

Caracterización del estrés cotidiano infantil en estudiantes de Educación General Básica

Characterization of childhood daily stress in students of General Basic Education

Caracterização do estresse cotidiano infantil em estudantes do Ensino Fundamental

ARTÍCULO ORIGINAL



Escanea en tu dispositivo móvil
 o revisa este artículo en:
<https://doi.org/10.33996/repsi.v9i24.239>

 **Alejandrina del Cisne Sánchez Ramírez**
 aacsanchez15@utpl.edu.ec

Universidad Técnica Particular de Loja, Loja, Ecuador

Recibido 17 de junio 2026 / Aceptado 11 de agosto 2026 / Publicado 8 de septiembre de julio 2026

RESUMEN

El estrés cotidiano infantil puede afectar el bienestar psicológico y el funcionamiento de los escolares. El objetivo del estudio fue caracterizar las manifestaciones del estrés cotidiano infantil mediante el Inventario de Estrés Cotidiano Infantil (IECI) en una muestra de estudiantes de Educación General Básica. Se realizó un estudio cuantitativo, no experimental, transversal y descriptivo con 267 estudiantes de 7 a 11 años de instituciones educativas particulares. El estrés cotidiano se evaluó mediante el IECI y se analizaron estadísticos descriptivos. Los resultados evidencian que, la mayoría de los participantes se clasificó sin problemas de estrés; no obstante, se observaron variaciones descriptivas en las dimensiones escolar y familiar según el curso. Las diferencias descriptivas por sexo fueron pequeñas. Se concluye que los hallazgos aportan evidencia sobre la distribución del estrés cotidiano infantil en escolares ecuatorianos y resaltan la importancia de fortalecer la detección temprana y la promoción de la salud mental en el contexto educativo.

Palabras clave: Bienestar psicológico; Educación básica; Estrés Cotidiano Infantil; Inventario de Estrés Cotidiano Infantil; Salud Mental Infantil

ABSTRACT

Childhood daily stress can affect the psychological well-being and functioning of schoolchildren. The aim of this study was to characterize the manifestations of childhood daily stress using the Childhood Daily Stress Inventory (IECI) in a sample of General Basic Education students. A quantitative, non-experimental, cross-sectional, and descriptive study was conducted with 267 students aged 7 to 11 from private educational institutions. Daily stress was assessed using the IECI, and descriptive statistics were analyzed. The results indicate that most participants were classified as having no stress-related problems; however, descriptive variations were observed in the school and family dimensions according to grade level. Descriptive differences by sex were small. It is concluded that the findings provide evidence regarding the distribution of childhood daily stress in Ecuadorian schoolchildren and highlight the importance of strengthening early detection and mental health promotion within the educational context.

Keywords: Psychological well-being; Basic education; Childhood Daily Stress; Childhood Daily Stress Inventory; Child Mental Health

RESUMO

O estresse cotidiano infantil pode afetar o bem-estar psicológico e o funcionamento dos escolares. O objetivo do estudo foi caracterizar as manifestações do estresse cotidiano infantil por meio do Inventário de Estresse Cotidiano Infantil (IECI) em uma amostra de estudantes da Educação Geral Básica. Foi realizado um estudo quantitativo, não experimental, transversal e descritivo, com 267 estudantes de 7 a 11 anos de instituições de ensino particulares. O estresse cotidiano foi avaliado por meio do IECI, e foram analisadas estatísticas descritivas. Os resultados evidenciam que a maioria dos participantes foi classificada sem problemas de estresse; entretanto, observaram-se variações descritivas nas dimensões escolar e familiar de acordo com o ano escolar. As diferenças descritivas por sexo foram pequenas. Conclui-se que os achados fornecem evidências sobre a distribuição do estresse cotidiano infantil em escolares equatorianos e ressaltam a importância de fortalecer a detecção precoce e a promoção da saúde mental no contexto educacional.

