



**UNIVERSIDAD POLITÉCNICA SALESIANA**

**SEDE QUITO**

**CARRERA DE PSICOLOGÍA**

**EXPERIENCIAS DE ESTUDIANTES UNIVERSITARIAS MADRES:  
SIGNIFICADOS DEL ESTRÉS ACADÉMICO EN CONTEXTOS DE MATERNIDAD  
TEMPRANA EN QUITO.**

Trabajo de titulación previo a la obtención del  
Título de Licenciada en Psicología

AUTOR: PALACIOS FLORES DOMÉNICA PAMELA

TUTOR: FRANK BOLIVAR VITERI BAZANTE

Quito - Ecuador

2026

**CERTIFICADO DE RESPONSABILIDAD Y AUTORÍA DEL TRABAJO DE  
TITULACIÓN**

Yo, PALACIOS FLORES DOMENICA PAMELA con documento de identificación 1724949175 manifiesto que:

Soy el autor y responsable del presente trabajo; y, autorizo a que sin fines de lucro la Universidad Politécnica Salesiana pueda usar, difundir, reproducir o publicar de manera total o parcial el presente trabajo de titulación.

Quito, 2 de febrero del 2026

Atentamente,



---

PALACIOS FLORES DOMÉNICA PAMELA

1724949175

## **CERTIFICADO DE CESIÓN DE DERECHOS DE AUTOR DEL TRABAJO DE TITULACIÓN A LA UNIVERSIDAD POLITÉCNICA SALESIANA**

Yo, PALACIOS FLORES DOMENICA PAMELA con documento de identificación 1724949175 expreso mi voluntad y por medio del presente documento cedo a la Universidad Politécnica Salesiana la titularidad sobre los derechos patrimoniales en virtud de que soy autor de la Sistematización de prácticas de investigación y/o intervención: EXPERIENCIAS DE ESTUDIANTES UNIVERSITARIAS MADRES: SIGNIFICADOS DEL ESTRÉS ACADÉMICO EN CONTEXTOS DE MATERNIDAD TEMPRANA EN QUITO, el cual ha sido desarrollado para optar por el título de: Licenciada en Psicología, en la Universidad Politécnica Salesiana, quedando la Universidad facultada para ejercer plenamente los derechos cedidos anteriormente.

En concordancia con lo manifestado, suscribo este documento en el momento que hago la entrega del trabajo final en formato digital a la Biblioteca de la Universidad Politécnica Salesiana.

Quito, 2 de febrero del 2026

Atentamente,



---

PALACIOS FLORES DOMÉNICA PAMELA  
1724949175

## **CERTIFICADO DE DIRECCIÓN DEL TRABAJO DE TITULACIÓN**

Yo, VITERI BAZANTE FRANK BOLIVAR con documento de identificación 0201722592, docente de la Universidad Politécnica Salesiana, declaro que bajo mi tutoría fue desarrollado el trabajo de titulación: EXPERIENCIAS DE ESTUDIANTES UNIVERSITARIAS MADRES: SIGNIFICADOS DEL ESTRÉS ACADÉMICO EN CONTEXTOS DE MATERNIDAD TEMPRANA EN QUITO con documento de identificación 1724949175, obteniendo como resultado final el trabajo de titulación bajo la opción Sistematización de prácticas de investigación y/o intervención que cumple con todos los requisitos determinados por la Universidad Politécnica Salesiana.

Quito, 2 de febrero del 2026

Atentamente.



VITERI BAZANTE FRANK BOLIVAR  
0201722592

## **Dedicatoria y agradecimiento**

Esta dedicatoria es para las personas más importantes de mi vida que con un granito de arena y su amor incondicional me ayudaron a salir adelante y llegar a la meta.

Agradezco a Dios y a la Virgencita por darme fuerza en cada momento que sentí rendirme, por escucharme cuando nadie más lo hizo, por ayudarme a levantar las veces que me tropecé en el camino y ayudarme a ser más valiente.

A mi hermano José Miguel Palacios Mancilla que partió antes de verme cumplir mis sueños pero que sigue viviendo en cada latido de mi corazón, tu amor, tus palabras y tu recuerdo han sido mi fuerza en los días más oscuros, el que en vida me enseñó lo que realmente es ser valiente y luchar hasta el final, este logro es todo tuyo hermanito de mi vida; Te adoro.

A mi pareja Bryan Jaramillo quien con su sabiduría, paciencia y amor me acompañó en este proceso, gracias por tu apoyo incondicional y por confiar en mi en cada paso que daba incluso cuando yo dudaba de poder lograrlo; Te amo.

A mis padres Susana Flores, Ivonne Mancilla, Ricardo Palacios y Paul Domínguez. A mi madre Susi gracias por apoyarme incondicionalmente, por su fortaleza y cada uno de tus sacrificios silenciosos para verme cumplir mis sueños y ayudarme a ser una profesional, gracias por enseñarme a resistir, a soñar y a seguir adelante incluso cuando todo parecía cuesta arriba, has sido quien me sostuvo en cada paso de este camino y el mejor ejemplo, este logro es tan tuyo como mío porque sin ti nada de esto hubiera sido posible; Te amo. A mi padre Ricardo por brindarme alegría, por acompañarme y brindarme su apoyo en cada momento que me sentía cansada y derrotada, gracias por esa linda forma de amarme a veces discreta pero constante, gracias por demostrarme con tu vida que ser fuerte no es no tener miedo sino seguir adelante a pesar de todo, llevo en mí tu fortaleza y eso me ha permitido llegar hasta aquí; Te amo. A mi

segunda madre Ivonne quien con su alegría me llena el alma, gracias por su amor, cariño, por acompañarme, aconsejarme, consentirme y hacerme sentir cuidada; Le quiero mucho. A mi segundo papá Paul por llegar a nuestras vidas sin pedir nada a cambio y darnos tanto, gracias por enseñarme todo con paciencia y cariño, eres la persona que con su apoyo, serenidad, respaldo, respeto y cariño me ayudó en cada momento que sentía no poder más, Te quiero mucho.

A mis abuelitos Vicente, Gladis, José Luis, Carmen. Abuelitos les agradezco por su infinito amor, por enseñarme cosas nuevas, por brindarme sus sonrisas y paciencia, gracias por sus oraciones y su ejemplo de esfuerzo, humildad y ternura que me han acompañado en este trayecto, gracias por enseñarme el valor de la familia, aconsejarme y siempre confiar en mí, Los quiero mucho.

A mis hermanos Gerald, Daniela, Romina y Anahí. Su presencia a sido mi refugio en los días más difíciles y una hermosa alegría para mi vida, gracias por ser mi fuerza, compañía y motivación para continuar las veces que me quise rendir, los llevo siempre conmigo, muy cerquita del corazón, Los amo con toda mi vida.

A mis tíos Marco, Irene, Richard, Lilo y Fernando Gracias por sus enseñanzas, su apoyo y palabras de aliento, su presencia a dejado huellas muy importantes en mi vida, este logro refleja toda la enseñanza, cariño y respaldo que siempre me han brindado, los quiero mucho.

A mis primos Kimberly, Emanuel, Valentino, Gabriela, José, Joshue, Josep y Leo por brindarme alegrías y recuerdos compartidos que en cada momento de tomar una decisión recuerdo las enseñanzas que me ha dejado nuestras experiencias juntos, los quiero mucho.

A mi segundo hogar Dome, Jason, Normita, Fabián, Dina, Anita, Adriana quienes me abrieron la puerta de su hogar y de su corazón, gracias por su cariño, enseñanza y apoyo, gracias por hacerme sentir parte de la familia y por darme palabras de ánimo aun en la distancia con gestos que han sido muy significativos para mí, los quiero mucho.

A mis amigos Erick, Cristopher, Emily, Meli gracias, amigos por hacerme feliz, aligerar mi camino y estar presentes incluso en la distancia, cada conversación, abrazo y palabras fueron impulsos que me ayudaron a salir adelante, los quiero amigos.

A los amigos de mi madre por siempre apoyarnos en momentos difíciles, su presencia y apoyo han sido un respaldo valioso en momentos de esfuerzo duda y esperanza, les agradezco no solo por apoyar a mi madre sino también por apoyarme a mí, los aprecio mucho.

A mi tutor Frank Viteri mi más sincero agradecimiento por su guía, paciencia y compromiso a lo largo de este proceso, su acompañamiento constante fue muy importante para el desarrollo de este trabajo, gracias por sus conocimientos, disposición y sus valiosas observaciones que fueron fundamentales para culminar con éxito.

## Resumen

La presente investigación tiene como principal objetivo analizar las experiencias de madres estudiantes universitarias de universidades públicas y privadas y el estrés académico en contextos de maternidad temprana en Quito. Para el desarrollo se consideró un enfoque cualitativo con soporte complementario cuantitativo. El diseño se fundamentó mediante un estudio de casos múltiples y una temporalidad transversal. Como punto de partida para la investigación se trabajó los conceptos en base al estrés académico y la maternidad temprana. Se utilizó una entrevista no estructurada, para obtener información a través de una conversación fluida. Como complemento se utilizó la escala de percepción del estrés (EPP) de Cohen et al. (1983). Como criterios de inclusión se consideró el grupo etario, el estatus universitario, tener por lo menos un hijo menor de edad y estar de acuerdo en participar en el estudio. Como criterio de exclusión se tuvo a las estudiantes universitarias fuera del rango etario, o que no tienen hijos a su cargo y el no querer participar en el estudio. También se consideró una selección de casos que va a representar los niveles de apoyo institucional, la carga académica y el contexto socioeconómico. Para el muestreo se definió el de casos tipo. Como principales hallazgos se tuvo que el estrés no se origina solo en la carga académica o en las exigencias docentes, sino también en la dificultad para conciliar los roles de madre y estudiante. Lo que genera sentimientos de culpa, fatiga emocional, ansiedad y riesgo de deserción académica. Esta situación se agrava en contextos de escasa red de apoyo o donde las políticas institucionales no contemplan medidas específicas para la inclusión de madres jóvenes.

Palabras claves: Estrés académico, madres universitarias, cuidado del menor, apoyo familiar.

## **Abstract**

The main objective of this research is to analyze the experiences of university student mothers from public and private universities and the academic stress associated with early motherhood in Quito. A qualitative approach with complementary quantitative support was used for the study. The design was based on a multiple-case study and a cross-sectional approach. Concepts related to academic stress and early motherhood were used as a starting point for the research. An unstructured interview was used to obtain information through conversation. Cohen et al.'s (1983) Stress Perception Scale (SPS) was used as a complement. Inclusion criteria included age group, university status, having at least one minor child, and agreement to participate in the study. Exclusion criteria included university students outside this age range, or those without children in their care who did not wish to participate in the study. A selection of cases was also considered to represent levels of institutional support, academic load, and socioeconomic context. The sample was defined as typical cases. The main findings were that stress stems not only from the academic load or teaching demands, but also from the difficulty balancing the roles of mother and student. This generates feelings of guilt, emotional fatigue, anxiety, and the risk of dropping out of school. This situation is exacerbated in contexts with limited support networks or where institutional policies do not include specific measures for the inclusion of young mothers.

Keywords: Academic stress, university mothers, child care, family support.

## Índice de Contenido

Certificado de responsabilidad y autoría del trabajo de titulación .....	ii
Certificado de cesión de derechos de autor .....	iii
Certificado de dirección del trabajo de titulación.....	iv
Dedicatoria y agradecimiento.....	v
Resumen.....	viii
Abstract .....	ix
Índice de Contenido .....	x
Índice de tablas .....	xiii
I. Datos informativos del proyecto .....	1
1.1. Título del trabajo de titulación .....	1
1.2. Nombre del proyecto .....	1
1.3. Delimitación del tema.....	1
II. Objetivo .....	2
2.1. Objetivo general .....	2
2.2. Objetivos específicos.....	2
III. Eje de la intervención o investigación .....	2
3.1 Enfoque sistémico .....	3
3.1.1. Dimensiones Sociodemográficas.....	3
3.1.2. Estrés Académico .....	11
IV. Objeto de la intervención o de la práctica de investigación/intervención .....	18
V. Metodología .....	20
5.1 Enfoque y tipo de investigación .....	20
5.1.1 Justificación del enfoque cualitativo .....	23
5.1.2 Alcance interpretativo y exploratorio .....	25

5.2 Diseño de la investigación.....	26
5.2.1 Estudio de casos múltiples .....	26
5.2.2 Temporalidad transversal.....	28
5.3 Población y muestra .....	29
5.3.1 Definición de la población .....	29
5.3.2 Criterios de inclusión y exclusión .....	29
5.3.3 Técnicas de muestreo por casos tipo .....	32
5.3.4 Tamaño y características de la muestra .....	33
5.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos .....	35
5.4.1. Entrevistas en profundidad.....	35
VI. Preguntas clave .....	37
6.1. Diseño de la guía de entrevista.....	37
VII. Organización y procesamiento de la información.....	38
7.1. Guía de entrevista para madres universitarias .....	38
VIII. Análisis de la información .....	55
8.1. Interpretación de datos sociodemográficos .....	55
8.1.1. Interpretación de datos académicos.....	59
8.1.2. Interpretación del contexto familiar .....	62
8.2. Categorización de narrativas de madres universitarias.....	65
8.2.1. Experiencia Materna .....	67
8.2.2. Apoyo social.....	71
8.2.3. Impacto en la vida académica .....	74
8.2.4. Fuentes de estrés .....	76
8.2.5. Percepción del estrés .....	78
8.2.6. Consecuencias del estrés .....	80

8.2.7. Estrategias de afrontamiento .....	82
IX. Principales logros del aprendizaje .....	84
X. Conclusiones y recomendaciones .....	87
10.1 Conclusiones .....	87
10.2 Recomendaciones .....	90
XI. Referencias bibliográficas .....	91
XII. Anexos .....	99

## Índice de tablas

Tabla 1 <i>Narrativas de madres universitarias</i> .....	38
Tabla 2 <i>Edad</i> .....	56
Tabla 3 <i>Edad al momento de ser madre</i> .....	57
Tabla 4 <i>Estado civil</i> .....	58
Tabla 5 <i>Universidad en la que estudia</i> .....	59
Tabla 6 <i>Carrera universitaria</i> .....	60
Tabla 7 <i>Nivel académico</i> .....	61
Tabla 8 <i>Modalidad de estudios</i> .....	62
Tabla 9 <i>Contexto familiar - convivencia</i> .....	62
Tabla 10 <i>Contexto familiar – red de apoyo</i> .....	63
Tabla 11 <i>Contexto familiar – actividades</i> .....	64
Tabla 12 <i>Contexto familiar – actividades</i> .....	70

## Índice de anexos

Anexo 1: Matriz guía de entrevista .....	99
Anexo 2: Validación del instrumento .....	103
Anexo 3: Categorías de la entrevista.....	106

## **I. Datos informativos del proyecto**

### **1.1. Título del trabajo de titulación:**

Experiencias de estudiantes universitarias madres: significados del estrés académico en contextos de maternidad temprana en Quito.

### **1.2. Nombre del proyecto:**

Estrés académico y maternidad temprana.

### **1.3. Delimitación del tema:**

La investigación se inscribe en el campo de la psicología psicosocial, con énfasis en el estudio del estrés académico en contextos particulares de vulnerabilidad. La categoría psicosocial que se aborda es el estrés académico, entendido desde una perspectiva subjetiva y relacional, en el contexto específico de la maternidad temprana durante la vida universitaria.

La población de estudio se enfocará en mujeres jóvenes que son madres y que actualmente cursan estudios universitarios de pregrado de Universidades públicas y privadas de la ciudad de Quito. Las participantes estarán en un rango de edad entre 18 y 25 años, y deberán estar activas en carreras universitarias en modalidad presencial o semipresencial. Se priorizará la diversidad de carreras y contextos institucionales para obtener una comprensión más amplia de sus experiencias.

Temporalmente, la investigación se desarrollará durante el año académico 2024-2025, tanto en el levantamiento de información como en el análisis de las experiencias relatadas por las participantes en este periodo.

## **II. Objetivo:**

### **2.1. Objetivo general**

Analizar las experiencias de madres estudiantes universitarias de universidades públicas y privadas y el estrés académico en contextos de maternidad temprana en Quito.

