3%ada%20de%20la%20Universidad%20Nacional%20de%20Chimborazo.pdf>
- Arias, F. D., Plazarte, M. M., Buitrón, M. d., Jurado, S., Molina, K., Naula, M. J., . . . Ruiz, K. R. (2023). Embarazo adolescente en Ecuador y américa latina: un grave problema de salud pública. *Revista Instituto Salud Pública Chile*, *7*(2). doi:10.34052/rispch.v7i2.155
- Assar, R., Barros, P., & Jiménez, J. P. (2024). Análisis psicométrico de la versión española de la escala de Bienestar Psicológico de Ryff en estudiantes universitarios chilenos. *CES Psicología*, *17*(1). doi:10.21615/cesp.7061
- Awad, N., Simó, S., Molina, Y., Cajiao, J., & Izquierdo, M. T. (2022). Factores asociados al estrés prenatal y la ansiedad en gestantes durante el COVID-19 en España. *Enfermería Clínica*, *32*(1), 3-15. doi:10.1016/j.enfcli.2021.10.006
- Azúa, E., & Carvajal, F. (2024). Actualización del trastorno de ansiedad durante el embarazo. *Revista médica sinergia*, *9*(2). doi:10.31434/rms.v9i2.1140
- Benítez, S., Ibarra, S., Rolón, Á., Espíndola, M., & Páez, M. (2022). Factores de riesgo relacionados al embarazo de adolescentes de 14 a 19 años de la Unidad de Salud San Gerónimo Salado, Limpio Paraguay en el periodo 2020-2021. *Revista científica ciencias de salud*, *4*(2).
- Bobadilla, S., Carreño, L., & Cardoso, D. (2023). Bienestar psicológico considerando la doble condición de ser madre y estudiante universitaria. *Revista semestral para animadores y educadores sociales* (38).
- Carreño, J., Mota, C., & Sánchez, C. (2023). El embarazo adolescente: un error o un deseo cumplido. *Perinatología y reproducción humana*, *37*(2). doi:10.24875/per.23000008
- Castillo, J. E., Cevallos, A., Arpi, N., López, S., & Jerves, E. (2022). Educación sexual en el sistema educativo para prevenir el embarazo adolescente: estado del arte. . *Revista Educación las Américas*, *12*(1). doi:10.35811/rea.v12i1.182
- Castro, J. A., & Machuca, G. (2023). La deserción universitaria en América Latina: una perspectiva ecológica. *Estudios pedagógicos*, *49*(2). doi:10.4067/S0718-07052023000200087

- Chan, P. C., Tsang, C. T., Ts, A. C., Wong, C. C., Tang, H. N., Law, W. Y., . . . Lit, T. C. (2022). Psychological well-being and coping strategies of healthcare students during the prolonged COVID-19 pandemic. *Teach Learn Nurs*, 17(4). doi:10.1016/j.teln.2022.05.008
- Consejo Nacional para Igualdad Intergeneracional . (2024). *Embarazo adolescente* . Obtenido de Boletín estadístico temático : https://www.igualdad.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2024/08/boletin_est_embarazo_adolescente_agosto2024.pdf
- Coronel, P. (2021). *Medición de los niveles de estrés en mujeres embarazadas*. Universidad del Azuay.
- Escobar, H., Parra, P., & Flores, M. (2019). Estudiantes embarazadas: Retos de la Universidad Técnica Estatal de Quevedo para evitar formas de violencia contra la mujer. *in Centro Sur*, 1(5), 1-10.
- García, M. J., Valle, M. V., López, H., & Urquijo, S. (2024). Propiedades psicométricas de la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff en Argentina. *Ciencias Psicológicas*, 18(2). doi:10.22235/cp.v18i2.3739
- Gaviria, S. L., Uribe, A., Gil, L. S., Uribe, S. E., Serna, L. E., Álvarez, C., . . . Vélez, S. M. (2022). Prevalencia del riesgo de depresión y preocupaciones en mujeres gestantes en el contexto de la pandemia por COVID-19 en Antioquia, Colombia, 2020-2021. *Revista Colombiana de Obstetricia y Ginecología*, 73(2), 194-202. doi:10.18597/rcog.3821
- Instituto Nacional de Estadísticas y Censos . (Junio de 2023). *Registro estadístico de Nacidos Vivos* .
- Li, J., Li, Y., Li, K., Lipowski, M., Shan, Z., & Wilczyńska, D. (2025). Psychological wellbeing as a buffer against burnout and anxiety in academic achievement situations among physical education students. *Front Psychol*, 16(1562562). doi:10.3389/fpsyg.2025.1562562
- Loja, N. M., & Pambi, M. N. (2025). Consecuencias y determinantes del embarazo no planificado en estudiantes universitarias: un enfoque integral. *LATAM Revista Latinoamericana De Ciencias Sociales Y Humanidades*, 6(1). doi:10.56712/latam.v6i1.3484
- Mahlangu, M. E., Ramalepa, T. N., & Letswalo, L. O. (2024). Experiences of pregnant and parenting students at a university in Gauteng province. *Health SA*, 29. doi:10.4102/hsag.v29i0.2547
- Monrroy, N. M. (2020). Maternidad adolescente y abandono escolar: una aproximación desde la subjetividad, el género y el curso de vida de un grupo de mujeres en Belén, Iquitos. 48(3). doi:10.4000/bifea.10933
- Monterrosa, Á., González, A., & Romero, S. (2022). Estrés psicológico percibido y factores asociados en gestantes de bajo riesgo en control prenatal. *Archivos de Medicina*, 1(22), 109-122. doi:<https://doi.org/10.30554/archmed.22.1.4085.2022>