Palavras-chave: Bem-estar psicológico; Educação básica; Estresse Cotidiano Infantil; Inventário de Estresse Cotidiano Infantil; saúde mental infantil

INTRODUCCIÓN

La infancia es una etapa decisiva del desarrollo humano, caracterizada por cambios biológicos, cognitivos, emocionales y sociales que sientan las bases del funcionamiento psicológico posterior. Durante este periodo, los niños adquieren competencias para comprender su entorno, establecer relaciones y regular sus emociones. Cuando las demandas cotidianas superan los recursos percibidos para afrontarlas, pueden generarse respuestas de estrés que afectan el bienestar y el desarrollo integral en los distintos contextos de vida (Compas et al., 2001; Lazarus y Folkman, 1984).

La salud mental infantil constituye una prioridad de salud pública. World Health Organization (WHO), el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) y la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos (OCDE) han subrayado la necesidad de promover el bienestar psicológico, detectar tempranamente los factores de riesgo y fortalecer los entornos escolares protectores (OCDE, 2024; WHO, 2022; UNICEF, 2021). Estas recomendaciones requieren evidencia que permita comprender los factores asociados con la salud mental infantil y orientar acciones preventivas en los ámbitos educativo, familiar y comunitario.

El estrés se ha estudiado desde distintas perspectivas teóricas. Desde el enfoque biológico, Selye (1976) lo definió como una respuesta

inespecífica del organismo ante demandas que alteran su equilibrio interno. Posteriormente, el modelo transaccional planteado por Lazarus y Folkman (1984) precisó que la respuesta de estrés depende de la valoración cognitiva de las demandas ambientales y de los recursos percibidos para afrontarlas. Por ello, una misma situación puede suscitar respuestas diferentes según las características individuales, las experiencias previas y las estrategias de afrontamiento disponibles.

Aunque durante varias décadas la investigación se concentró principalmente en población adulta, se reconoce que niños y adolescentes también afrontan situaciones cotidianas con potencial para afectar su desarrollo. Las exigencias académicas, las relaciones familiares, la convivencia escolar y otros acontecimientos habituales pueden constituir fuentes de estrés y repercutir en el funcionamiento emocional, cognitivo, social y conductual (Compas et al., 2001; Trianes et al., 2011).

Los recursos cognitivos, emocionales y sociales para afrontar las demandas del entorno aún se encuentran en desarrollo durante la infancia. En consecuencia, algunas experiencias habituales pueden percibirse como altamente demandantes. La exposición acumulada o persistente a factores estresantes se ha asociado con dificultades en la regulación emocional, problemas de conducta, alteraciones del aprendizaje y mayor vulnerabilidad para problemas de salud en etapas posteriores del

desarrollo (Bush et al., 2026; Evans et al., 2013; Shonkoff et al., 2012).

En este marco, el estrés cotidiano infantil se refiere a las respuestas de los niños frente a sucesos habituales de la vida diaria. A diferencia de los acontecimientos traumáticos o extraordinarios, se origina en situaciones frecuentes que, por su acumulación, pueden afectar el bienestar psicológico y el funcionamiento adaptativo. Entre sus fuentes se encuentran las exigencias escolares, las dificultades académicas, los conflictos con pares, los problemas familiares y las situaciones relacionadas con la salud (Martínez-Vicente et al., 2019; Trianes et al., 2011).

Los niveles elevados de estrés cotidiano se han relacionado con problemas emocionales, dificultades atencionales, alteraciones del sueño, menor rendimiento académico y dificultades en las relaciones interpersonales (Compas et al., 2001; Martínez-Vicente et al., 2019). Además, la exposición sostenida al estrés puede asociarse con procesos neurobiológicos relevantes para el aprendizaje, la memoria, las funciones ejecutivas y la regulación emocional (Bush et al., 2026; McEwen y Morrison, 2013; McLaughlin et al., 2014).

La escuela ocupa un lugar central entre los contextos en los que se manifiesta el estrés cotidiano infantil. La adaptación a las exigencias académicas, las evaluaciones, las tareas, la convivencia con docentes y compañeros, y las expectativas de rendimiento pueden ser fuentes de tensión. La evidencia ha

vinculado los estresores escolares y la presión académica con quejas psicológicas, somáticas y de salud subjetiva (Hjern et al., 2008; Torsheim y Wold, 2001). Asimismo, Martínez-Vicente et al. (2019) encontraron que mayores niveles de estrés cotidiano se asocian con variables desfavorables para el aprendizaje y el rendimiento académico.