### **2.2. Objetivos específicos**

- Identificar las principales fuentes de estrés académico que afectan a las estudiantes universitarias que son madres en situación de maternidad temprana.
- Describir las vivencias y percepciones que tienen las estudiantes madres sobre el equilibrio entre sus responsabilidades académicas y maternas.
- Interpretar cualitativamente los sentidos y significados que construyen las estudiantes universitarias madres en relación con su experiencia de estrés académico dentro del contexto de su maternidad temprana.

## **III. Eje de la intervención o investigación**

Esta investigación se fundamenta en un enfoque cualitativo con orientación comprensiva-interpretativa, propio de la psicología psicosocial. En base a esto se considera que las vivencias deben ser comprendidas a partir de su experiencia, especialmente cuando estas están atravesadas por condiciones estructurales como la maternidad temprana en contextos universitarios. El objetivo no es generalizar datos, sino interpretar en profundidad los sentidos que las estudiantes universitarias madres atribuyen a su vivencia del estrés académico (Corona, 2018).

Como eje central se tiene la construcción de significados del estrés académico en mujeres que fueron madres en edad temprana y que actualmente cursan estudios universitarios,

entendiendo este fenómeno como un proceso subjetivo e intersubjetivo. Para ello se vinculan los factores personales, sociales, culturales e institucionales. Este enfoque permite organizar y analizar la información con base en cómo las participantes elaboran sus experiencias, las narran y les otorgan sentido, desde sus propias voces.

### **3.1 Enfoque sistémico:**

La presente investigación se sustenta mediante un enfoque sistémico, el cual permite comprender a las estudiantes universitarias madres como parte de un sistema dinámico e interconectado, compuesto por múltiples dimensiones tales como personales, familiares, actividades académicas, etc. De esta perspectiva se tiene que el estrés académico depende de varios factores y se da como resultado de las interacciones complejas entre los distintos subsistemas que integran la vida de las jóvenes madres (Silva et al., 2020)

En este contexto es importante considerar que la maternidad temprana genera una reorganización de los sistemas familiares y académicos, implicando ajustes en los roles, prioridades y recursos disponibles. Y es ahí donde las universidades juegan un rol muy importante ya que estas tienen sus sistemas con normas, tiempos y exigencias que pueden entrar en tensión con las necesidades propias de las madres estudiantes, generando situaciones de sobrecarga emocional, conflicto de roles y afectación en el rendimiento académico (Espinosa-Castro et al., 2020).

#### **3.1.1. Dimensiones Sociodemográficas**

Las dimensiones sociodemográficas permiten describir las características de una población, y en este estudio, resultan fundamentales para comprender cómo influyen variables como la edad, el género, el estado civil y el nivel socioeconómico en la experiencia de maternidad temprana y su relación con el estrés académico. En palabras de Rudas (2019) estas

dimensiones comprenden “el conjunto de dimensiones de la vida colectiva que no pueden reducirse a la existencia y la experiencia particular de los individuos que componen una determinada sociedad”. Esta afirmación sustenta que los aspectos sociodemográficos son clave para entender las desigualdades estructurales que inciden en el acceso a recursos y oportunidades.

La edad constituye un elemento crucial, ya que el rango de 18 a 25 años representa una etapa del desarrollo en la que muchas mujeres cursan estudios universitarios mientras enfrentan la maternidad. Según el Instituto Nacional de Estadística y Censos (INEC) (2021), en Ecuador, un 19,7% de mujeres entre 15 y 19 años han estado embarazadas al menos una vez, lo que refleja la relevancia de estudiar este fenómeno en contextos universitarios. Esta etapa implica no solo transformaciones personales, sino también responsabilidades adicionales que pueden comprometer el rendimiento académico.

En cuanto al género, es importante destacar que la maternidad es una experiencia que atraviesa corporal, emocional y socialmente a las mujeres. Como señala Faur (2009), las tareas de cuidado infantil están culturalmente feminizadas, lo cual genera una sobrecarga que afecta particularmente a las mujeres jóvenes, más aún cuando no cuentan con redes de apoyo. Por ello, centrar el análisis en estudiantes universitarias permite visibilizar las condiciones desiguales en las que muchas madres jóvenes desarrollan sus trayectorias educativas.

El estado civil también representa una variable significativa. Las mujeres solteras suelen enfrentar mayores niveles de vulnerabilidad por la ausencia de una pareja que colabore en el cuidado infantil, lo que intensifica la carga emocional y económica. Cajachagua et al. (2022) destacan que el apoyo familiar influye en la conducta de autocuidado y puede reducir o mejorar el estado de salud y bienestar general. De esta forma, una red de apoyo estable se convierte en un factor protector frente al estrés académico.

El nivel socioeconómico determina el acceso a recursos como guarderías universitarias, becas o servicios psicológicos. La falta de estos servicios puede generar una brecha en las oportunidades de formación académica. Según Avendaño (2020), el entorno social y familiar influye en el desarrollo del individuo y en su calidad de vida, lo cual refuerza la necesidad de políticas institucionales más sensibles a las realidades de las madres universitarias. La modalidad de estudio ya sea presencial, virtual o híbrida también condiciona las posibilidades de organización del tiempo, una dimensión estrechamente vinculada al equilibrio entre la maternidad y el cumplimiento de obligaciones académicas.

### ***3.1.1.1. Responsabilidades Maternales***

Las responsabilidades maternas abarcan diversas dimensiones que afectan de manera directa la vida de las madres universitarias. Entre estas, destacan el cuidado infantil, el apoyo familiar y la distribución del tiempo. Estas responsabilidades no solo implican la atención directa al niño, sino también la coordinación de otras tareas como el trabajo remunerado y las labores domésticas. Faur (2009), en un estudio realizado en América Latina, sostiene que “el cuidado infantil es una actividad que se realiza con frecuencia de forma simultánea con otras responsabilidades”, lo cual genera una carga adicional para las madres, quienes deben administrar su tiempo y energía para cumplir de forma eficaz con todas sus obligaciones. Esta situación se vuelve aún más desafiante cuando se combina con la exigencia académica, especialmente en contextos de maternidad temprana.

Además, el cuidado infantil debe entenderse no solo como una necesidad básica, sino también como una práctica social y relacional que incide en el bienestar de los niños y las madres. En esta línea, Avendaño (2020) afirma que el cuidado es “una práctica social y relacional dada en el ámbito familiar o fuera de este, con miras a incidir en el desarrollo de los individuos y de la sociedad”, lo cual muestra cómo las condiciones del entorno familiar afectan

directamente la calidad de vida y el desarrollo integral del niño. Por tanto, la falta de tiempo, recursos o apoyo institucional puede impactar negativamente tanto en el desempeño académico de la madre como en el bienestar infantil.

Otra dimensión esencial en las responsabilidades maternas es el apoyo familiar. Este componente no se limita a lo económico o a la colaboración en las tareas del hogar, sino que también incluye el soporte emocional, clave para la salud mental de la madre. Cajachagua et al. (2022) destacan que “la familia es la fuente más importante de apoyo social puesto que influye en el comportamiento de autocuidado y puede reducir o mejorar el estado de salud y el bienestar” (p. 10). Desde esta perspectiva, contar con una red de apoyo estable favorece el equilibrio emocional de la madre, disminuye la carga psicológica y permite un mejor afrontamiento de las exigencias cotidianas.

En este mismo sentido, el apoyo emocional recibido dentro del núcleo familiar permite compartir responsabilidades, reducir tensiones y promover espacios para la recuperación física y mental de la madre. Estos factores son fundamentales, ya que influyen directamente en su capacidad de brindar atención y afecto al niño. Según Cajachagua et al. (2022), un entorno familiar favorable fortalece la conducta de autocuidado y contribuye a mantener el bienestar general, lo cual es vital para el ejercicio saludable del rol materno en contextos académicos.

Finalmente, la distribución del tiempo representa uno de los mayores desafíos para las madres universitarias. La capacidad de organización influye directamente en la posibilidad de mantener un equilibrio entre el rol de madre y el rol de estudiante. Lillo et al. (2019) afirman que “la gestión del tiempo es una herramienta clave para las madres al momento de equilibrar sus responsabilidades, ya que la falta de tiempo puede generar dificultades psicológicas y fisiológicas tanto en la madre como en el niño”. Una inadecuada distribución del tiempo puede generar sobrecarga, disminución de la paciencia y agotamiento emocional, afectando la

disponibilidad para atender adecuadamente las necesidades del niño y las demandas académicas.

### ***3.1.1.2. Condiciones académicas***

Las condiciones académicas constituyen un conjunto de lineamientos, normas y requisitos que establecen las instituciones educativas para guiar el proceso formativo del estudiante. Estas condiciones están diseñadas para garantizar la calidad del aprendizaje y establecer criterios claros para la evaluación del rendimiento. En este sentido, la Universidad EAFIT (2021) define que “las condiciones académicas son reglas que deben seguir y cumplir los alumnos para completar sus objetivos académicos”, subrayando así su función orientadora en el logro de metas educativas.

Estas condiciones incluyen aspectos como la asistencia, la entrega puntual de trabajos, la aprobación de asignaturas y el respeto a los principios éticos del entorno académico. Su cumplimiento promueve la estructuración del proceso formativo y, a la vez, la regulación del comportamiento estudiantil dentro del espacio universitario. Según Lamas (2015), el sistema universitario ecuatoriano se rige por marcos normativos que exigen disciplina y responsabilidad como parte del desarrollo de la autonomía del estudiante, lo cual resulta fundamental para su desempeño académico.

Además, las condiciones académicas influyen directamente en la organización del tiempo y el esfuerzo personal del estudiante. La planificación adecuada de las actividades académicas permite el desarrollo de habilidades de autorregulación, necesarias para la gestión del aprendizaje. De acuerdo con Carrión y Vélez (2020), la autorregulación académica implica un proceso activo mediante el cual los estudiantes planifican, supervisan y evalúan su aprendizaje, lo que favorece su autonomía y compromiso educativo. Cuando estas condiciones

no se cumplen, pueden acarrear consecuencias significativas, como la pérdida de becas, reprobación o incluso la desvinculación institucional.

Las condiciones académicas también actúan como guía para la toma de decisiones dentro del proceso formativo. Al estar claramente definidas, permiten que los estudiantes identifiquen sus prioridades, reconozcan sus debilidades y visualicen el camino hacia sus metas educativas. Tal como lo señala el Consejo de Educación Superior del Ecuador (CES) (2022) la claridad en los lineamientos institucionales mejora la transparencia y la calidad del proceso educativo, al permitir una mayor comprensión y adaptación por parte del estudiante.

Estas exigencias también pueden convertirse en una fuente de presión si no se contextualizan adecuadamente. En muchos casos, los estudiantes enfrentan dificultades familiares, personales o emocionales que interfieren en el cumplimiento estricto de estas condiciones. Ante esta realidad, algunas instituciones han optado por implementar políticas más humanas y flexibles, como tutorías personalizadas, acompañamiento psicológico y programas de apoyo académico. Estas iniciativas buscan no solo prevenir el abandono estudiantil, sino también propiciar un equilibrio entre las exigencias académicas y el bienestar emocional. La Secretaría de Educación Superior, Ciencia, Tecnología e Innovación (SENESCYT, 2021) ha promovido en Ecuador políticas inclusivas orientadas al bienestar integral del estudiante, subrayando la importancia de apoyar al alumnado más allá del rendimiento académico.

### ***3.1.1.3. Impacto Psicológico y Social***

El malestar emocional en las estudiantes universitarias puede verse intensificado por diversos factores, entre los cuales destacan el nivel de apoyo social percibido y la percepción de estigmatización. Estos elementos actúan como moduladores de la experiencia psicosocial, incidiendo significativamente en la salud mental. El apoyo social ha sido identificado como un

factor protector clave, ya que proporciona asistencia emocional, instrumental y material durante momentos de crisis. Según Maté et al. (2019), “el apoyo social es el conjunto de recursos humanos y materiales con que cuenta un individuo o familia para superar una determinada crisis, enfermedad, malas condiciones económicas, rupturas familiares, etc.”. Esta definición evidencia que el apoyo social no se limita al acompañamiento afectivo, sino que también incluye formas prácticas como la ayuda económica, la orientación o el acceso a servicios.

En contextos de vulnerabilidad, como la maternidad temprana, contar con una red de apoyo estable fortalece la capacidad de afrontamiento. La literatura demuestra que el apoyo social está relacionado con menores niveles de ansiedad, depresión y estrés, ya que permite que las personas se sientan acompañadas, incrementando su resiliencia ante las adversidades (Sandín et al., 1995). Estos autores sostienen que el apoyo social actúa como un amortiguador que “facilita la adaptación del individuo, promoviendo conductas de afrontamiento más efectivas”. Así, se convierte en una herramienta fundamental para moderar la carga emocional derivada de las exigencias académicas, familiares y sociales.

Asimismo, el apoyo social tiene un efecto positivo en la autoestima y en la construcción de identidad, ya que promueve una sensación de pertenencia. Sin embargo, la percepción de dicho apoyo puede estar mediada por factores culturales, sociales e incluso personales, que influyen en cómo se interpreta y utiliza esta red. En contraposición, la ausencia de apoyo o una percepción deficiente del mismo puede agudizar el malestar emocional y afectar la salud mental de las estudiantes madres.

Por otra parte, la percepción de estigmatización representa otro modulador importante del bienestar psicológico. Esta se manifiesta como la experiencia de sentirse rechazada, discriminada o invalidada por una característica personal o social. Restrepo et al. (2007)

afirman que “el estigma es un factor que incrementa las pérdidas y debe ser abordado, si no de una manera individual, al menos sí en una perspectiva social o de políticas de salud”. Esta afirmación resalta que el estigma no solo afecta la salud emocional de manera individual, sino que también tiene consecuencias estructurales como la exclusión social, la desigualdad y el acceso limitado a servicios de apoyo.

La estigmatización puede generar sentimientos de culpa, vergüenza, aislamiento y desesperanza. Muchas personas, al interiorizar las creencias negativas de su entorno, evitan buscar ayuda profesional por temor a ser juzgadas, lo que agudiza su malestar emocional y limita el acceso a recursos esenciales para su bienestar. Este fenómeno se observa con mayor fuerza en mujeres jóvenes que enfrentan la maternidad en espacios académicos, donde los estereotipos sociales todavía persisten y afectan su integración plena.

Frente a esto, es fundamental fomentar un enfoque institucional y social que combata el estigma, promueva la empatía y garantice la inclusión. Tal como lo plantea la Secretaría de Educación Superior, Ciencia, Tecnología e Innovación (SENESCYT, 2021), el sistema educativo ecuatoriano debe priorizar estrategias de equidad que respondan a las realidades de estudiantes en situación de vulnerabilidad, entre ellas las madres universitarias. Solo mediante estas acciones será posible reducir el impacto negativo de la falta de apoyo y de la estigmatización, mejorando el acceso a oportunidades y fortaleciendo el bienestar emocional de las estudiantes

En conclusión, el impacto psicológico y social que enfrentan las estudiantes universitarias en situación de maternidad revela una compleja red de factores interpersonales y estructurales que inciden directamente en su bienestar emocional. Tal como se ha analizado, el apoyo social actúa como un amortiguador fundamental ante el estrés, mientras que la percepción de estigmatización agrava la experiencia subjetiva de exclusión y desvalorización.

Esta tensión entre protección y vulnerabilidad se expresa con particular intensidad en contextos de alta exigencia académica y roles maternos no planificados. En este sentido, Viteri Bazante (2012) sostiene que los procesos de conocimiento no pueden comprenderse de manera escindida de la afectividad, ya que la dimensión emocional está implicada en la estructuración del pensamiento y en la forma en que las personas enfrentan su realidad. Desde esta perspectiva, reconocer la articulación entre emoción y cognición permite abordar el malestar psicológico no solo como un fenómeno individual, sino también como una experiencia situada en relaciones sociales, roles culturales y estructuras educativas que deben transformarse para favorecer procesos de aprendizaje significativos y bienestar integral.