- Navon, M., & Taubman, O. (2023). Psychological Well-being during Pregnancy: The Contribution of Stress Factors and Maternal-Fetal Bonding. *Routledge*, 43(1). doi:10.1080/02646838.2023.2222143
- Nogueira, C., Alcaide, M., & Meier, L. K. (2023). Evaluación de la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff para Estudiantes. 4(70).
- Osorio, M., & Prado, C. (2022). Análisis factorial de la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff en una muestra de universitarios mexicanos. *Revista Digital Internacional De Psicología Y Ciencia Social*, 8(1). doi:10.22402/j.rdiypcs.unam.e.8.01.2022.377
- Parrales, L. T. (2022). Factores socioculturales asociados con el embarazo en la adolescencia. *Tesis Universitaria*. Universidad Estatal del Sur de Manabí, Jipijapa. Obtenido de <https://repositorio.unesum.edu.ec/bitstream/53000/4190/1/LETTY%20PARRALES-REVISION%20BIBLIOGRAFICA%20FINAL%20CORREGIDO%20MAYO.pdf>
- Peralta, J. P., & Farfán, O. D. (2022). Ansiedad y embarazo durante la adolescencia. *PSIDIAL*, 1(2), 19-32. doi:10.33936/psidial.v1i2.5140
- Pérez, M., Rivera, M., Martínez, C., Quevedo, M., & Torres, V. (2021). Ser madre y estudiar en la universidad: Recursos psicológicos, conductas. *Revista de Psicología y Educación*, 16(1), 1-17. doi:<https://doi.org/10.23923/rpye2021.01.198>
- Rea, A., & Tigse, L. (2025). Salud mental y bienestar psicológico en estudiantes universitarios. *Tesis Universitaria*. Universidad Nacional de Chimborazo, Riobamba. Obtenido de <http://dspace.unach.edu.ec/bitstream/51000/15093/1/Rea%20V.%2c%20Ana%20L.%20Tigse%20G.%2c%20Lady%20S.%20%282025%29%20Salud%20mental%20y%20bienestar%20psicol%3b%20en%20estudiantes%20universitarios.pdf>
- Rodríguez, S. (2021). Los padrestudiantes, el lugar de las mujeres, la maternidad y la universidad: una historia de sexismo. *Tesis Universitaria*. Universidad de la República Uruguay, Montevideo.
- Romero, B., Puertas, J. A., Strivens, H., Gonzalez, R., & Peralta-Ramirez, I. (2021). Effects of cognitive-behavioural therapy for stress management on stress and hair cortisol levels in pregnant women: A randomised controlled trial. *Journal of Psychosomatic Research*, 135. doi:10.1016/j.jpsychores.2020.110162
- Saldívar, A., Correa, F. E., & Ramírez, K. E. (2023). Vulnerabilidad social y embarazo en estudiantes universitarias. *Nova Scientia*, 15(31). doi:10.21640/ns.c15i31.3235
- Sánchez, N., Londo, F., & Urquizo, E. (2019). Análisis situacional del rendimiento académico de las madres estudiantes universitarias. *Conference Proceedings*, 3(1). Obtenido de <https://repositorio.utmachala.edu.ec/server/api/core/bitstreams/2966d253-8969-4e94-a6f2-a3c338e012e9/content>