Un clima escolar favorable puede contribuir al desarrollo socioemocional y a la detección temprana de dificultades emocionales y conductuales. Las revisiones disponibles destacan el potencial de las estrategias escolares integradas para promover el bienestar y la salud mental, aunque subrayan la importancia de una implementación rigurosa y contextualizada (Fazel et al., 2014; Limone y Toto, 2022; Weare y Nind, 2011; Yu et al., 2022).

El entorno familiar también puede favorecer o mitigar la experiencia de estrés durante la infancia. Las relaciones familiares caracterizadas por apoyo emocional y comunicación positiva pueden constituir recursos protectores, mientras que los contextos familiares conflictivos o impredecibles se han asociado con mayores riesgos para la salud mental y física de los hijos (Repetti et al., 2002).

La evaluación del estrés cotidiano infantil requiere instrumentos válidos y confiables. El Inventario de Estrés Cotidiano Infantil (IECI) evalúa acontecimientos cotidianos potencialmente estresantes en las dimensiones de salud, escuela y familia, y proporciona una puntuación global útil

para la detección y el diseño de acciones preventivas (Trianes et al., 2011).

En Ecuador, la evidencia disponible también apunta a la necesidad de fortalecer la investigación sobre salud mental infantil. En una unidad educativa de Ibarra, Carrillo Terán (2023) identificó indicadores de psicopatología clínica o subclínica en parte de la muestra estudiada. Este antecedente, de alcance local, refuerza la importancia de disponer de estudios que describan tempranamente los factores relacionados con el bienestar psicológico en población escolar.

A pesar del creciente interés por la salud mental infantil, la evidencia sobre las manifestaciones del estrés cotidiano en población escolar latinoamericana continúa siendo limitada. En Ecuador son escasos los estudios accesibles que describen este fenómeno mediante instrumentos estandarizados como el IECI. Esta brecha justifica investigaciones orientadas a caracterizar el estrés cotidiano e identificar las dimensiones en las que se concentra con mayor frecuencia dentro de la población escolar.

En este contexto, el objetivo del presente estudio fue caracterizar las manifestaciones del estrés cotidiano infantil mediante el Inventario de Estrés Cotidiano Infantil (IECI) en una muestra de estudiantes de Educación General Básica (EGB), describiendo su distribución en las dimensiones de salud, escolar y familiar. Esta información puede

orientar acciones preventivas y de promoción de la salud mental en la escuela, especialmente cuando se articulan con estrategias socioemocionales y de fortalecimiento de la resiliencia basadas en evidencia (Dray et al., 2017; Durlak et al., 2011; Goldberg et al., 2019; Juhász et al., 2024; Masten, 2014).

MÉTODO

Se realizó un estudio cuantitativo, no experimental, transversal y descriptivo. El propósito fue caracterizar las manifestaciones del estrés cotidiano infantil mediante la aplicación del Inventario de Estrés Cotidiano Infantil (IECI) en estudiantes de Educación General Básica (EGB).

La muestra estuvo conformada por 267 estudiantes de tercero a séptimo año de Educación General Básica, pertenecientes a instituciones educativas particulares. Del total de participantes, 173 fueron niños (64,8 %) y 94 niñas (35,2 %), con edades comprendidas entre 7 y 11 años.

Se utilizó un muestreo no probabilístico por conveniencia. Los criterios de inclusión fueron: estar matriculado entre tercero y séptimo año de EGB, tener entre 7 y 11 años, contar con el consentimiento informado del padre, madre o representante legal y otorgar asentimiento informado. Se excluyeron los cuestionarios incompletos o con inconsistencias en las respuestas.

Para evaluar las manifestaciones del estrés cotidiano infantil se utilizó el Inventario de Estrés Cotidiano Infantil (IECI), desarrollado por Trianes et al. (2011). El instrumento evalúa acontecimientos cotidianos potencialmente estresantes en las dimensiones de salud, escuela y familia, y proporciona una puntuación global de estrés cotidiano.