### **3.1.2. Estrés Académico**

#### ***3.1.2.1. Manifestaciones Físicas y Psicológicas***

El malestar psicológico se manifiesta de diversas formas, tanto a nivel físico como emocional, afectando la calidad de vida y el rendimiento académico de los estudiantes universitarios. Aunque en ocasiones estas manifestaciones pueden ser sutiles, representan señales clave del sufrimiento subjetivo que atraviesa la persona. Reconocerlas de manera oportuna es esencial para establecer estrategias preventivas eficaces. Espíndola et al. (2006) señalan que “las manifestaciones clínicas del malestar psicológico son fenomenológicamente iguales a las manifestaciones patológicas propias de los trastornos mentales, el contexto y la etiología del conflicto son enteramente distintos”. Esta distinción implica que, aunque los síntomas puedan parecer similares a los de un trastorno mental, muchas veces se originan en factores contextuales o transitorios que no necesariamente constituyen una psicopatología formal.

Entre las manifestaciones físicas más comunes del malestar psicológico se encuentran los trastornos del sueño, dolores musculares, fatiga crónica, problemas gastrointestinales y

alteraciones en el apetito. Estas condiciones han sido observadas con frecuencia en estudiantes universitarios que se enfrentan a una carga académica intensa. Estudios realizados por Herrera y Morillo (2022), en contextos universitarios del Ecuador, evidencian que el estrés académico sostenido provoca alteraciones fisiológicas que comprometen el bienestar físico de los estudiantes, afectando su capacidad para sostener rutinas saludables.

Desde la perspectiva psicológica, el malestar se expresa a través de síntomas como dificultad para concentrarse, irritabilidad, pérdida de interés por actividades placenteras, sentimientos de desesperanza, baja autoestima e incluso aislamiento social. Según Ríos y Zambrano (2021), estos síntomas son indicativos de un deterioro en el bienestar emocional, el cual, si no es abordado a tiempo, puede derivar en estados más graves como la ansiedad o la depresión. La retroalimentación entre lo físico y lo emocional puede generar un círculo vicioso que intensifica el malestar si no se aplican intervenciones adecuadas.

En el entorno universitario, múltiples factores actúan como detonantes del malestar psicológico. La presión constante por el rendimiento académico, la falta de redes de apoyo, los problemas económicos y las altas expectativas personales pueden convertirse en cargas significativas. De acuerdo con la Secretaría de Educación Superior, Ciencia, Tecnología e Innovación (SENESCYT, 2021), uno de los principales desafíos en la educación superior en Ecuador es brindar un entorno educativo que contemple la salud mental como un componente fundamental para el desarrollo integral del estudiante.

Reconocer tempranamente estas manifestaciones permite no solo frenar su agravamiento, sino también activar recursos personales y comunitarios de afrontamiento. Estrategias como la psicoeducación, la práctica del mindfulness, el acompañamiento psicológico y la promoción de estilos de vida saludables han mostrado eficacia en la mejora del bienestar emocional de los estudiantes. Según la Universidad de Cuenca (2022), los

programas de intervención en salud mental han logrado reducir niveles de ansiedad y estrés en estudiantes de pregrado, promoviendo una mayor resiliencia frente a las exigencias del entorno académico.

### ***3.1.2.2. Estresores Académicos***

El estrés ha sido ampliamente abordado por la psicología como una respuesta adaptativa que surge cuando las demandas del entorno exceden los recursos del individuo para enfrentarlas. Esta respuesta incluye componentes cognitivos, emocionales y fisiológicos que permiten comprender por qué ciertas situaciones, como las académicas, generan altos niveles de tensión. En el ámbito universitario, este fenómeno es especialmente común entre jóvenes y adultos en formación, quienes están expuestos a múltiples exigencias simultáneas. Reyes, Téllez y Martínez (2021) definen los estresores académicos como “las circunstancias relativas al entorno del estudio universitario que producen estrés”. Esta definición resalta que no es el entorno en sí el que genera el estrés, sino la forma en que este es interpretado como una amenaza al bienestar o al rendimiento académico.

Para comprender mejor esta dinámica, resulta útil recurrir al modelo transaccional del estrés y afrontamiento propuesto por Lazarus y Folkman (1984). Esta teoría sostiene que el estrés no es una respuesta automática, sino un proceso que depende de la evaluación subjetiva que realiza la persona sobre la situación que enfrenta. Según este modelo, una situación se convierte en estresante solo si el individuo la percibe como un desafío, una amenaza o una pérdida, y considera que no cuenta con los recursos suficientes para afrontarla. Esta perspectiva explica por qué el estrés académico se presenta cuando los estudiantes perciben que las demandas del entorno educativo exceden su capacidad de respuesta (Lazarus y Folkman, 1984, citado por Morales, 2020).

Los estresores académicos se clasifican en dos grandes grupos: internos y externos. Los estresores internos están relacionados con las características psicológicas del estudiante, tales como la autoexigencia, el perfeccionismo, la inseguridad o la baja autoestima. Estas variables suelen estar influenciadas por creencias personales y expectativas irreales sobre el rendimiento, lo que genera frustración ante los errores y reduce la tolerancia al fracaso. Tal como afirman Supe (2023), los estudiantes con niveles elevados de autoexigencia suelen experimentar mayor ansiedad ante los exámenes, incluso cuando su desempeño académico es satisfactorio. Es decir, estos estresores no se originan necesariamente en el entorno educativo, sino en la interpretación personal que el estudiante hace de sus propias capacidades.

Por otro lado, los estresores externos provienen directamente del contexto institucional. Estos incluyen la sobrecarga de tareas, la presión por obtener buenas calificaciones, la falta de apoyo académico, la competencia entre compañeros o la escasa comunicación con docentes. Según Jiménez y Moreira (2024), en el contexto universitario ecuatoriano, estos factores son percibidos por los estudiantes como obstáculos significativos para su desempeño y bienestar, especialmente cuando se acumulan en periodos de alta exigencia como exámenes o cierre de semestre.

En síntesis, el nivel de estrés académico no solo depende de la existencia de estresores, sino también de la percepción que el estudiante tenga sobre estos y de sus estrategias de afrontamiento. Es por ello por lo que el modelo transaccional sigue siendo una herramienta útil para entender la experiencia universitaria en relación con el estrés. Desde esta perspectiva, promover habilidades de afrontamiento adecuadas y generar entornos educativos menos amenazantes puede ser clave para reducir los efectos negativos del estrés académico en la salud mental de los estudiantes.

### ***3.1.2.3. Estrategias de Afrontamiento***

A lo largo de la vida, las personas enfrentan diversas situaciones que generan malestar emocional, tensión y ansiedad. Estas experiencias pueden estar asociadas a eventos personales, escolares, familiares o incluso a pérdidas significativas que afectan el bienestar psicológico, físico y social. En este contexto, las estrategias de afrontamiento cobran relevancia, pues permiten a los individuos adaptarse a las demandas del entorno. Según Morales (2020), el afrontamiento es un conjunto de respuestas cognitivas y conductuales utilizadas para manejar las exigencias internas o externas que son percibidas como desbordantes o amenazantes.

Desde un enfoque teórico, uno de los aportes más significativos proviene de Richard Lazarus y Susan Folkman, quienes desarrollaron el modelo transaccional del estrés y el afrontamiento. Este modelo plantea que el estrés no es simplemente una reacción automática del organismo, sino un proceso dinámico de evaluación cognitiva sobre una situación percibida como desafiante o amenazante (Lazarus y Folkman, 1984). En consecuencia, el afrontamiento se convierte en un proceso cambiante, adaptativo y altamente influenciado por las características del estresor y las capacidades individuales. En palabras de Morales (2020), “las estrategias de afrontamiento se definen como el proceso dinámico de intentar reducir o eliminar los estresores a través de respuestas cognitivas o de comportamiento” (p. 188).

Estas estrategias se clasifican comúnmente en dos categorías principales. Por un lado, está el afrontamiento centrado en el problema, que implica actuar directamente sobre la situación estresante para modificarla o eliminarla. Este tipo de afrontamiento suele emplearse cuando la persona percibe que tiene control sobre el estresor, recurriendo a herramientas como la planificación, la toma de decisiones o la búsqueda activa de soluciones. Por otro lado, se encuentra el afrontamiento centrado en la emoción, que busca reducir el impacto emocional del estresor cuando este se percibe como incontrolable. Según Muñoz y Gómez (2021), este

tipo de afrontamiento permite disminuir la angustia sin intervenir directamente sobre el problema, siendo común en contextos de pérdida o situaciones crónicas.

Además de estas dos categorías, diversas investigaciones han identificado estrategias específicas como la evitación, la negación, la descarga emocional o la búsqueda de apoyo social. La elección y efectividad de estas estrategias dependen de múltiples factores como la personalidad, la edad, la cultura o las experiencias previas. Tal como señala Pérez (2019), las personas que desarrollan habilidades de afrontamiento flexibles tienden a mantener relaciones sociales más saludables y presentan mayor resiliencia frente a los desafíos.

Por su parte, el afrontamiento no es una cualidad innata, sino una capacidad que puede desarrollarse y fortalecerse mediante procesos de formación emocional, acompañamiento psicológico y prácticas de autocuidado. En este sentido, instituciones de educación superior en Ecuador, como la Universidad Técnica de Ambato, han implementado programas de fortalecimiento emocional que incluyen técnicas de mindfulness, psicoeducación y entrenamiento en habilidades sociales, con el fin de dotar a los estudiantes de herramientas que les permitan gestionar el estrés de manera saludable (UTA, 2022).

Desde esta perspectiva, las estrategias de afrontamiento se entienden no solo como mecanismos de reacción, sino también como herramientas de prevención. Fomentar su desarrollo puede ayudar a las personas a prepararse para enfrentar futuros estresores de forma más efectiva, contribuyendo así a su bienestar psicológico y social a lo largo del tiempo.

#### ***3.1.2.4. Impacto en el Bienestar y Rendimiento Académico***

Uno de los principales retos que enfrentan los estudiantes universitarios es alcanzar un equilibrio entre su bienestar personal y su rendimiento académico. Ambas dimensiones están íntimamente vinculadas, ya que el estado emocional y psicológico de una persona puede

potenciar o limitar sus capacidades cognitivas, sociales y conductuales necesarias para enfrentar las exigencias académicas. De acuerdo con Araoz et al. (2020), la comprensión de esta relación es fundamental para diseñar estrategias de acompañamiento que favorezcan el desarrollo integral del estudiante, y no solo su éxito académico.

El bienestar, entendido de forma integral, abarca aspectos psicológicos, emocionales, sociales y físicos. Meléndez et al. (2018), citados por Araoz et al. (2020, p. 56), definen el bienestar como “el grado en que una persona está funcionando plenamente”, lo cual implica no solo la ausencia de malestar, sino la activación positiva de recursos internos para enfrentar la vida cotidiana con eficiencia. En esta línea, Cassaretto y Martínez (2016), también citados por Araoz et al. (2020, p. 56), sostienen que “el bienestar está relacionado con el placer y la felicidad; vale decir, al balance entre las emociones placenteras y displacenteras y al grado de satisfacción con la vida”. Esta definición enfatiza la naturaleza subjetiva del bienestar, que no depende exclusivamente de factores externos, sino también de la percepción que cada persona tiene de su realidad.

Desde esta perspectiva, un estudiante que experimenta emociones positivas, que se siente satisfecho con su vida y que dispone de un entorno que respeta su bienestar emocional, tiene mayores probabilidades de mantener la concentración, organizar su tiempo, tomar decisiones efectivas y sostener la motivación frente a los retos académicos. Así, el bienestar no solo es deseable desde un punto de vista humanista, sino también estratégico, pues influye directamente en el rendimiento académico.

Respecto al rendimiento académico, Yumán et al. (2020, p. 5) lo definen como “la evaluación del conocimiento adquirido en el ámbito escolar, terciario o universitario”. Esta definición se vincula con la medición de logros a través de calificaciones y evaluaciones. Sin embargo, los mismos autores amplían el concepto al plantear que el rendimiento académico

también es “una medida de las capacidades del alumno que expresa lo que está aprendiendo a lo largo del proceso formativo”, lo cual implica considerar factores personales y contextuales como la motivación, el entorno educativo y las relaciones sociales.

Diferentes investigaciones realizadas en universidades ecuatorianas han demostrado que los estudiantes que presentan niveles adecuados de bienestar emocional tienen un mejor rendimiento académico. Según González y Almeida (2021), los estudiantes con mayor bienestar psicológico manifiestan mayor disposición para el aprendizaje, mejores habilidades de afrontamiento y mayor permanencia en sus carreras. En contraste, quienes experimentan ansiedad, depresión o altos niveles de estrés tienden a presentar dificultades para procesar información, mantener la atención o conservar la motivación.

Además, la percepción de apoyo y valoración dentro del entorno educativo refuerza la autoconfianza y la autoestima del estudiante. Un entorno respetuoso, inclusivo y que reconozca las capacidades del estudiante favorece no solo su desempeño académico, sino su estabilidad emocional. No obstante, también es necesario destacar que cuando el rendimiento académico se convierte en la única fuente de validación personal, puede surgir una sobrecarga emocional. Esto, como advierte la Universidad Andina Simón Bolívar (2022), puede llevar al estudiante a asumir exigencias desproporcionadas y experimentar altos niveles de frustración ante cualquier dificultad.

#### **IV. Objeto de la intervención o de la práctica de investigación/intervención**

En la presente investigación tiene como objeto enfocarse en las vivencias cotidianas de estrés académico de las estudiantes universitarias madres que se encuentran en instituciones de educación superior de Quito, durante el período lectivo 2024-2025. Para ello se realizará un análisis de tres aspectos específicos de la experiencia como lo es la reorganización de la rutina

diaria aquí se considera el ajuste horario para sobrellevar los estudios, cuidado infantil y en algunos casos sus actividades laborales.

Por otro lado, también se consideran las fuentes y manifestaciones del estrés académico para lo cual se identifican los desencadenantes como lo son la carga de tareas, trabajos en grupo, exámenes y sus efectos emocionales y físicos. Otro de los aspectos considerados son los recursos de apoyo y estrategias de afrontamiento en donde se investiga sobre las redes familiares, institucionales que les brindan apoyo en sus tareas cotidianas.

Con lo antes mencionado y la revisión bibliográfica se muestra que el estrés académico en las madres se asocia a cargas de estudio, pero cuando se cruza con la responsabilidad parental se intensifica, ya que las demandas del rol materno compiten de manera permanente con las exigencias universitarias (Lazarus y Folkman, 1984; Arriagada, 2006). En Quito, la falta de rutas de apoyo institucionalizadas agrava el conflicto de roles y potencia la sensación de aislamiento y urgencia, lo que puede derivar en baja motivación, ausentismo y abandono.

## **V. Metodología**

### **5.1 Enfoque y tipo de investigación**

Para el desarrollo de la presente investigación se considerará un enfoque cualitativo con soporte complementario cuantitativo. Es decir, cualitativo debido a que se basa en la necesidad de lograr comprender las vivencias personales de las madres universitarias, y cuantitativo y que se hará la medición de aspectos relacionados con el estrés académico, tal como lo indica Herrera (2008) que la investigación cualitativa tiene un carácter interpretativo y una apertura en diferentes disciplinas, esto ayudará a abordar la realidad de la vida y el día a día de las madres universitarias.

El estudio se va a centrar en la comprensión de la vida de las madres universitarias tanto en un contexto académico como familiar, para entender cómo las responsabilidades académicas, maternas y la falta de apoyo institucional perjudican en su bienestar emocional y su rendimiento académico.

Como objetivo se tiene detallar cuáles son las impresiones y las experiencias individuales de las madres universitarias basándose en el estrés académico y la maternidad temprana, lo que ayudará a determinar cuáles son los factores de estrés y las estrategias para afrontarlo día a día. La recolección de datos cualitativa del trabajo permitirá obtener el porcentaje de madres universitarias y sus niveles de estrés, así como las estrategias que usan las participantes e investigar cuál es la dificultad personal y académica.

Como punto de partida para la investigación se trabajarán los conceptos en base al estrés académico y la maternidad temprana, mediante un análisis de varios estudios en el contexto ecuatoriano y latinoamericano. En el análisis teórico se creará un marco conceptual que dirija tanto la recolección como la interpretación de los datos, lo que ayudará a conectar la información que

se obtendrá en el contexto. En este procedimiento se podrán identificar las áreas que se relacionen con el nivel de estrés académico, estrategias de afrontamiento y factores de riesgo que enfrentan las madres universitarias.