- Smythe, K. L., Petersen, I., & Schartau, P. (2022). Prevalence of Perinatal Depression and Anxiety in Both Parents: A Systematic Review and Meta-analysis. *JAMA Netw Open*, 5(6). doi:10.1001/jamanetworkopen.2022.18969
- Terán, H. E., Parra, P. A., & Flores, M. P. (2020). Estudiantes embarazadas: Retos de la Universidad Técnica Estatal de Quevedo para evitar formas de violencia contra la mujer. 4(1).
- Trunce, S. T., Villarroel, G. d., Arntz, J. A., Muñoz, S. I., & Werner, K. M. (2021). Niveles de depresión, ansiedad, estrés y su relación con el rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Investigación en educación médica*, 9(36), 8-16. doi:10.22201/fm.20075057e.2020.36.20229
- Vélez, M. C., & Ubillus, S. P. (2023). Educación sexual integral para la prevención del embarazo adolescente en el Centro de Salud San Bartolo. *Revista Investigación Y Educación En Salud*, 2(2). doi:10.47230/unesum-salud.v2.n2.2023.95-107
- Yousef, S., Montazeri, S., Javadifar, N., & Ghanbari, S. (2025). Psychosocial support during pregnancy: perceptions and expectations among pregnant teenagers in Ahvaz, Iran-a qualitative content analysis. *Reproductive Health*, 22(134). doi:10.1186/s12978-025-02081-3
- Zárate, E. (2022). La deserción escolar por embarazo en las adolescentes: Reto en el Bicentenario. *Tecnohumanismo*, 2(3). doi:10.53673/th.v2i3.170

ANEXOS

Anexo 1. Entrevista



ENTREVISTA A ESTUDIANTES EMBARAZADAS DE LA CARRERA DE EDUCACIÓN INICIAL DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO

Objetivo: Conocer las experiencias, necesidades y percepciones de las estudiantes embarazadas respecto a su bienestar psicológico y el ejercicio de sus derechos en el ámbito educativo.

- 1. ¿Qué edad tenías cuando te enteraste de tu embarazo?**

- 2. ¿Cómo te sentiste emocionalmente cuando te enteraste de tu embarazo mientras estudiabas?**

- 3. ¿Has experimentado algún tipo de discriminación, rechazo o trato diferenciado por parte de docentes, administrativos o compañeros debido a tu embarazo?**

- 4. ¿Te has sentido presionada a abandonar tus estudios debido al embarazo? ¿Por parte de quién o quiénes?**

- 5. ¿Qué apoyos o facilidades te ha brindado la institución educativa para continuar con tus estudios durante el embarazo?**

- 6. ¿De qué manera el embarazo ha influido en tu salud emocional y mental?**

- 7. ¿Has recibido apoyo psicológico por parte de la institución o has tenido acceso a servicios de salud mental durante tu embarazo?**

- 8. ¿Qué estrategias personales utilizas para manejar el estrés y las emociones durante tu embarazo mientras continúas con tus estudios en la carrera**

- 9. ¿Te has sentido presionada a abandonar tus estudios debido al embarazo? ¿Por parte de quién o quiénes?**

- 10. ¿Qué cambios o mejoras crees que la institución educativa debería implementar para proteger el bienestar psicológico de las estudiantes embarazadas?**

- 11. ¿Cómo visualizas tu futuro académico y profesional ahora que serás madre?**

- 12. ¿La institución educativa te informó sobre tus derechos como estudiante embarazada?**

Anexo 2. Fotografias