El IECI está conformado por 22 ítems de respuesta dicotómica (Sí/No). Cada ítem describe situaciones que pueden haber ocurrido durante el último mes. Los participantes indicaron si estas experiencias les sucedieron, tras recibir instrucciones que enfatizaban la ausencia de respuestas correctas o incorrectas y la importancia de responder todos los ítems de forma honesta.

La puntuación total se obtuvo mediante la suma de las respuestas afirmativas; los puntajes más elevados reflejan una mayor presencia de acontecimientos cotidianos percibidos como estresantes. Las puntuaciones globales y dimensionales se interpretaron conforme a los criterios de clasificación establecidos en el manual del instrumento (Trianes et al., 2011).

Antes de la recolección de información, se obtuvo la autorización de las instituciones educativas participantes. Los padres, madres o representantes legales recibieron información sobre los objetivos, procedimientos y alcances del estudio y firmaron el consentimiento informado. Los estudiantes otorgaron su asentimiento informado, tras explicárseles que su participación era libre y voluntaria.

En coordinación con los Departamentos de Consejería Estudiantil de cada institución, se elaboró un cronograma de aplicación que procuró no interferir con las asignaturas troncales. El IECI se aplicó de forma colectiva durante la jornada escolar, bajo la supervisión del equipo investigador y con el acompañamiento de los docentes de aula.

Antes de iniciar la evaluación, se explicaron las instrucciones de aplicación y se recordó a los estudiantes que la información sería tratada de manera confidencial. El tiempo promedio de aplicación fue de aproximadamente 25 minutos. En general, los participantes comprendieron las instrucciones y el contenido de los ítems, sin dificultades relevantes durante la aplicación.

Los datos fueron procesados con IBM SPSS Statistics, versión 27. Después de la depuración, codificación y verificación de consistencia de la base de datos, se calcularon frecuencias, porcentajes, medias y desviaciones estándar para caracterizar el estrés cotidiano global y sus dimensiones de salud, escuela y familia. Dado el alcance descriptivo del estudio, no se realizaron pruebas de hipótesis.

La investigación se desarrolló de conformidad con los principios éticos de la Declaración de Helsinki para investigaciones con seres humanos (World Medical Association, 2013). Se garantizó la participación voluntaria, la confidencialidad, el anonimato mediante la asignación de códigos y el uso de la información exclusivamente con fines científicos.

RESULTADOS

Durante la preparación del manuscrito se utilizó inteligencia artificial generativa únicamente como apoyo para mejorar la redacción y el estilo académico. No se utilizó para generar, procesar, analizar ni interpretar los datos. La autora revisó y validó el contenido científico, la interpretación de los resultados y la versión final del manuscrito, y asume la responsabilidad íntegra por ellos.

Las características sociodemográficas de la muestra se presentan en la Tabla 1.

Tabla 1. Características sociodemográficas de la muestra.

Variable	Categoría	n	%
Sexo	Niño	173	64,8
	Niña	94	35,2
Estructura familiar	Nuclear	174	65,2
	Monoparental (madre)	87	32,6
	Extensa	6	2,2
Curso	3.º EGB	46	17,2
	4.º EGB	60	22,5
	5.º EGB	58	21,7
	6.º EGB	51	19,1
	7.º EGB	52	19,5
Edad (años)	7	46	17,2
	8	60	22,5
	9	58	21,7
	10	51	19,1
	11	52	19,5

Nota. Elaboración propia a partir de la base de datos del estudio.

La muestra estuvo conformada por 267 estudiantes de Educación General Básica; el 64,8 % fueron niños y el 35,2 % niñas. Predominó la estructura familiar nuclear (65,2 %), seguida de la

familia monoparental con la madre (32,6 %). La distribución por curso y edad fue relativamente homogénea; el cuarto año de EGB concentró el mayor porcentaje de participantes (22,5 %).