Después de la revisión bibliográfica, se procederá con la aplicación de una entrevista no estructurada, para obtener información a través de una conversación fluida. Las preguntas a utilizarse serán abiertas sin un guion fijo de preguntas, sino que se dejará que la conversación fluya de manera espontánea y flexible que permitirán a las encuestadas expresarse con mayor libertad. En este tipo de entrevista se puede integrar los datos a través de un diseño complementario en paralelo ya que se recogen datos cualitativos y cuantitativos al mismo tiempo, de forma independiente, y luego se integran en el análisis.

Como complemento se utilizará la escala de percepción del estrés (EPP) de Cohen et al. (1983) debido a que esta permite detallar sobre la información cuantitativa y cualitativa de la vida y la percepción individual de las madres universitarias. Como menciona Pedrero et al. (2015) la escala de estrés percibido es "un instrumento que estima el grado en que las situaciones de la vida son valoradas como estresantes por las personas".

Luego se determinarán los criterios inclusivos y exclusivos para ayudar a distinguir a las estudiantes participantes, los cuales serán considerados en la población de estudio. Como criterios de inclusión se considerará el grupo etario, el estatus universitario, tener por lo menos un hijo menor de edad y estar de acuerdo en participar en el estudio. Como criterio de exclusión se tendrá a las estudiantes universitarias fuera del rango etario, o que no tienen hijos a su cargo y el no querer participar en el estudio. También se considerará una selección de casos que va a representar los niveles de apoyo institucional, la carga académica y el contexto socioeconómico.

Para el muestreo se definirá el de casos tipo, ya que es una técnica de muestreo no probabilístico muy utilizada en investigaciones cualitativas como señala Ames et al. (2019; citado

en Reales, 2022) es "seleccionar casos que representen o reflejen con fidelidad lo "típico" o "normal" dentro del fenómeno que se estudia" (p. 4). Este tipo de muestreo permite captar la mayor variedad posible de perspectivas, experiencias o contextos dentro de un fenómeno de estudio.

Lo que deja a las participantes que expresen la situación en la que viven desde su perspectiva y en sus propias palabras. La información que se recolectará se analizará y se categorizará con el uso de técnicas de análisis, contenido y procedimientos descriptivos. Para tener una conexión metodología y lograr generar un análisis integral de las madres universitarias, complementándolo con datos obtenidos de las entrevistas y de la escala de estrés percibido.

La metodología que se utilizará permitirá crear una reflexión sobre la maternidad temprana y el estrés académico en estudiantes universitarias de Quito, a partir de las políticas públicas de educación y salud, continuando con el análisis de las condiciones institucionales y llegar a las experiencias individuales de las madres en su vida académica. El resultado permitirá realizar un análisis multidimensional de las madres universitarias dentro de los desafíos que pueden exponerlas en su formación profesional.

En definitiva, la propuesta metodológica que guía esta investigación reconoce la complejidad del fenómeno estudiado —el estrés académico en madres universitarias— y responde con un diseño flexible, complementario y situado. La articulación entre el enfoque cualitativo y el soporte cuantitativo permitirá obtener una comprensión integral, que recupere tanto los significados personales como los indicadores medibles del malestar emocional. Esta estrategia responde a una perspectiva epistemológica que concibe el conocimiento no como una acumulación de datos, sino como una construcción situada, crítica y comprometida con las realidades vividas de los sujetos. Como afirman Viteri Bazante y Sanmartín García (2025), toda intervención psicosocial rigurosa requiere partir de fundamentos epistemológicos sólidos que

reconozcan las condiciones históricas, culturales y políticas en las que emergen las experiencias humanas.

### **5.1.1 Justificación del enfoque cualitativo**

Para el presente estudio se adoptará un enfoque cualitativo debido a que busca comprender en profundidad las experiencias subjetivas de las estudiantes universitarias que son madres a edades tempranas, específicamente en relación con el significado que le atribuyen al estrés académico dentro de sus contextos personales, sociales y educativos. Tomando en cuenta que se parte de la perspectiva de los actores en su entorno, es decir las estudiantes madres en universidades de Quito, de ahí que se pretenderá establecer un análisis conceptual de cómo la maternidad temprana influye en su rendimiento académico y bienestar emocional.

Desde esta perspectiva, el enfoque cualitativo permitirá acceder a una interpretación contextualizada del fenómeno, reconociendo que “el estrés académico no es una realidad fija o universal, sino una construcción subjetiva influida por factores como el rol materno, las expectativas sociales, las dinámicas familiares, y las políticas institucionales” (Águila et al., 2023). Esta interpretación se fundamenta en una lógica hermenéutica, que busca comprender el sentido de las experiencias desde las voces y perspectivas de las propias participantes, en lugar de imponer categorías externas o generalizaciones estadísticas.

Dado que el estrés académico no se manifiesta de forma homogénea y su interpretación puede estar influenciada por factores como el apoyo familiar, la situación económica, la estructura institucional o el contexto cultural de Quito, el enfoque cualitativo permitirá captar esta complejidad contextual y diversidad de significados. Como lo menciona Barriga (2003) el objeto de estudio es "lo que quiero saber; es el recorte de la "realidad" que quiero aprehender de una forma científica" (p.4).

Además, este tipo de investigación favorecerá la voz activa de las participantes, promoviendo una comprensión más humana y empática del fenómeno, lo que contribuirá al diseño de políticas y estrategias de acompañamiento más pertinentes dentro de las instituciones de educación superior. Los hechos académicos tienen que ser interpretados en el contexto en el que se desarrolla, tomando en cuenta que la interacción del día a día de las estudiantes son activas y demandantes como resultado de la maternidad temprana y de los desafíos universitarios. "En los estudios cualitativos relativos a la enseñanza son, básicamente, las personas, los comportamientos, significados y contextos" (Quecedo y Castaño, 2002, p. 16).

En la investigación se describirá el contexto y se comprenderá desde las propias palabras de las estudiantes el cómo la maternidad temprana tiene un gran impacto en su vida universitaria, los tiempos y la salud emocional. Se buscará tomar las percepciones y las narrativas de las madres universitarias para lograr entender su experiencia educativa y personal. Logrando así comprender como equilibran los roles y a su vez identificar cuáles son las necesidades para poder proponer estrategias de apoyo para promover su éxito y la permanencia académica.

En síntesis, la adopción de un enfoque cualitativo en el presente estudio no solo responde a la naturaleza subjetiva y contextual del fenómeno investigado —el estrés académico en estudiantes universitarias madres—, sino que también se alinea con una concepción crítica y formativa de la investigación psicológica. Este enfoque permite comprender las experiencias de las participantes desde su propia voz, reconociendo las condiciones estructurales, culturales y afectivas que configuran sus trayectorias educativas y maternas. Tal como afirman Bravo Muñoz, Vivas Herrera y Sarmiento Quiñones (2025), la investigación cualitativa constituye una vía esencial para el desarrollo de competencias profesionales que integren lo humano, lo ético y lo reflexivo en la práctica psicológica. En este sentido, investigar desde lo cualitativo no implica solamente elegir un método, sino asumir una postura comprometida con la

comprensión profunda del sujeto y con la transformación de las realidades que atraviesan su experiencia.

### **5.1.2 Alcance interpretativo y exploratorio**

El alcance de la investigación es exploratorio e interpretativo, debido a que ayudará a comprender cómo el estrés académico se encuentra en la maternidad temprana en estudiantes universitarias de Quito. Al no existir suficientes investigaciones previas que aborden este fenómeno, es necesario hacer una investigación exploratoria que permita identificar categorías emergentes, patrones de sentido y dimensiones ocultas, propias del enfoque cualitativo.

Desde una perspectiva interpretativa, se asume que las experiencias de estrés no pueden entenderse únicamente desde una perspectiva objetiva o generalizable, sino que más bien requieren una lectura hermenéutica, a través de una interpretación profunda de los relatos, emociones y significados que las participantes construyen mediante sus experiencias cotidianas al ser madres y estudiantes con las mismas responsabilidades académicas de sus compañeros y adicionando su responsabilidad de madres.

Con el fin de articular un enfoque cualitativo y enriquecer la comprensión del estudio, se incorporará el uso de una escala cuantitativa mediante la cual se pueda obtener una aproximación general al nivel de estrés percibido en las estudiantes que participaran en la investigación. Esta escala no buscará reemplazar la narrativa subjetiva, sino complementarla, a través de una dimensión comparativa que permitirá identificar tendencias entre lo que las estudiantes dicen numéricamente y lo que expresan en sus relatos.

Con esto se puede asumir que la integración de la medición cuantitativa con el análisis interpretativo de las narrativas permitirá un proceso de triangulación de datos, en el que los resultados numéricos se confrontarán y enriquecerán con los relatos de las estudiantes. Esta

articulación contribuye a una comprensión más integral, al vincular la intensidad del estrés con sus características, así como con sus causas, efectos y estrategias de afrontamiento mediante su interpretación.

En base a lo expuesto, el alcance exploratorio permitirá descubrir dimensiones poco estudiadas, mientras que el enfoque interpretativo proporcionará profundidad al análisis de sentido. La incorporación de la escala cuantitativa aportará un punto de referencia que fortalecerá la consistencia del análisis y favorecerá el diálogo entre lo objetivo y lo subjetivo en la experiencia del estrés académico en estudiantes madres en la edad y características del estudio.

## **5.2 Diseño de la investigación**

### **5.2.1 Estudio de casos múltiples**

La investigación se fundamentará mediante un estudio de casos múltiples, que ayudará a comprender la relación entre el estrés académico y la maternidad temprana en estudiantes universitarias de Quito. Mediante este enfoque se iniciará con el estudio de la experiencia de 10 casos para poder identificar lo común y lo diferencial tomando en cuenta una interpretación desde realidades socioeconómicas, familiares y académicas.

Para ello se considera un diseño de investigación cualitativa basado en el estudio de casos múltiples, ya que su objetivo es explorar e interpretar en profundidad las experiencias individuales de estudiantes universitarias que atraviesan procesos de maternidad temprana mientras cursan estudios superiores, enfocándose en el significado que otorgan al estrés académico en sus contextos personales, familiares e institucionales.

El diseño de casos múltiples permite “analizar varias unidades de estudio de forma individual y comparativa, reconociendo tanto la singularidad de cada experiencia como los posibles patrones comunes entre los casos” (Jiménez y Comet, 2022). Esta estrategia fortalecerá

la validez analítica y la riqueza interpretativa, al permitir observar cómo se manifiesta el estrés académico distintos contextos, carreras, niveles socioeconómicos o tipos de apoyo familiar e institucional.

Es importante considerar que cada caso constituirá una unidad holística que se analizará en profundidad, recogiendo narrativas, percepciones y significados a través de entrevistas semiestructuradas. Posteriormente, se comparan los casos para identificar regularidades, contrastes o dimensiones compartidas, que aporta una comprensión más amplia del fenómeno sin perder la perspectiva situada.

Se considera que este diseño es pertinente para estudios que abordan fenómenos complejos, sensibles y subjetivos, como lo es la doble condición de ser estudiante y madre en etapa temprana. Además, responde al interés por comprender cómo diferentes mujeres construyen el significado del estrés académico desde sus propios marcos de referencia, bajo condiciones Quito.

De esto se concluye, que el estudio de casos múltiples permite profundizar en el fenómeno desde distintas perspectivas individuales, generar categorías analíticas sólidas y producir conocimiento contextualizado, útil tanto para la comprensión académica como para la formulación de políticas de apoyo en instituciones de educación superior (Jiménez y Comet, 2022).

Para la construcción de la unidad de análisis se debe comprender que el objetivo de la investigación es conocer los niveles de estrés académico de las estudiantes universitarias que son madres jóvenes, analizando sus experiencias y estrategias de afrontamiento. Una vez entendido el objetivo se procede a construir el estudio, iniciando con 10 casos de análisis conformados por madres universitarias que cumplan con los criterios de inclusión como lo es tener por lo menos un hijo a su cargo, ser estudiante activa y estar de acuerdo con el estudio.

### **5.2.2 Temporalidad transversal**

La investigación adoptará una temporalidad transversal, es decir los datos se recopilarán en un único momento, durante el año 2025. Esta metodología permitirá capturar una visión actualizada sobre la situación de las estudiantes universitarias que enfrentan simultáneamente el estrés académico y la maternidad temprana en universidades públicas y privadas de Quito.

Se considerará una temporalidad transversal, ya que buscará comprender cómo experimentan el estrés académico, en un momento específico del tiempo, un grupo de estudiantes universitarias madres jóvenes que enfrentan simultáneamente las exigencias de la maternidad temprana y la vida académica. Al tratarse de un diseño de casos múltiples, esta temporalidad permite analizar de manera simultánea y comparativa las experiencias actuales de diferentes participantes, sin necesidad de hacer un seguimiento longitudinal.

La elección de una temporalidad transversal se justifica además por el contexto post pandemia de COVID-19, ya que esta causó grandes cambios en la dinámica educativa, familiar y emocional de los estudiantes universitarios. Este contexto ofrece un marco relevante y delimitado para explorar cómo las estudiantes madres han resignificado el estrés académico tras el retorno a la presencialidad, los ajustes institucionales, y la reconfiguración de sus responsabilidades domésticas, laborales y académicas.

La transversalidad permite interpretar el momento presente, donde emergen tensiones, estrategias de afrontamiento, narrativas de resiliencia o vulnerabilidad que están siendo vividas en el ahora, sin enfocarse en la evolución temporal de estas experiencias. De este modo, se obtiene una visión rica y detallada para el estudio, tal como se manifiesta en el contexto actual.

## **5.3 Población y muestra**

### **5.3.1 Definición de la población**

La población objetivo de estudio está compuesta por estudiantes universitarias de entre 18 y 25 años que cursan sus estudios en instituciones de educación superior públicas y privadas de la ciudad de Quito, y que se encuentran enfrentando la maternidad temprana. Esta población se considera vulnerable debido a los desafíos que supone equilibrar las responsabilidades académicas y las obligaciones familiares. Para enriquecer el análisis también se tomará en cuenta la diversidad de modalidades educativas ya sea presencial, virtual o híbrida. Las cuales afectan las experiencias académicas de estas jóvenes madres, así como los recursos de apoyo disponibles en las universidades.

### **5.3.2 Criterios de inclusión y exclusión**

Como criterios de inclusión para este estudio se utilizan aquellos que responden a la necesidad de seleccionar participantes que compartan características clave con el tema de estudio, lo que ayudará a garantizar la relevancia, coherencia y profundidad del análisis cualitativo.

- Ser estudiante universitaria entre 18 y 25 años: se considera este rango etario ya que responde a la definición de maternidad temprana dentro del enfoque de la adultez emergente según la OMS (2024) ya que es una “etapa en la que las jóvenes aún están construyendo su identidad académica, profesional y personal” (p. 53). De ahí que considerar a mujeres en esta franja permite explorar cómo el estrés académico se experimenta en una fase de transición hacia la adultez, donde las demandas de la maternidad pueden tener un impacto significativo en el desarrollo educativo y emocional.

- Estar matriculada en una universidad pública o privada de la ciudad de Quito: este criterio ayuda a incluir a las participantes que estén activamente involucradas en el sistema de educación superior y compartan un entorno académico común como lo es el lugar de estudio que es Quito, esto permite que se analicen factores institucionales, culturales y territoriales y como estos influyen en la experiencia del estrés académico y la conciliación con la maternidad.
- Haber experimentado la maternidad temprana (tener al menos un hijo): este requisito garantiza que las participantes tengan experiencia directa en la crianza, lo que es esencial para comprender el tema de estudio desde una perspectiva vivencial. Tener al menos un hijo permite explorar cómo la maternidad impacta de forma concreta en la vida académica, emocional y organizativa de estas mujeres jóvenes.
- Participar de manera voluntaria en el estudio: el contar con participantes voluntarias para el estudio se considera como un principio ético fundamental debido a que garantiza la autonomía, el consentimiento informado y la disposición genuina de las participantes a compartir sus experiencias personales. Esto también contribuye a la calidad y autenticidad de los relatos recolectados, esenciales en estudios de tipo cualitativo e interpretativo.

Una vez justificados cada uno se procede a mostrar los criterios de inclusión y exclusión definidos para la selección de la muestra en esta investigación son:

**Criterios de inclusión:**

- Ser estudiante universitaria entre 18 y 25 años.
- Estar matriculada en una Universidad pública o privada de la ciudad de Quito.
- Haber experimentado la maternidad temprana (tener al menos 1 hijo).