Tabla 2. Distribución porcentual de las manifestaciones del estrés cotidiano infantil según el curso de Educación General Básica.

Curso	Salud			Escolar			Familiar			Estrés total		
	SP	L	G	SP	L	G	SP	L	G	SP	L	G
3.º	71,7	23,9	4,3	63	23,9	13	50	43,5	6,5	52,2	37	10,9
4.º	61,7	23,3	15	70	23,3	6,7	55	33,3	11,7	43,3	38,3	18,3
5.º	20,7	29,3	50	37,9	34,5	27,6	13,8	20,7	65,5	56,9	36,2	6,9
6.º	0	0	100	31,4	33,3	35,3	7,8	21,6	70,6	78,4	19,6	2
7.º	23,1	34,6	42,3	46,2	32,7	21,2	32,7	30,8	36,5	51,9	30,8	17,3

Nota. Los valores son porcentajes calculados dentro de cada curso. SP = sin problemas; L = leve; G = grave.

La Tabla 2 muestra variaciones descriptivas entre los cursos. En la mayoría de los cursos y dimensiones se identificó una mayor proporción de estudiantes en la categoría sin problemas; sin embargo, esta pauta no fue uniforme en todas las dimensiones.

En la dimensión de salud, los mayores porcentajes en la categoría grave se registraron en quinto año (50,0 %) y séptimo año (42,3 %), mientras que el menor porcentaje se observó en tercero (4,3 %). En la dimensión escolar, los porcentajes más altos en la

categoría grave correspondieron a sexto año (35,3 %) y quinto año (27,6 %).

En la dimensión familiar, sexto año (70,6 %) y quinto año (65,5 %) presentaron los mayores porcentajes en la categoría grave. Para el estrés cotidiano total, los mayores porcentajes en esa categoría se observaron en cuarto (18,3 %) y séptimo año (17,3 %). En conjunto, los resultados describen una distribución heterogénea de las manifestaciones de estrés cotidiano entre los distintos cursos.

Tabla 3. Distribución porcentual de las manifestaciones del estrés cotidiano infantil según el sexo.

Sexo	n	Salud			Escolar			Familiar			Estrés total		
		SP	L	G	SP	L	G	SP	L	G	SP	L	G
Niños	173	37,6	21,4	41,0	65,3	15,6	19,1	32,9	24,3	42,8	59,5	28,3	12,1
Niñas	94	35,1	20,2	44,7	54,3	22,3	23,4	39,4	29,8	30,9	59,6	30,9	9,6

Nota. Los valores son porcentajes calculados dentro de cada categoría de sexo. SP = sin problemas; L = leve; G = grave.

La comparación descriptiva por sexo se presenta en la Tabla 3. Las diferencias observadas fueron pequeñas y no se realizaron pruebas de hipótesis para evaluar su significación estadística.

En la dimensión de salud, las niñas presentaron un porcentaje ligeramente mayor en la categoría grave (44,7 %) que los niños (41,0 %). En la dimensión escolar, las niñas también registraron

un porcentaje algo superior en la categoría grave (23,4 %) respecto de los niños (19,1 %).

En la dimensión familiar, los niños mostraron un porcentaje mayor en la categoría grave (42,8 %) que las niñas (30,9 %). En el estrés cotidiano total, ambos grupos presentaron proporciones similares en la categoría sin problemas (59,5 % en niños y 59,6 % en niñas); la categoría grave fue algo más frecuente en niños (12,1 %) que en niñas (9,6 %).

En términos descriptivos, las manifestaciones del estrés cotidiano infantil mostraron una distribución semejante entre niños y niñas en la muestra estudiada.

DISCUSIÓN

El objetivo de este estudio fue caracterizar las manifestaciones del estrés cotidiano infantil mediante el Inventario de Estrés Cotidiano Infantil (IECI) en estudiantes de Educación General Básica. La mayoría de los escolares se clasificó sin problemas de estrés; no obstante, se observaron variaciones entre cursos y dimensiones. Los porcentajes más altos de la categoría grave se concentraron en los ámbitos escolar y familiar de determinados niveles educativos, mientras que las diferencias descriptivas por sexo fueron pequeñas. Estos hallazgos indican que el estrés cotidiano no se distribuye de manera uniforme entre los contextos de experiencia de los niños.

Los resultados son coherentes con el modelo transaccional del estrés propuesto por Lazarus y Folkman (1984), según el cual la respuesta de estrés depende de la valoración de las demandas del entorno y de los recursos disponibles para afrontarlas. Durante la infancia, estas capacidades se encuentran en desarrollo; por ello, los acontecimientos cotidianos relacionados con la escuela, la familia o la salud pueden ser percibidos como especialmente demandantes.

La concentración descriptiva de porcentajes elevados en las dimensiones escolar y familiar es consistente con investigaciones que reconocen estos contextos como fuentes relevantes de estrés cotidiano infantil (Compas et al., 2001; Hjern et al., 2008; Martínez-Vicente et al., 2019; Torsheim y Wold, 2001). Aunque este estudio no evaluó asociaciones con el aprendizaje o el rendimiento, la presencia de categorías de mayor estrés en parte de la muestra justifica fortalecer la detección y el acompañamiento oportunos.

Las variaciones entre los cursos podrían relacionarse con las demandas evolutivas propias de cada etapa escolar, como el aumento de las exigencias académicas, la complejidad de las relaciones con los pares y las expectativas familiares. Esta interpretación debe considerarse con cautela, pues el diseño descriptivo y transversal no permite establecer explicaciones causales. No obstante, la evidencia disponible vincula los

estresores escolares con quejas psicológicas y somáticas, lo que respalda la pertinencia de estrategias preventivas en el contexto educativo (Hjern et al., 2008; Torsheim y Wold, 2001).

El principal aporte de la investigación consiste en ofrecer una caracterización del estrés cotidiano infantil en una muestra de escolares ecuatorianos mediante un instrumento estandarizado. Dado el carácter local y no probabilístico de la muestra, los resultados no son generalizables a toda la población escolar ecuatoriana; sin embargo, proporcionan una línea de base útil para futuras investigaciones y para la planificación de acciones de promoción de la salud mental en el ámbito educativo.

Entre las limitaciones del estudio se encuentran el muestreo no probabilístico por conveniencia, que restringe la generalización de los resultados, y el carácter transversal, que impide establecer relaciones causales. La información se obtuvo mediante autoinforme, por lo que puede estar influida por sesgos de respuesta y por la perspectiva de un único informante. Futuras investigaciones deberían incorporar muestras probabilísticas, diseños longitudinales, múltiples informantes y variables relacionadas con el rendimiento académico, el afrontamiento y el bienestar psicológico (De Los Reyes y Kazdin, 2005).

En conjunto, los hallazgos muestran la utilidad de evaluar las manifestaciones del estrés cotidiano

durante la infancia como parte de la promoción de la salud mental. La identificación temprana de áreas de posible vulnerabilidad puede orientar acciones preventivas para fortalecer el bienestar psicológico y favorecer el desarrollo integral de los estudiantes.

CONCLUSIONES

El estudio caracterizó las manifestaciones del estrés cotidiano infantil en estudiantes de Educación General Básica mediante el IECI. Aunque la mayoría de los escolares se clasificó sin problemas de estrés, se observaron variaciones entre los cursos y las dimensiones evaluadas, con porcentajes elevados de la categoría grave en los ámbitos escolar y familiar de determinados niveles educativos. Las diferencias descriptivas por sexo fueron pequeñas; debido al alcance del estudio, no deben interpretarse como diferencias estadísticamente significativas.

Los hallazgos aportan evidencia descriptiva sobre el estrés cotidiano infantil en una muestra escolar ecuatoriana. La aplicación del IECI ofrece información útil para identificar dimensiones que requieren atención preventiva y para orientar acciones de promoción del bienestar psicológico durante la infancia.