- Participar de manera voluntaria en el estudio.

### **Criterios de exclusión**

- Estudiantes universitarias que no son madres.
- Madres universitarias menores de 18 años o mayores de 25 años.
- Estudiantes que no deseen participar voluntariamente en el estudio.

Al tratarse de un tema delicado dentro del área de estudio como la maternidad temprana y el estrés académico, es fundamental para proteger a las participantes y garantizar la ética de la investigación. Se considera un consentimiento informado en el cual se lo dará a cada entrevistada antes de iniciar con la recolección de la información. En esta se detallará el propósito del estudio, su participación voluntaria. Además, que se aclarará que su identidad no será revelada en ningún momento. Para su constancia se solicitará la firma, con la cual se aclara su participación en el estudio bajos términos antes mencionados.

Es importante dar a conocer que toda la información recogida será confidencial y se usará exclusivamente con fines académicos y de investigación. Es importante recalcar que se garantizará la confidencialidad de todas las participantes mediante el uso de seudónimos y la omisión de datos identificables. La información recogida será almacenada de forma segura y utilizada exclusivamente para fines académicos. Todas las participantes firmarán un consentimiento informado en el que se explicarán los objetivos del estudio, sus derechos, y las medidas de protección de su identidad.

### 5.3.3 Técnicas de muestreo por casos tipo

La investigación empleará una técnica de muestreo por casos tipo, seleccionando participantes que representen perfiles característicos dentro de la población de estudio. Una muestra de casos tipo se compone de "participantes, otros seres, objetos, procesos, colectividades o sucesos, de las cuales se habrán de recolectar los datos" (Hernández et al., 2014). De ahí que el muestreo por casos tipo se enmarcará dentro del paradigma cualitativo interpretativo, ya que tiene como finalidad seleccionar participantes que representen de manera clara el fenómeno de estudio, sin que necesariamente sean extremos o atípicos.

Con esto se puede focalizar el análisis en casos que entran con las características esenciales como lo es jóvenes entre 18 y 25 años, estudiantes activas, madres con hijos a su cargo y que cursan estudios universitarios en Quito. También facilitará la profundización en significados compartidos, sin perder de vista la individualidad de cada caso. Además de que contribuirá a identificar patrones comunes y construir categorías analíticas que emergen desde lo típico, es decir, desde experiencias que muchas otras mujeres en condiciones similares podrían estar atravesando.

De ahí se encuentra que es coherente con el enfoque de estudio de casos múltiples, ya que permitirá contrastar vivencias individuales dentro de un marco de características compartidas, enriqueciendo la interpretación sin buscar generalización estadística. En este contexto se establecieron los siguientes criterios para la selección:

- Madres universitarias con distintos niveles de avance académico.
- Estudiantes de diferentes universidades públicas y privadas de Quito.
- Madres jóvenes de distintas áreas de estudio.
- Participantes que enfrentan simultáneamente demandas académicas, laborales y familiares.

### **5.3.4 Tamaño y características de la muestra.**

Se considerará un enfoque cualitativo con un muestreo intencionado por casos tipo, donde el tamaño de la muestra no se determinará previamente en términos cuantitativos, sino en función del criterio de saturación teórica. Es decir, se continuará incorporando participantes hasta que la información recopilada deje de aportar nuevos datos relevantes y comiencen a presentarse repeticiones en los testimonios. Basándose en investigaciones cualitativas similares analizando la relación entre el estrés académico y la maternidad temprana.

Se estimará que inicialmente se trabajará con una muestra entre 5 a 10 madres universitarias. Para ello se toma como referencia la investigación sobre experiencias de maternidad en contextos educativos realizada por Zula (2024) sobre madres adolescentes en educación secundaria la cual contó con 8 participantes. Otra de las investigaciones a considerarse es la realizada por Reina et al. (2019) sobre “apoyo social en la maternidad indeseada de estudiantes universitarias ecuatorianas” en la cual se consideró 7 casos, de ahí que se ha demostrado que un número reducido de casos, seleccionados intencionadamente y analizados en profundidad, permite alcanzar saturación teórica.

Cabe señalar que en la investigación cualitativa el tamaño de la muestra puede ajustarse conforme avanza el proceso de recolección de datos. Como mencionan Crespo et al. (2007), en los estudios cualitativos casi siempre se emplean muestras pequeñas no aleatorias, esto no significa que los investigadores naturalistas no se interesen por la calidad de sus muestras, sino que aplican criterios distintos para seleccionar a los participantes.

Las características de la muestra buscarán reflejar la diversidad presente en la población objetivo considerando los aspectos mostrados en los criterios de inclusión y exclusión mostrados anteriormente como lo es la edad entre 18 y 25 años, el estatus académico, tener por lo menos un

hijo a su cargo, estatus académico y participar voluntariamente en el estudio adicional a esto es importante considerar los siguientes aspectos:

Diversidad en niveles de avance académico:
Estudiantes en etapas iniciales (primeros semestres).
Estudiantes en niveles intermedios (mitad de la carrera).
Estudiantes en etapas avanzadas (últimos semestres).
Representación de diferentes universidades:
Se incluirán participantes de universidades públicas y privadas de Quito.
Variedad en las áreas de estudio:
Estudiantes pertenecientes a distintas facultades y carreras universitarias.
Equilibrio de condiciones sociodemográficas:
Diversidad en edad dentro del rango de 18 a 25 años, estado civil y nivel socioeconómico.
Variedad en la modalidad educativa:
Participantes que cursan estudios en modalidad presencial, virtual e híbrida.
Diversidad en responsabilidades adicionales:
Estudiantes que además de ser madres, estudian y desempeñan actividades laborales.

Este proceso implicará realizar acercamientos cuidadosos a las universidades seleccionadas, comprendiendo las dinámicas administrativas y académicas propias de cada institución, para facilitar el contacto con las participantes de manera respetuosa y ética, asegurando su voluntariedad y confidencialidad en el proceso de investigación. Ya que mediante este se buscará una diversidad teórica controlada dentro del grupo seleccionado, atendiendo a factores como el tipo de carrera, nivel académico, estado civil, tipo de red de apoyo y condiciones laborales

o económicas, con el fin de capturar variaciones significativas del fenómeno sin perder el enfoque de casos tipo.

Mediante este tipo de muestreo se puede tener una mejor comprensión del tema de estudio. Esta estrategia permite una comprensión rica, situada y contextualizada del significado del estrés académico en madres universitarias jóvenes que enfrentan simultáneamente las exigencias del estudio universitario y la maternidad, dentro del marco sociocultural específico de la ciudad de Quito en el periodo post pandemia.

## **5.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos**

### **5.4.1. Entrevistas en profundidad**

Para comprender las experiencias y realidades de las estudiantes universitarias madres jóvenes frente al estrés académico, se utilizará la técnica de entrevistas en profundidad dentro del contexto educativo de Quito. Esta técnica cualitativa permitirá adentrarse en la percepción individual de las participantes sobre su vivencia de la maternidad temprana y las exigencias académicas.

La será considerada como un método de alta sensibilidad y poder para captar las experiencias y los significados vividos en el mundo cotidiano de las personas. Según Folgueiras (2016) la entrevista es “una técnica de recogida de información que además de ser una de las estrategias utilizadas en procesos de investigación, tiene ya un valor en sí misma”.

En este proceso se considerará que la entrevista no es únicamente un intercambio de información sino también un encuentro dialógico entre dos identidades. “Quien entrevista, debe intentar construir una situación que se asemeje a aquellas en las que las personas hablan naturalmente” (Díaz y Ortíz, 2005).

No solo se debe atender a los gestos, posturas, distancias y otras expresiones corporales, sino que también se debe construir la plática sobre la situación para obtener un buen diálogo con las participantes, reflejando así el mundo interno de las entrevistadas con relación a su experiencia como madres universitarias.

Así se reconoció que la entrevista implica interpretaciones profundas que trascienden las palabras dichas observando cómo las participantes viven su rol de madres jóvenes y estudiantes universitarias y cómo conceptualizan el equilibrio entre sus responsabilidades familiares y académicas. Esta mirada integral resultó clave para comprender las múltiples dimensiones del estrés académico en este grupo vulnerable.

Para explorar las experiencias y significados construidos por estudiantes universitarias madres frente al estrés académico, se empleará la entrevista como técnica principal de recolección de información. Debido a que este tipo de entrevista permite una interacción flexible, reflexiva y dialógica entre la investigadora y la participante, facilitando el acceso a las narrativas personales, emociones, vivencias y sentidos construidos en torno al fenómeno. (Águila et al., 2023)

Se optará por un formato semiestructurado, que combina la estructura mínima necesaria con la libertad de adaptación según las respuestas de cada entrevistada. El instrumento incluirá 10 preguntas principales, de las cuales:

Serán abiertas, con el fin de profundizar en las vivencias personales, promover el discurso libre y acceder a los significados subjetivos. Estas preguntas permiten a las participantes interpretar su propia realidad desde sus propias palabras, esto es clave en enfoques cualitativos interpretativos o hermenéuticos.

## VI. Preguntas clave

### 6.1. Diseño de la guía de entrevista

Para el diseño de la guía de entrevista se considera las variables que permitan la recolección de la información de acuerdo al tema de investigación que es “experiencias de estudiantes universitarias madres: significados del estrés académico en contextos de maternidad temprana en Quito”. Para ello se muestra las siguientes preguntas clave:

- ¿Cuál fue su edad al momento de convertirse en madre?
- ¿En qué universidad se encuentra estudiando?
- ¿Con quién vives actualmente?
- ¿Cuentas con red de apoyo para el cuidado del/de los hijo(s)?
- ¿Trabajas actualmente además de estudiar?
- ¿Podrías contarme cómo ha sido tu experiencia como madre joven mientras estudias en la universidad, como cambió tu rutina?
- ¿Su familia le apoyo al momento de tener a su hijo?
- ¿Cómo influye la presencia de su hijo para sus actividades académicas?
- ¿En algún momento te has sentido cansada y sin ganas de ir a clases o atender a tu hijo?
- ¿Cómo cambió tu rutina diaria desde que te convertiste en madre, cómo distribuyes tu tiempo?
- ¿Qué mecanismos has implementado para cuidar de tu salud física y mental, para que tus roles no te agobien?
- ¿Qué crees que debería hacer tu universidad para apoyar mejor a las estudiantes que también son madres?
- ¿Tus docentes han sido empáticos al momento de realizar actividades académicas?

## VII. Organización y procesamiento de la información

### 7.1. Guía de entrevista para madres universitarias

El objetivo es conocer las experiencias de estudiantes universitarias madres: significados del estrés académico en contextos de maternidad temprana en Quito. Las respuestas serán confidenciales y se utilizarán solo con fines de investigación.

**Tabla 1**

*Narrativas de madres universitarias*

Categorías	Dimensión	Indicador	Narrativas
Variable Maternidad Temprana	Experiencia materna	Cambios en su rutina diaria	“Mi rutina sí cambió drásticamente más en los horarios porque no puedo ahora desorganizarme ya que no pueden funcionar las cosas. Además, también debo de ver cómo me organizo mis deberes y todo eso, me tocó ajustar porque antes nunca tenía un horario específico” (Entrevistada 1). “La verdad es que sí cambió bastante porque el hecho de tener a alguien bajo tu cuidado amerita demasiada prioridad y el hecho de estar estudiando y trabajando ha cambiado las cosas completamente y mi vida ha tomado un giro demasiado grande.” (Entrevistada 2) “Pues fue un cambio muy grande porque de igual manera como hay que presentar trabajos en la universidad también tengo que ayudarle a mi hijo a hacer los deberes, entonces sí me desvelo muchísimo haciendo esas dos cosas.” (Entrevistada 4)

---

Prioridades

“El primer desafío, fue la necesidad de dinero porque para la universidad los pasajes y todo eso y también para mi hijo necesitaba para los pañales, la leche en polvo, la ropa no sabía de dónde sacar por eso tuve que conseguir un trabajo yo, porque antes cuando entré a la universidad no tenía ningún trabajo, sólo el apoyo era mi papá y sólo los dos vivíamos. Ahora mi pareja también trabaja y aporta porque necesitamos. También otro desafío para mí ha sido el cumplimiento de mis deberes en la universidad porque sí a veces es un poco pesado el organizarme también en los trabajos en grupo por lo que a veces las personas no entienden. Hay unas personas que, son cerrados de mente y piensan que uno tiene la culpa de traer hijos al mundo, pero a veces así es la vida y pasa así” (Entrevistada 1)

“El mayor desafío creo que es la carga que recae sobre ti, sobre todo cuando eres madre. Creo que para los chicos es un poco más fácil, dado que no se encargan de muchas cosas, pero al ser mujer, al ser madre, te toca afrontar muchas actividades, muchas responsabilidades que te hacen organizarte, organizar tu día y a veces te faltan las 24 horas. Creo que eso, la organización, el dividir tu tiempo para las tareas del hogar, para los hijos y para el negocio, y que te quede un poco de tiempo para poder estudiar es el desafío más grande que he tenido que enfrentar” (Entrevistada 5)

“Pues lo difícil es eso del tiempo porque como es una carrera algo complicada sí tengo que aprender y estar en constante estudio, pero así mismo lo que me preocupa es el tiempo que tengo que dedicarle a mi hijo” (Entrevistada 6)

“Yo creo que los horarios más que todo, ya que no siempre tengo disponibilidad para realizar tareas, trabajos” (Entrevistada 10)

---

Presencia de redes de apoyo familiar	<p>“Sí, sí recibí bastante apoyo después cuando recibí la noticia y después también recibí bastante apoyo de mi papá, de mi tía, de mi familia en sí” (Entrevistada 1)</p> <p>“No, yo me embaracé a los 18 años y estaba terminando mi etapa de adolescencia. Entonces sí se enojaron al principio, pero después ya me apoyaron” (Entrevistada 3)</p> <p>“Sí, gracias a Dios sí tuve el respaldo de, sobre todo, de mi esposo. Y para poder continuar estudiando, él creo que ha sido mi pilar fundamental para que yo pueda culminar esta etapa de mi vida. Y sí, mi familia también sí ha estado presente de una u otra manera cuando los he necesitado, así que creo, considero que he tenido una buena red de apoyo” (Entrevistada 5)</p> <p>“Al principio cuando se enteraron no lo tomaron de una buena manera, pero después me dejaron explicarles las cosas y pudimos llevar todo de una buena manera” (Entrevistada 7)</p>
Apoyo social	<p>“Sí, me hablaron sobre, becas y ayudas económicas que podía tener como madre soltera, también sobre una facultad ahí en la Universidad que es para lactancia, que me pueda ayudar a mí ahí para continuar mis estudios y todo eso. Y sí, sí recibí apoyo” (Entrevistada 1)</p> <p>“En la universidad hay un programa que se llama “Mamás Universitarias” yo tengo conocimiento de este, sin embargo, todavía no tengo la confianza de dejar a mi hijo al cuidado de este programa. Sin embargo, también la universidad ofrece bonos o becas para nosotras las mamás solteras, entonces, creo que es algo muy beneficioso para muchas de nosotras porque es un apoyo extra que nos dan y es algo muy bueno” (Entrevistada 2)</p> <p>“Bueno, como el tema es la distancia, realmente no se involucran mucho en estos temas, asumen que tú te organizas, pero son bastante flexibles cuando ha habido algún inconveniente o ha surgido algún problema, sí son bastante flexibles, la verdad. Pero como te indico, con</p>

	<p>esta distancia no ha habido la oportunidad realmente de poner a prueba ese tema. (Entrevistada 5)</p> <p>“No, pero sí hay lactarios en la universidad, aunque no los he ocupado ni necesitado de ellos, ya que mi madre es quien cuida de mi hijo”. (Entrevistada 10)</p>
Percepción de apoyo	<p>“Creo que un poco de flexibilidad en el horario y un poco de ayuda económica porque la carrera de arquitectura no es barata. Son cosas que comprar y también te lleva demasiado tiempo, más que todo cuando son proyectos finales entonces, creo que en la parte económica y en el tema de los horarios” (Entrevistada 2).</p> <p>“De parte de la universidad, pues que nos den más tiempo para entregar las tareas o que los plazos para estudiar cuando hacen exámenes sean con bastante tiempo de anticipación porque sí es difícil esa parte.” (Entrevistada 4)</p> <p>“Bueno, creo que me ayuda mucho el hecho de que nos envían las clases grabadas. Eso para mí es un apoyo fundamental de parte de la universidad. El hecho de que puedo revisar en cualquier momento, cuando no puedo asistir presencialmente a las tutorías, el tener a la mano la grabación, eso es un apoyo bastante grande para mí en el tema del estudio de distancia.” (Entrevistada 5)</p> <p>“Pues el apoyo del papá y de mi familia.” (Entrevistada 6)</p> <p>“Un poquito el apoyo de los padres sería en este caso de mi madre, pero como ella lo dice es mi responsabilidad ya que yo soy la madre.” (Entrevistada 8)</p>
Impacto en la vida académica	<p>Cuidado del “He aprendido la tolerancia, la paciencia y que ser madre es difícil, ahora he aprendido a valorar más el esfuerzo que es ser madre en estos momentos por todo lo que uno debe de</p>

---

sobrellevar en la carga, en el esfuerzo y el tiempo, la dedicación que yo debo de dar aquí en la casa también, el apoyo que doy, que debo de dar, porque yo sé que no es fácil para mi padre cuidar a mi hijo en estos momentos porque él también trabaja y ya tiene su edad también.” (Entrevistada 1)

“Lo que yo he aprendido y lo que valoro mucho es saber y dar a conocer que las etapas de la vida son muy importantes creo que nosotros tenemos que esperar cada etapa para hacer las cosas. También en cuanto a la carrera, es algo que me apasiona aprender tantas cosas, probar nuevas cosas dentro de la carrera es algo que me ha ayudado también de manera personal saber que estoy cumpliendo mis sueños y esperar terminar la carrera con éxito. También he descubierto las ganas que tengo y mi capacidad para poder no estar desconectada con mi hijo y con mis metas”. (Entrevistada 2)

“Que cualquier reto que te pongas en la vida es realmente alcanzable, todo es cuestión de pasión, dedicación y esfuerzo. Cuando aprendes a sobrellevar, asumir tu responsabilidad y aceptar tus retos y enfrentar tus miedos, es un poco más fácil alcanzar las metas.” (Entrevistada 5)

“He aprendido que mi hijo ahorita es mi fuente de inspiración y me motiva a seguir adelante y no rendirme. Es algo que me mantiene día a día motivándome a mí misma para ser alguien mejor y poderle brindar más adelante una buena oportunidad”. (Entrevistada 7)

“He aprendido que para todo hay tiempo, no debemos acelerarnos en ser padres si aún no tenemos como una profesión fija y algo que nos genere ingresos para poder sacar adelante a nuestros hijos.” (Entrevistada 8)

---

			<p>“Influye de manera positiva y un tanto conflictiva. En la manera positiva de que mi hijo es mi apoyo, mi sostén, por él yo salgo adelante, yo puedo salir adelante por mi hijo y debo de salir adelante porque yo quiero darle un futuro también a él después de yo graduarme y que vea que su mamá, a pesar de todo lo que ella está luchando, salió victoriosa, o sea tener mi título y después conseguir un trabajo. Y de la manera conflictiva diría que es en los tiempos que paso con estrés y él comienza a quejarse y a llorar y yo no puedo estar ahí poniéndole atención al 100% porque también tengo mis responsabilidades y eso es un conflicto para mí. Es muy cansado mentalmente, muy agobiante por decirlo así.” (Entrevistada 1)</p> <p>“Influye de manera positiva, creería yo, porque son el motor para que yo alcance las metas que me he propuesto con el objetivo de brindarles una mejor calidad de vida, aparte de que ellos tengan un ejemplo y no se limiten en sus sueños, en lo que ellos quieran convertirse en algún momento. Eso creo que es lo más importante para mí, que ellos tengan un buen ejemplo y me vean luchar por lo que quiero alcanzar en mi vida.” (Entrevistada 5)</p> <p>“Por un lado, es bastante complicado, pero él es muy querido deseado y el amor de una madre no va a cambiar. Sin embargo, sí es complicado manejar el tiempo, el amor con la carrera y mi hijo.” (Entrevistada 6)</p> <p>“Eso sí, ella ha sido el impulso para seguir adelante y para poder continuar con mis estudios. Yo creo que es la persona por la cual yo me sigo preparando.” (Entrevistado 9)</p>
Variable estrés académico	Fuentes estrés	de Sobrecarga académica	<p>“Sí, y creo que al ser en la carrera de arquitectura son bastantes cosas que aprender, bastantes cosas que hacer entonces a veces uno se frustra, se siente cansado, sobrecargado de tantas cosas. porque no solo es la carrera, sino también está el trabajo, saber qué necesita tu hijo,</p>

---

qué le hace falta, qué necesita a mi pequeño. Entonces es como de que a veces siento como que el estudio es demasiado”. (Entrevistada 2)

“Sí, demasiado. En los momentos en que los profes suben las tareas y ya te ponen a hacer una cosa o actividades en grupo, que tener que buscar a tus compañeros. Creo que eso sería un contra de las actividades en línea.” (Entrevistada 3)

“Sí, todo el tiempo en realidad. El hecho de que tienes que leer un montón de cosas y tienes que hacer tareas, a veces foros, a veces cuestionarios. Ha habido ocasiones en las que como que te juntan todas las tareas para una misma semana y ahí sí, sí, sí, la he visto bastante complicada.” (Entrevistada 5)

“Sí, a veces he sentido una sobrecarga que me estreso y me han dado ganas de llorar y no he sabido cómo manejar las cosas, pero tarde o temprano he encontrado una solución y he podido sobrellevar el tema.” (Entrevistada 7)

“Sí, a veces me estreso porque no sé si hacer los deberes, estudiar o ponerme a cuidar a la nena, porque la nena también demanda cuidado todo el tiempo.” (Entrevistado 9)

“Sí, casi siempre, ya que en la universidad siempre mandan demasiados trabajos, tareas en grupo y mis compañeros, como no llevan esta responsabilidad, no saben lo difícil que es para mí tener tiempo para poder conectarme a la hora que ellos quieren.” (Entrevistado 10)

---

Exigencia de los  
docentes

“Me he sentido estresada cuando son trabajos en grupo, cuando son deberes demasiado largos o llevan demasiado tiempo, que son más los deberes de memorizar y todas esas cosas, fueron en aquellos momentos que me sentí más agobiada, más cansada, porque en los trabajos en

---

		<p>grupo es, es como que hay personas que no ponen de su parte y que una debe de poner el doble de su parte para que a la final se termine realizando todo”. (Entrevista 1)</p> <p>“Sí, como lo mencioné antes, es como de que se me acumulan bastantes las cosas. Entonces sí me sentí estresada, pero fuera de eso, sí que es algo que me va a servir y es algo que yo quiero.” (Entrevistada 2)</p> <p>“Sí. Más en el momento de cuando ya son las pruebas parciales y ese tipo o cuando hay algún tipo de elección. Ahí es cuando más estrés y más exceso siento en estas en esta cuestión. “ (Entrevistada 4)</p> <p>“Sí, a veces debido a que me toca leer bastante y son bastantes materias, hay veces en donde siento que no puedo, pero he estado esforzándome por todo, llorando, pero ahí siguiendo adelante.” (Entrevistada 7)</p> <p>“Sí, entre la casa, los estudios, todo. Sí, se siente el estrés, el trabajo, todo se acumula.” (Entrevistada 8)</p> <p>“Más que todo cuando tengo que entregar trabajos y mi hijo está enfermo, ya que cuando él está así, siempre tengo que ponerle más atención a él.” (Entrevistada 10)</p>
Percepción del estrés	Manifestaciones emocionales y físicas	<p>“En los momentos en que me sentí sobrepasada fue cuando estaba embarazada, me sentía con los pies hinchados, con mareos, esos fueron los momentos más agobiantes de mi vida. También cuando, terminé mi primer semestre de la carrera, porque aún no me organizaba en lo que es el tiempo con mi hijo, el tiempo que debo dedicar a los estudios, cuándo debo de hacer esto, cuándo debo de hacer otras cosas, ahí fue.” (Entrevistada 1)</p> <p>“Sí, y más cuando mi hijo se enferma.” (Entrevistada 3)</p>

---

“Sí, muchas veces. Sobre todo, cuando se me juntan las responsabilidades académicas de mis hijos. Y adicional tengo también el tema del trabajo, tengo un local propio entonces tengo que estar presente físicamente todo el tiempo ahí. Entonces sí, sí me ha complicado, me he sentido muy sofocada en un par de ocasiones.” (Entrevistada 5)

“Sí, en algunas ocasiones sí, pero he podido manejarlas de una mejor manera con el apoyo de mi madre.” (Entrevistada 7)

“Sí, un momento cuando generalmente son exámenes ya que tengo que cuidar a mi pequeño, tengo que estudiar con él, tengo que estudiar para mis tareas mismo, exámenes que tenía ya bimestrales.” (Entrevistada 8)

“Sí, hay momentos en que ya estoy a punto de retirarme de la universidad, porque a veces siento que no puedo cumplir bien mi papel de madre o de estudiante.” (Entrevistada 9)

“La mayor parte del tiempo me siento cansada, frustrada, pero siempre trato de seguir adelante.” (Entrevistada 10)

---

Autopercepción  
del estrés

“Creo que es un poco complicado decidir, porque las dos cosas influyen bastante, yo creo que sería un punto intermedio.” (Entrevistada 2)

“Yo creo que ambas. Porque en esto de estudiar te estresas porque ya tienes que presentar un deber, el otro, y en el de tu hijo que tienes que prestarle atención, tienes que verle lo que hace en su educación, en todo eso.” (Entrevistada 3)

“Es más, la universidad porque no son muy flexibles. Eso genera mucho estrés porque a veces te tardas un poco porque digamos llegué un poco tarde del trabajo o tenía que darle de comer a mi hijo y ya no pude enviar la tarea. Entonces eso sí es muy estresante.” (Entrevistada 4)

---

---

Consecuencias  
del estrés

Cansancio

---

“No tener el tiempo necesario para estar pendiente del hijo con las reuniones, las tareas y todo eso.” (Entrevista 8)

“Sería el tiempo, el tiempo porque veo que no me alcanza y a veces es muy difícil cumplir con el papel de madre y de estudiante. A veces no logro concentrarme bien, me falta tiempo para poder estudiar bien las cosas y obtener una buena calificación.” (Entrevista 9)

---

“Siendo sincera, sí, porque, me pongo a pensar en antes cómo tenía mi vida, cómo era de fácil, era relativamente más fácil que ahora teniendo un hijo.” (Entrevistada 1)

“Cuando llego muy tarde del trabajo sí. No tengo ganas de ir a las clases, aunque sean virtuales porque igual hay que prestar atención y todo.” (Entrevistada 4)

“Bastante cansada sí, pero llegar al punto de no querer atender sobre todo a mis hijos no he sentido eso. Creo que cuando eres madre la responsabilidad no te permite ni siquiera pensar en esa posibilidad. De pronto en el tema de estudios sí ha habido ocasiones en las que he estado tan cansada que realmente no he querido saber nada del tema. Pero en temas de estudio más en los de mi familia y mis hijos no.” (Entrevistada 5)

“Sí, muchas veces debido a que me ha dolido dejar a mi hijo con mi madre y ver que ella también está cansada y se pone a llorar y no se sabe calmar, a veces me ha motivado como a quedarme y no ir a estudiar, pero me he dado la fuerza para seguir adelante y entender que lo estoy haciendo tanto por mí como por mi hijo y por mi madre.” (Entrevistada 7)

“No, porque sé que lo tengo que hacer, sí o sí.” (Entrevistada 8)

---

	<p>“Sí, ha habido momentos en los que ya digo mejor me retiro, espero que crezca un poco porque demanda bastante tiempo y cuidado también mi nena, pero a veces también tengo sentimientos encontrados y digo no, si me retiro después no voy a cumplir mi sueño.” (Entrevistada 9)</p>
Desmotivación	<p>“Creo que, cansada sí, pero a veces sí me han entrado ganas como de ir por un momento a ir a clases y no voy, o de no quiero ir mañana o algo, pero al final creo que solo es por un momento. Porque te lo vuelvo a repetir, es mi sueño, entonces creo que tengo que asumir lo que estoy haciendo y seguir adelante, y creo que, con mi pequeño, no, porque él es solo una cosa pequeña, un ser de luz, que cada vez que lo veo lo siento conmigo, me reconforta y me da felicidad y me da fuerzas para seguir.” (Entrevistada 2)</p>
Ausencias	<p>Sí me he sentido desmotivada, pero no al afectar mi asistencia académica, ni mis deberes, ni nada de eso. Me he desmotivado, pero en el momento yo mismo me he repuesto, o sea, ya he dejado esa desmotivación porque tengo una meta que cumplir. Así que, como le dije también, mi hijo es mi único, mi motor en esta casa y por él yo haría cualquier cosa. (Entrevistada 1)</p> <p>“Sí, a veces cuando son los proyectos finales, cuando a veces tengo que hacer horas extras en el trabajo, y sí, se hace complicado” (Entrevistada 2)</p> <p>“Sí. Cuando me va mal en alguna prueba o alguna lección que no pude estudiar y que no nos dan algún tipo de ayuda para poder recuperarla.” (Entrevistada 4)</p>

		<p>“Sí, sí, sí ha habido un par de ocasiones en las que como te digo a veces se acumulan las cosas todo se te junta y ahí sí, sí me ha cogido un par de bajones en ese tema, sí, sí me ha pasado.” (Entrevistada 5)</p> <p>“Sí, en algunas ocasiones me he sentido desmotivada queriéndome rendir, pero hasta el día de hoy es algo que pasa mucho por mi mente y me pregunto qué tal vez no le estoy dando un cien por ciento a mi hijo, pero a la vez me pongo a pensar en el otro lado de que lo estoy haciendo tanto el estudio por él, por darle un mejor futuro.” (Entrevistada 7)</p> <p>“Sí, a veces ya he querido renunciar y retirarme de la universidad y después regresar, pero a veces digo capaz que ya no regreso.” (Entrevistada 9)</p>
Estrategias de Manejo del afrontamiento tiempo	Rutinas	<p>“? Cambio para mí bastante porque, antes yo no tenía que preocuparme, por así decirlo, por llevar comida a otra persona, el arriendo, ropa, o saber por otra persona, aparte de mí, porque yo vivía con mi mamá, entonces era como de que yo trabajaba, sí, pero era como para comprarme mis cosas, no tener que hacerle un gasto extra a mi mamá, pero ahora sí es diferente. Porque tengo que trabajar para mi niño, para el arriendo, yo antes salía, ahora ya casi no salgo, tengo que estudiar, tengo que trabajar, o cuidar al pequeño, entonces sí ha cambiado en ese aspecto.” (Entrevistada 2)</p> <p>“Pues ahora me levanto muy temprano casi a las 5 de la mañana para poderle hacer el lunch a mi hijo, igual alistar sus cosas y esperar que vengan a recogerlo, el recorrido para que vaya a su escolita. Y de ahí tengo que alistarme mientras recibo las clases. También me pongo a veces a hacer las cosas de la casa, el almuerzo, antes de tenerme que ir a trabajar.” (Entrevistada 4)</p>

---

“Bueno, como te dije cambió en 360 grados, o sea ocuparte de niños, de tu hogar en mi caso del negocio sí es bastante complicado, pero creo que te organizas a la final tienes que organizarte, entonces me ha tocado organizarme entre los cuidados de los niños, el poder llevarlos a sus instituciones educativas y organizarme también en el tiempo que paso en el negocio entonces mientras estoy ahí trato de dividir mis horas, mis tiempos en cubrir todo lo que les pueda ayudar a ellos también. Entonces ha cambiado completamente mi vida.”  
(Entrevistada 5)

“Pues sí cambió bastante porque yo solo trabajaba, me enfocaba en mí. Pero desde que llegó mi hijo tengo ya una rutina de despertarme, atenderlo, irme a la universidad y regresar así que terminó enfocarme en él, hacer esto para él, lo otro y dedicarme a mis tareas.”(Entrevistada 6)

“Mucho ya que, de pasar solo con amigos, saliendo y estudiando, pasé ahora a tener un poco más de responsabilidad, preocuparme por mi hijo, preocuparme por él si se enferma, entonces de pasar, de estar solo como quien dice, con amigos, en fiestas, me volví una mujer más responsable tanto académicamente como en el hogar.” (Entrevistada 7)