Se recomienda fortalecer los programas de promoción de la salud mental en el ámbito escolar

mediante estrategias de detección temprana, educación socioemocional y desarrollo de habilidades de afrontamiento, en articulación con docentes, familias y profesionales especializados. La evidencia disponible respalda el potencial de las intervenciones universales, de resiliencia y de enfoque escolar integral, siempre que se adapten al contexto y se implementen con calidad (Dray et al., 2017; Durlak et al., 2011; Fazel et al., 2014; Goldberg et al., 2019; Juhász et al., 2024; Weare y Nind, 2011).

Futuras investigaciones deberían incorporar muestras probabilísticas, diseños longitudinales y el análisis de variables asociadas al rendimiento académico, el bienestar psicológico y las estrategias de afrontamiento, con el propósito de ampliar la comprensión del estrés cotidiano infantil y fortalecer el diseño de programas de promoción de la salud mental.

CONFLICTO DE INTERESES. La autora declara que no existe ningún conflicto de intereses que pueda influir en la realización, interpretación o publicación de los resultados del presente estudio.

REFERENCIAS

- Bush, N. R., Sullivan, A. D. W., & Noroña-Zhou, A. (2026). Early life stress effects on children's biology, behavior, and health: Evidence, mediators, moderators, and solutions. *Annual Review of Psychology*, 77(1), 451–483. <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-072225-121053>
- Carrillo Terán, M. E. (2023). *Prevención y control de la salud mental en niños de edad escolar en una unidad educativa de la ciudad de Ibarra* [Tesis de maestría, Universidad de las Américas]. Repositorio Digital de la Universidad de las Américas. <http://dspace.udla.edu.ec/handle/33000/14819>
- Compas, B. E., Connor-Smith, J. K., Saltzman, H., Thomsen, A. H., & Wadsworth, M. E. (2001). Coping with stress during childhood and adolescence: Problems, progress, and potential in theory and research. *Psychological Bulletin*, 127(1), 87–127. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.127.1.87>
- De Los Reyes, A., & Kazdin, A. E. (2005). Informant discrepancies in the assessment of childhood psychopathology: A critical review, theoretical framework, and recommendations for further study. *Psychological Bulletin*, 131(4), 483–509. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.131.4.483>
- Dray, J., Bowman, J., Campbell, E., Freund, M., Wolfenden, L., Hodder, R. K., McElwaine, K., Tremain, D., Bartlem, K., Bailey, J., Small, T., Palazzi, K., Oldmeadow, C., & Wiggers, J. (2017). Systematic review of universal resilience-focused interventions targeting child and adolescent mental health in the school setting. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 56(10), 813–824. <https://doi.org/10.1016/j.jaac.2017.07.780>
- Durlak, J. A., Weissberg, R. P., Dymnicki, A. B., Taylor, R. D., & Schellinger, K. B. (2011). The impact of enhancing students' social and emotional learning: A meta-analysis of school-based universal interventions. *Child Development*, 82(1), 405–432. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2010.01564.x>
- Evans, G. W., Li, D., & Whipple, S. S. (2013). Cumulative risk and child development. *Psychological Bulletin*, 139(6), 1342–1396. <https://doi.org/10.1037/a0031808>
- Fazel, M., Hoagwood, K., Stephan, S., & Ford, T. (2014). Mental health interventions in schools in high-income countries. *The Lancet Psychiatry*, 1(5), 377–387. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(14\)70312-8](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(14)70312-8)