“Cambió la verdad bastante, ya que antes, me levantaba, me arreglaba, comía, etcétera, pero ahora con mi hijo tengo que levantarme temprano y dejar todo listo una noche antes y estudiar cuando él se duerme.” (Entrevistada 10)

---

Planificación  
semanal

“Mi estrategia ha sido tener horarios y cumplir con esos horarios, no salirme de los horarios porque si me salgo de los horarios o digo, ay, tomémos un tiempo para ver esto, para para ver alguna serie o todo eso, no acabo de cumplir todos mis pendientes” (Entrevistada 1)

---

---

“Sí, normalmente yo me dedico a mi hijo en las noches y en las mañanas y las tardes las dedico a estudiar.” (Entrevistada 3)

“Sí, mi madre me ayuda, trata de ayudarme para que yo pueda realizar mis tareas y también cuando llego trato de yo pasar con mi hijo para que mi mamá tampoco tenga una sobrecarga.” (Entrevistada 7)

“La rutina, madrugar. Madrugar a las 5 de la mañana, preparar todo para el pequeño de la mañana, la ducha, ir al trabajo, regresar, ver dónde está quien me ayudó retirándolo. Porque sí es un poco complicado, a veces cuando la señora que le cuida no puede. Esa es la rutina del día a día.” (Entrevistada 8)

---

Priorización

“Sí, antes de dar a luz tuve que pensar si iba a seguir con lo que es la universidad, si iba a seguir con mis planes de ir a la universidad, o enfocarme en ser madre y después de ver que ya tengo todo controlado en ser madre, eh seguir con mis estudios, en ese momento lo llegué a pensar, pero de ahí no.” (Entrevistada 1)

“No, gracias a Dios no he llegado a ese punto de querer elegir, aparte creo que hacer un estudio gratuito no es como que he dicho, será que tengo que pagar esto para ir estudiando, o esto para mí, creo que no me ha tocado y espero que no me toque.” (Entrevistada 2)

“Sí, muchas veces, pero gracias a Dios he estado ahí mi madre apoyándome y brindándome esa mano que a veces no muchas madres tienen.” (Entrevistada 7)

“Sí, porque él es pequeño, por más que uno como madre se le explica que también se estudia, ellos no comprenden tanto a fondo. Dicen, pero yo necesito cuidados, yo soy pequeño y tú, mami, debes estar para mí.” (Entrevistada 8)

---

---

Recursos  
personales y  
emocionales

“En la forma mental, no sé, yo creo que orar, creo que mantenerme enfocada en mis metas, en mi hijo, creo que no necesitaría nada más, también creo que es, como te digo, asimilar las cosas, y en vez de solo pensar, pensar, sino actuar, es algo que me ha ayudado bastante. en la manera física, pues la verdad creo que eso sí me faltaría, porque no soy una persona muy activa en ese ámbito, por ejemplo, no a veces no hago ejercicio, creo que a veces cuando me toca caminar, a veces al trabajo o a cualquier lugar, creo que sería mi única actividad física, la verdad creo que sí me faltaría poner más empeño en eso.” (Entrevistada 2)

“Normalmente en actividades físicas salgo con mi hijo a caminar, con los perritos, jugamos en un parque, entonces en mi salud física sí me he cuidado con eso. ¿Y en el ámbito mental?

Mecanis  
mos  
de  
autocuidado

No me he puesto a pensar en ese tema, la verdad.” (Entrevistada 3)

“Pues los fines de semana siempre yo trato de salir con mi hijo al parque o hacer alguna otra actividad para distraerme y que todo ese estrés no me consume.” (Entrevistada 4)

“Es bastante complicado encargarse de uno mismo cuando tienes a cargo a otras personas a tu alrededor realmente no he implementado ningún mecanismo y sí me ha costado y me ha pasado factura en algunos casos, sobre todo en la parte emocional creo yo a veces sí es bastante cansado de tener esa rutina pero no he tomado ninguna medida, es como que tu mente se programa automáticamente y sabes que no puedes enfermarte o no tienes derecho a ni siquiera pensar en esas posibilidades así que trato de sobrellevar las cosas de la manera en cómo vengan.” (Entrevistada 5)

“Algo que he implementado es salir a caminar y cuando voy a pasear a mi hijo al coche aprovecho el tiempo y salgo a caminar con él.” (Entrevistada 7)

---

Apoyo institucional	Percepción de accesibilidad a servicios	<p>“Yo diría que mi universidad debería implementar más lo que es las charlas para las madres universitarias. Y también para las madres solteras, porque en mi carrera hay como dos chicas que no tienen pareja y son madres solteras. O sea, quiero ver más rutas en la universidad que les digan aquí pueden hablar con nosotros o darnos más facilidades, eso.” (Entrevistada 1)</p> <p>“Pues yo pienso que deberían ajustarse a un poquito, ser un poquito más flexibles con la entrega de tareas y entender que hay situaciones que sobresalen de nuestras manos. Porque como dije, hay chicos que solo tienen la responsabilidad de estudiar, pero tenemos personas que también tenemos que trabajar y cuidar de otra vida. Entonces tendrían que ser un poco más flexibles en ese sentido.” (Entrevistada 4)</p> <p>“Pues quizá entendernos un poco más porque, como te mencioné, no todos los docentes son empáticos, entonces yo creo que eso de trabajar en alguna campaña o una capacitación para que los docentes puedan entendernos un poco más.” (Entrevistada 6)</p> <p>“Yo creo que deberían de escucharlas más, ser un poco más flexibles o crear espacios para apoyo de padres jóvenes.” (Entrevistada 10)</p>
	Trato docente	<p>“Sí, ya que nos dan un tiempo favorable para realizarlas.” (Entrevistada 3)</p> <p>“La mayoría de ellos sí, pero siempre hay uno que otro que no entiende y peor aún piensan que es una excusa al momento de decir que no pudiste enviarlo porque tenías que hacer alguna otra actividad con tu hijo o algo pasó y piensan que es una excusa. Entonces ese es el problema con algunos docentes.” (Entrevistada 4)</p> <p>“Sí, como te mencioné, algunos, no todos, porque pues ellos tienen diferentes mentalidades. Pero algunos sí han sido bastante empáticos.” (Entrevistada 6)</p>

---

“Sí, algunos, no todos, ya que algunos tienen la mentalidad antigua de decir yo no le mandé a tener hijos o eso, pero otros se ponen en mi lugar y me han ayudado con tareas y me han dejado y eso nomás.” (Entrevistada 7)

“Algunos sí, otros no, ya que hay profes que sinceramente no comprenden el grado de ser una madre universitaria y no te ayudan, simplemente te ponen cero y no te dejan presentar ningún otro día ni de forma virtual.” (Entrevistada 10)

---

## **VIII. Análisis de la información**

### **8.1. Interpretación de datos sociodemográficos**

En los últimos años el acceso de las mujeres jóvenes a la educación superior ha ido en aumento, lo cual representa un avance significativo ya que se puede evidenciar la equidad e inclusión. Sin embargo, este acceso tiene varios desafíos especialmente para aquellas estudiantes que asumen simultáneamente el rol de madres en etapas tempranas de su vida. La maternidad temprana en la presente investigación es entendida como aquella que ocurre en edades previas o cercanas a los 20 años. Y junto a ello vienen una serie de responsabilidades que transforman radicalmente el proyecto de vida de las jóvenes, lo que afecta su estabilidad emocional, su desarrollo académico y sus condiciones socioeconómicas.

De lo antes mencionado se debe entender que el estrés académico emerge como una variable clave que juega un papel muy importante en la trayectoria educativa de las madres universitarias. La carga académica, la presión por obtener buenos resultados, la falta de tiempo para estudiar y cuidar a sus hijos, así como la escasa red de apoyo institucional o familiar, generan un alto nivel de tensión que incide en su bienestar psicosocial y en su desempeño académico.

Estas situaciones se viven de manera diferente dependiendo de factores sociodemográficos como la edad, el nivel socioeconómico, el tipo de carrera, la red de apoyo, el estado civil y el acceso a servicios de cuidado infantil.

Por ello, interpretar las experiencias individuales de las madres universitarias desde una perspectiva sociodemográfica permite visibilizar la diversidad de realidades que enfrentan, así como identificar patrones estructurales que contribuyen a la reproducción de desigualdades en el ámbito educativo. Esta aproximación busca ir más allá del análisis descriptivo, para

comprender cómo las condiciones personales, sociales y económicas interactúan con las exigencias académicas y configuran distintos modos de vivenciar el estrés y la maternidad. Esta interpretación sociodemográfica busca aportar elementos que permitan orientar políticas universitarias más inclusivas, que contemplen la maternidad temprana como un factor relevante en el diseño de apoyos académicos y psicosociales.

## 1. Edad

**Tabla 2**

*Edad*

<b>Edad</b>	<b>Cantidad</b>	<b>Porcentaje</b>
18-19	1	10%
20-21	3	30%
22-24	6	60%
	<b>10</b>	<b>100%</b>

Elaboración propia (2024)

Para facilitar el análisis de la edad se agrupó según lo mostrado en la tabla anterior, de lo que se tuvo como resultado que el 60% de las entrevistadas que corresponde a 6 tienen entre 22 a 24 años. Este grupo etario indica que su etapa de maternidad la están atravesando en conjunto con su etapa intermedia del proceso formativo universitario donde las estudiantes ya han avanzado en su trayectoria académica, pero aún enfrentan retos significativos para conciliar sus responsabilidades maternas con sus estudios. El 30% restante que corresponde a 3 madres tienen de 20 a 21 años, lo que evidencia que una proporción considerable asume la maternidad en los primeros años de su formación superior. Y el restante 10% que corresponde a una madre tiene entre 18 a 19 años, lo que indica que existe casos de maternidad en edades muy tempranas justo al inicio de la vida universitaria

## 2. Edad al momento de ser madre

**Tabla 3**

*Edad al momento de ser madre*

<b>Edad</b>	<b>Cantidad</b>	<b>Porcentaje</b>
18-19	7	70%
20-21	2	20%
22-24	1	10%
	<b>10</b>	<b>100%</b>

Elaboración propia (2024)

De entrevista realizada se obtuvo que el 70% de madres que corresponde a 7 tuvieron a su hijo a una edad de 18 o 19 años, lo que indica que este grupo representa un periodo de transición crucial entre la adolescencia y la adultez, esto implica que muchas de estas jóvenes asumieron responsabilidades de ser madres justo al inicio o incluso antes de iniciar su educación superior. Lo que puede influir significativamente en su adaptación universitaria, su rendimiento académico y su salud emocional.

El otro 20% que corresponde a dos entrevistadas fueron madres a la edad de 20 o 21 años, la cual es una etapa que generalmente coincide con los primeros semestres de universidad. Si bien ya no se considera estrictamente adolescencia, sigue siendo un periodo de vulnerabilidad y formación de identidad en el que adaptarse a la maternidad y el estudio puede resultar complejo.

El restante 10% que corresponde a 1 entrevistada fue madre entre los 22 a 24 años justo en la fase final de su carrera. De acuerdo a la edad se asume que posiblemente cuenta con mayor madurez académica y personal, lo que podría facilitar la organización y el cumplimiento de las responsabilidades familiares y universitarias.

### 3. Estado civil

**Tabla 4**

*Estado civil*

<b>Estado civil</b>	<b>Cantidad</b>	<b>Porcentaje</b>
Soltera	7	70%
Casada	1	10%
Divorciada	1	10%
Viudo	0	0%
Unión Libre	1	10%
	<b>10</b>	<b>100%</b>

Elaboración propia (2024)

El 70% de las entrevistadas tienen como estado civil solteras que indica que gran parte de ellas asume la maternidad de forma individual, sin una pareja formalizada legalmente que les brinde respaldo. Esta situación genera mayores desafíos en cuanto a la carga emocional, económica y de cuidado infantil, afectando directamente su estabilidad y permanencia en la universidad.

Un 10% que corresponde a 1 entrevistada está casada, lo que implica una red de apoyo más estable ya sea en el ámbito afectivo y apoyo en el cuidado de su hijo. Sin embargo, al ser un grupo minoritario, se evidencia que no es la forma predominante de vida familiar entre las madres universitarias jóvenes.

Otro 10% que corresponde a una madre se encuentra divorciada, lo que representa experiencias de ruptura en la etapa temprana de su maternidad, con implicaciones psicoemocionales importantes. El restante 10% se encuentran en unión libre, lo que lo que indica dinámicas de pareja sin formalización legal, pero que en la que el padre muestra corresponsabilidad en la crianza. No se registran madres en condición de viudez, lo cual es comprensible dado el rango de edad predominante.

## 8.1.1. Interpretación de datos académicos

### 1. Universidad

**Tabla 5**

*Universidad en la que estudia*

<b>Universidad</b>	<b>Cantidad</b>	<b>Porcentaje</b>
Pública	6	60%
Privada	4	40%
	<b>10</b>	<b>100%</b>

Elaboración propia (2024)

El 60% de las madres encuestadas que corresponde a seis estudian en una universidad pública. Este resultado refleja una mayor presencia de madres estudiantes en el sistema de educación superior público, lo cual puede estar relacionado con factores económicos, ya que estas instituciones ofrecen matrículas gratuitas y además son más accesibles cuando las estudiantes pierden alguna materia.

El restante 40% se encuentran estudiando en una universidad privada, lo que indica que también existen madres jóvenes que, pese a su situación de maternidad, han accedido a instituciones particulares, debido a la oferta académica, la flexibilidad horaria y gracias a la existencia de redes familiares de apoyo que les permiten costear estudios en este tipo de centros.

Con estos datos se puede afirmar que la maternidad no impide necesariamente el acceso a estudios superiores en diferentes modalidades institucionales, pero también invita a reflexionar sobre las diferencias en los niveles de apoyo y acompañamiento que pueden existir entre universidades públicas y privadas en cuanto a servicios dirigidos a estudiantes madres, como guarderías, asesoramiento psicológico, becas o flexibilidad académica.

## 2. Carrera universitaria:

**Tabla 6**

*Carrera universitaria*

<b>Carrera</b>	<b>Cantidad</b>	<b>Porcentaje</b>
Ciencias Sociales y Humanidades	4	40%
Ciencias Administrativas y Económicas	1	10%
Ciencias de la Salud	3	30%
Ingenierías y Tecnologías	0	0%
Ciencias Exactas y Naturales	0	0%
Artes, Arquitectura y Diseño	2	20%
Carreras Técnicas y Tecnológicas (modalidad técnica o tecnológica)	0	0%
	<b>10</b>	<b>100%</b>

Elaboración propia (2024)

En cuanto a la carrera universitaria se obtuvo que un 40% que corresponde a 4 entrevistadas cursan carreras de Ciencias Sociales y Humanidades, seguido de un 30% que corresponde a tres estudiantes de Ciencias de la Salud. Estos datos se relacionan con el carácter vocacional y humanístico de estas áreas, así como con el perfil socialmente comprometido que suelen atraer estas carreras. Además, suelen tener una mayor proporción de estudiantes mujeres, lo que explicaría su predominancia en esta investigación.

Otro 20% que corresponde a 2 entrevistadas en el Área de Artes, Arquitectura y Diseño, se relaciona con el porcentaje obtenido ya que estas carreras presentan una carga práctica y creativa que puede generar exigencias adicionales de tiempo y dedicación, especialmente desafiantes para quienes son madres. El restante 10% pertenecen a Ciencias Administrativas y Económicas, mientras que no se registran casos en Ingenierías y Tecnologías, Ciencias Exactas y Naturales, ni en carreras técnicas o tecnológicas. Esto puede deberse a múltiples factores, como la menor participación femenina en estas disciplinas, la alta carga académica o la percepción de menor flexibilidad horaria, lo cual dificulta la maternidad.

### 3. Nivel académico

**Tabla 7**

*Nivel académico*

<b>Nivel académico</b>	<b>Cantidad</b>	<b>Porcentaje</b>
Nivelación / Curso propedéutico	0	0%
1er al 3er semestre	5	50%
4to al 6to semestre	3	30%
7mo semestre en adelante	2	20%
Titulación en proceso	0	0%
	<b>10</b>	<b>100%</b>

Elaboración propia (2024)

Al indagar sobre el nivel académico de las entrevistadas se encontró que el 50% se encuentran en un nivel básico que corresponde a primer a tercer semestre. Este dato es importante, ya que muestra que muchas estudiantes han asumido la maternidad desde los primeros momentos de su vida universitaria. Esto implica dificultades para adaptarse al ritmo académico, generar redes de apoyo y establecer rutinas equilibradas entre estudio y cuidado infantil.