- Goldberg, J. M., Sklad, M., Elfrink, T. R., Schreurs, K. M. G., Bohlmeijer, E. T., & Clarke, A. M. (2019). Effectiveness of interventions adopting a whole school approach to enhancing social and emotional development: A meta-analysis. *European Journal of Psychology of Education*, 34(4), 755–782. <https://doi.org/10.1007/s10212-018-0406-9>
- Hjern, A., Alfven, G., & Östberg, V. (2008). School stressors, psychological complaints and psychosomatic pain. *Acta Paediatrica*, 97(1), 112–117. <https://doi.org/10.1111/j.1651-2227.2007.00585.x>
- Juhász, Á., Sebestyén, N., Árva, D., Barta, V., Pártos, K., Vokó, Z., & Rákossy, Z. (2024). We need better ways to help students avoid the harms of stress: Results of a meta-analysis on the effectiveness of school-based stress management interventions. *Journal of School Psychology*, 106, Article 101352. <https://doi.org/10.1016/j.jsp.2024.101352>
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer. https://books.google.com/books/about/Stress_appraisal_and_coping.html?id=FFBqAAAAMAAJ
- Limone, P., & Toto, G. A. (2022). Psychological strategies and protocols for promoting school well-being: A systematic review. *Frontiers in Psychology*, 13, Article 914063. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.914063>
- Martínez-Vicente, M., Suárez-Riveiro, J. M., & Valiente-Barroso, C. (2019). Estrés cotidiano infantil y factores ligados al aprendizaje escolar como predictores del rendimiento académico. *Ansiedad y Estrés*, 25(2), 111–117. <https://doi.org/10.1016/j.anyes.2019.08.002>
- Masten, A. S. (2014). Global perspectives on resilience in children and youth. *Child Development*, 85(1), 6–20. <https://doi.org/10.1111/cdev.12205>
- McEwen, B. S., & Morrison, J. H. (2013). The brain on stress: Vulnerability and plasticity of the prefrontal cortex over the life course. *Neuron*, 79(1), 16–29. <https://doi.org/10.1016/j.neuron.2013.06.028>
- McLaughlin, K. A., Sheridan, M. A., & Lambert, H. K. (2014). Childhood adversity and neural development: Deprivation and threat as distinct dimensions of early experience. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 47, 578–591. <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2014.10.012>
- Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos [OCDE]. (2024). *Social and emotional skills for better lives: Findings from the OECD Survey on Social and Emotional Skills 2023*. <https://doi.org/10.1787/35ca7b7c-en>
- World Health Organization. (2022). *World mental health report: Transforming mental health for all*. <https://iris.who.int/handle/10665/356119>
- Repetti, R. L., Taylor, S. E., & Seeman, T. E. (2002). Risky families: Family social environments and the mental and physical health of offspring. *Psychological Bulletin*, 128(2), 330–366. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.128.2.330>
- Selye, H. (1976). *The stress of life (Rev. ed.)*. McGraw-Hill. https://books.google.com/books/about/The_Stress_of_Life.html?id=PZ9pAAAAMAAJ
- Shonkoff, J. P., Garner, A. S., Siegel, B. S., Dobbins, M. I., Earls, M. F., McGuinn, L., Pascoe, J., & Wood, D. L. (2012). The lifelong effects of early childhood adversity and toxic stress. *Pediatrics*, 129(1), e232–e246. <https://doi.org/10.1542/peds.2011-2663>
- Torsheim, T., & Wold, B. (2001). School-related stress, support, and subjective health complaints among early adolescents: A multilevel approach. *Journal of Adolescence*, 24(6), 701–713. <https://doi.org/10.1006/jado.2001.0440>
- Trianes, M. V., Blanca, M. J., Fernández-Baena, F. J., Escobar, M., & Maldonado, E. F. (2011). *Inventario de estrés cotidiano infantil (IECI): Manual*. TEA Ediciones. https://www.hogrefe-tea.com/recursos/Ejemplos/IECI_web.pdf?utm_source
- UNICEF. (2021). *The state of the world's children 2021: On my mind: Promoting, protecting and caring for children's mental health*. <https://www.unicef.org/reports/state-worlds-children-2021>

- Weare, K., & Nind, M. (2011). Mental health promotion and problem prevention in schools: What does the evidence say? *Health Promotion International*, 26(Suppl. 1), i29–i69. <https://doi.org/10.1093/heapro/dar075>
- World Medical Association. (2013). World Medical Association Declaration of Helsinki: Ethical principles for medical research involving human subjects. *JAMA*, 310(20), 2191–2194. <https://doi.org/10.1001/jama.2013.281053>
- Yu, T., Xu, J., Jiang, Y., Hua, H., Zhou, Y., & Guo, X. (2022). School educational models and child mental health among K–12 students: A scoping review. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*, 16(1), Article 32. <https://doi.org/10.1186/s13034-022-00469-8>