Otro 30% se encuentra de cuarto a sexto semestre, la cual es una etapa intermedia del proceso educativo en la que ya se ha adquirido cierta experiencia académica, pero donde también las exigencias curriculares suelen aumentar. En este punto, la conciliación entre responsabilidades académicas y maternas puede tornarse más compleja, especialmente si no se cuenta con apoyo institucional o familiar.

#### 4. Modalidad de estudios

**Tabla 8**

*Modalidad de estudios*

<b>Modalidad</b>	<b>Cantidad</b>	<b>Porcentaje</b>
Presencial	6	60%
Distancia	4	40%
	<b>10</b>	<b>100%</b>

Elaboración propia (2024)

El 60% de entrevistadas que corresponde a 6 se encuentran estudiando en la modalidad presencial y el restante 40% que corresponde a 4 se encuentran estudiando a distancia. Estos datos reflejan que a pesar de las responsabilidades que conlleva la maternidad la mayoría de las estudiantes aún opta por una educación presencial, lo cual puede estar motivado por la percepción de mayor calidad educativa, interacción con docentes, acceso a laboratorios o actividades prácticas y una mejor integración con el entorno académico.

Mientras que la modalidad a distancia refleja una estrategia de conciliación entre la maternidad y la educación superior. La flexibilidad de horarios, la posibilidad de estudiar desde casa y la reducción de tiempos de traslado son factores que probablemente influyen en esta elección, permitiendo a las madres continuar sus estudios sin abandonar sus responsabilidades familiares.

#### 8.1.2. Interpretación del contexto familiar:

##### 1. Con quien vive

**Tabla 9**

*Contexto familiar - convivencia*

<b>Con quien vive</b>	<b>Cantidad</b>	<b>Porcentaje</b>
Red Familiar	9	90%
Sola	1	10%
Amigos	0	0%
	<b>10</b>	<b>100%</b>

El 90% de entrevistadas que corresponde a nueve viven con familiares ya sea su padre, madre, hermanos o esposo. Esto indica que la gran mayoría cuenta con algún nivel de apoyo familiar, lo cual influye positivamente en su capacidad para combinar sus responsabilidades académicas con la crianza de sus hijos.

El restante 10% vive sola lo que indica que su situación es más complicada y se encuentra vulnerable, ya que implica afrontar solas tanto las tareas académicas como las responsabilidades de la maternidad. Es importante destacar que ninguna de las encuestadas vive con amigos o compañeros no familiares, lo que refuerza la centralidad de la familia como red de apoyo principal en este grupo.

## 2. Red de apoyo

**Tabla 10**

*Contexto familiar – red de apoyo*

<b>Apoyo</b>	<b>Cantidad</b>	<b>Porcentaje</b>
Siempre	5	50%
Casi siempre	1	10%
Casi nunca	1	10%
Nunca	3	30%
	<b>10</b>	<b>100%</b>

Elaboración propia (2024)

Al indagar sobre la red de apoyo con la que cuentan las madres se encontró que el 50% siempre cuentan con red de apoyo para desempeñar su papel de madres y estudiantes. En este grupo se encuentran las madres que cuentan con el apoyo de bases sólidas de sus padres u esposo que facilitan la conciliación entre la maternidad y la vida académica. Otro 10% lo hace casi siempre, un 10% casi nunca, este grupo está expuesto a situaciones de estrés o inestabilidad que afectan su desempeño académico. El restante 30% nunca lo tienen apoyo y tienen que

hacerse cargo de su hijo sus estudios y su trabajo lo que las pone en un estado de vulnerabilidad y de desamparo, lo cual puede tener repercusiones negativas en la salud mental, el rendimiento académico y el bienestar personal de estas madres.

### 3. Actividades

**Tabla 11**

*Contexto familiar – actividades*

<b>Trabaja</b>	<b>Cantidad</b>	<b>Porcentaje</b>
Si	6	60%
No	4	40%
	<b>10</b>	<b>100%</b>

Elaboración propia (2024)

De la entrevista realizad se encontró que el 60% de madres universitarias que corresponden a 6 trabajan además de hacerse cargo de sus hijos y estudiar, esto representa una carga significativa ya que esta situación influye directamente en su tiempo de estudio, niveles de estrés, rendimiento académico y bienestar físico y emocional. Las madres trabajadoras deben gestionar simultáneamente las demandas del empleo, el cuidado y crianza de sus hijos y la universidad, lo que podría llevar a situaciones de sobrecarga y fatiga crónica si no cuentan con redes de apoyo adecuadas.

El restante 40% no se encuentran trabajando gracias al apoyo de sus padres o esposo esto ayuda con el cuidado a tiempo completo de sus hijos, y se relaciona directamente con la falta de oportunidades laborales compatibles con sus horarios académicos. Sin embargo, también podrían enfrentar dificultades económicas que afecten su continuidad en los estudios.

## **8.2. Categorización de narrativas de madres universitarias**

Las madres universitarias entrevistadas afirman que hay un cambio drástico en sus rutinas diarias, especialmente en cuanto a la organización del tiempo. El ajuste de horarios ha sido necesario para cumplir con sus deberes académicos, responsabilidades con sus hijos y en algunos casos también distribuir su tiempo para su trabajo. Algunas mencionan que anteriormente no tenían un horario específico, pero ahora deben estructurar su día con precisión para que todo funcione correctamente.

Un aspecto importante es que la mayor parte de entrevistadas afirman tener una sobrecarga de tareas, al atender simultáneamente a sus hijos y cumplir con exigencias universitarias y en algunos casos también tener tiempo para su trabajo. Esto genera desvelos frecuentes, especialmente al coincidir actividades académicas con las de sus hijos.

En las narrativas también se puede ver que existen desafíos económicos. Varias entrevistadas relatan haber tenido que buscar empleo para cubrir necesidades básicas tanto propias como de sus hijos, ya que el apoyo familiar no siempre es suficiente. En este contexto, muchas enfrentan dificultades al integrarse a trabajos en grupo o cumplir tareas, por la falta de comprensión de sus pares sobre su realidad.

En cuanto al apoyo recibido, la mayoría menciona haber contado con redes de apoyo familiares ya sean sus padres, pareja, o familia cercana, aunque algunas señalan que al principio enfrentaron rechazo o decepción por parte de sus familias. Con el tiempo, este apoyo fue fortaleciéndose, siendo clave para continuar los estudios.

También indican que en algunas instituciones universitarias existe apoyo institucional, como becas, lactarios y clases grabadas, aunque consideran necesario fortalecer estos

programas con mayor flexibilidad académica y ayuda económica. Expresan la necesidad de un entorno más comprensivo y adaptado a su realidad como madres universitarias.

Su motivación personal para continuar con sus estudios son sus hijos, a pesar de que muchas enfrentan un importante desgaste emocional y físico. En el ámbito mental, algunas de ellas recurren a la oración, al pensamiento positivo y a enfocarse en sus metas como estrategias para cuidar de su salud. Sin embargo, otras reconocen no haber implementado mecanismos específicos de autocuidado emocional, lo que les ha pasado factura a nivel psicológico.

En cuanto a la salud física, varias mencionan que su principal actividad es caminar con sus hijos o salir al parque, más como una extensión del cuidado materno que como un hábito de bienestar personal. Algunas reconocen la necesidad de mejorar en este aspecto, mientras otras han adoptado pequeñas rutinas para no descuidarse.

Respecto al apoyo institucional, las entrevistadas coinciden en que, si bien algunos docentes muestran empatía y comprensión ante sus responsabilidades, otros se mantienen indiferentes, considerando sus dificultades como excusas para cumplir con tareas o para desempeñarse normalmente en clases. Ante esta situación, proponen medidas como mayor flexibilidad en la entrega de tareas, campañas de sensibilización docente y la creación de espacios de apoyo para madres universitarias. También reconocen la existencia de ciertos beneficios, pero insisten en que no siempre son suficientes ni se aplican de forma equitativa.

Estos testimonios reflejan una realidad marcada por la lucha constante por equilibrar las responsabilidades maternas y académicas, la necesidad de un mayor acompañamiento emocional e institucional, y el deseo de ser comprendidas y apoyadas sin ser juzgadas.

## **8.2.1. Experiencia Materna**

### ***8.2.1.1. Cambios en su rutina diaria***

En cuanto a la experiencia materna de las entrevistadas se tiene que hay una transformación profunda en sus rutinas diarias principalmente por la necesidad de reorganizar el tiempo y afrontar nuevas responsabilidades de la maternidad, como es repartir su tiempo en el estudio, trabajo y cuidado materno. El cambio más significativo se da en la reestructuración de horarios, ya que deben equilibrar sus deberes académicos con el cuidado de sus hijos, lo cual implica desvelos, cansancio físico y mental, y un esfuerzo constante por mantenerse organizadas. La carga emocional y física es particularmente alta para ellas, al tener que asumir múltiples roles: estudiantes, madres, trabajadoras y, en muchos casos, únicas responsables del hogar.

Además, se evidencian obstáculos económicos como un desafío inicial, especialmente al inicio de la maternidad universitaria, lo que llevó a algunas a buscar empleo para cubrir necesidades básicas como alimentación y vestimenta del hijo. A esto se suma la falta de comprensión o apoyo por parte de algunos compañeros de grupo o docentes, lo cual intensifica el sentimiento de presión y aislamiento.

La categoría Reorganización de Rutinas no hace referencia únicamente a nuevos horarios, sino a una transformación estructural de la identidad y la vida cotidiana de estas madres universitarias. La maternidad temprana no es solo una condición, sino un eje que resignifica cada acción diaria: comer, dormir, estudiar, cuidar.

Todas las narrativas tienen en común la evasión institucional de este proceso. La universidad continúa esperando rendimientos académicos sin considerar estas nuevas realidades.

Esto genera tensiones internas en las estudiantes, quienes muchas veces se culpan por no poder con todo.

La literatura sobre conciliación de roles y salud mental respalda la necesidad de estructuras que reconozcan estas nuevas configuraciones: lactarios, flexibilización horaria, tutorías diferenciadas. Sin estas, las estudiantes-madres deben solventar sus necesidades desde su capacidad individual o red familiar, profundizando desigualdades de género.

De acuerdo a lo antes mencionado resulta importante analizar si el hijo es simultáneamente motor y carga, símbolo de sentido y fuente de estrés. Esta tensión, sostenida a diario, define gran parte del desafío emocional de la maternidad universitaria.

En esta dimensión resulta importante analizar las categorías emergentes relacionadas con la reorganización de rutinas, gestión de tiempo y carga mental. Para ello se consideran las lecturas teóricas y sentidos construido de las madres jóvenes que se ven forzadas a construir nuevas estructuras cotidianas, donde los tiempos académicos y los cuidados deben coexistir. Tal y como lo afirma Goode (1960) el cual indica que el conflicto de rol surge cuando el tiempo y la energía no alcanzan para cumplir con todas las obligaciones. En este caso, la maternidad impone una reorganización total de su etapa universitaria.

Otra categoría a considerarse es la de conciliación de roles, maternidad temprana y responsabilidad prioritaria ya que la experiencia de la maternidad temprana se convierte en el nuevo centro de gravedad de la vida. Esta declaración evidencia un proceso de reconfiguración identitaria de estudiante a madre-estudiante. Para ello se sustenta en las investigaciones realizadas por (Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL), 2020; Rivas, 2018) en la que se indica que, sin políticas de apoyo institucional, este giro implica renuncias en su desarrollo personal y académicas.

Al considerar la categoría emergente de Sobrecarga de tareas, desfase sueño, falta de descanso, tensión académica y tensión familiar. De aquí es importante que se considere la contradicción entre el ideal de madre presente y estudiante cumplida. Según Arriagada (2006) la doble jornada no remunerada se hace evidente, mostrando cómo las mujeres deben estirar sus horas personales para poder sostener ambos mundos. El desvelo no solo es físico, también es emocional. Estos relatos muestran cómo se rompe el equilibrio necesario para el autocuidado y muchas veces se genera un estrés silencioso que puede afectar su salud.

### ***8.2.1.2. Prioridades***

Al analizar el indicador prioridades se tiene una constante en las narrativas ya que la mayor parte de entrevistadas tuvieron que reorganizar su vida para dar lugar a lo urgente como lo es la maternidad, la economía, el estudio y el trabajo. Para las madres jóvenes universitarias, esto implica una jerarquización impuesta por las circunstancias, donde los desafíos económicos, la falta de redes de apoyo suficientes y las exigencias académicas compiten entre sí, generando un conflicto constante de roles.

La literatura respalda esta tensión al señalar que las instituciones educativas no están estructuradas para responder a la realidad de estudiantes que también son madres (CEPAL, 2020). A su vez, el enfoque de Goode (1960) sobre la saturación de roles muestra cómo el estrés académico y personal se agrava ante la imposibilidad de cumplir con todos los frentes de forma equilibrada.

**Tabla 12***Contexto familiar – actividades*

<b>Narrativas</b>	<b>Categorías emergentes</b>	<b>Literatura o teoría revisada</b>
“El primer desafío fue la necesidad de dinero [...] tuve que conseguir un trabajo yo [...] También otro desafío para mí ha sido el cumplimiento de mis deberes en la universidad [...]” (Entrevistada 1)	Maternidad temprana, carga económica, conciliación trabajo-estudios	Arriagada (2006) sostiene que la falta de políticas de conciliación impacta directamente en la sobrecarga de las mujeres, sobre todo cuando no hay corresponsabilidad familiar.
“Al ser mujer, al ser madre, te toca afrontar muchas actividades [...] y a veces te faltan las 24 horas” (Entrevistada 5)	Sobrecarga de roles, desigualdad de género, estrés académico	Goode (1960) plantea el conflicto de roles como una fuente importante de tensión cuando los recursos personales (tiempo, energía) son limitados.
“Lo difícil es eso del tiempo [...] me preocupa el tiempo que tengo que dedicarle a mi hijo” (Entrevistada 6)	Conciliación de roles, estrés académico, maternidad temprana	CEPAL (2020) y Rivas (2018) indican que la doble carga de las mujeres jóvenes limita su participación equitativa en la educación superior.
“Los horarios más que todo, ya que no siempre tengo disponibilidad” (Entrevistada 10)	Gestión del tiempo, incompatibilidad institucional	Estudios sobre políticas universitarias (Arriagada, 2006) sugieren que la falta de adecuación institucional a realidades maternas genera exclusión sutil.

Elaboración propia (2024)

## **8.2.2. Apoyo social**

### **8.2.2.1. Presencia de redes de apoyo**

Las narrativas obtenidas de las madres entrevistadas reflejan que el apoyo social familiar no siempre es inmediato. Se evidencia un periodo en el cual la nueva etapa de estas madres no es aceptada por sus padres o pareja y es necesario un periodo de ajuste emocional y reajuste de roles familiares, especialmente frente a un embarazo cuando se encuentran cursando sus estudios superiores. Por lo general se evidencio que experimentan rechazo o conflicto, seguido por una aceptación progresiva, lo que permite la consolidación de redes de apoyo que son cruciales para su permanencia académica y bienestar emocional.

El apoyo familiar no se da de la misma manera en todos los casos ya que algunas estudiantes cuentan con el respaldo directo de su pareja y familia, mientras otras han debido ganarse ese apoyo mediante el diálogo y el cumplimiento de responsabilidades desafiando prejuicios y estructuras tradicionales. Esto confirma lo planteado por (Maté et al., 2019; Restrepo et al., 2007) respecto a que las redes de apoyo son flexibles y contextuales y su efectividad depende de la calidad del vínculo y la disposición del entorno a adaptarse.

Otro de los aspectos recurrentes se refleja con una contradicción emocional ya que el apoyo se da, pero muchas veces luego de que las jóvenes madres han tenido que asumir una carga emocional significativa por la falta inicial de comprensión. Esto evidencia una necesidad urgente de fortalecer programas institucionales de orientación y mediación familiar, como parte de las políticas universitarias inclusivas (SENESCYT, 2021).

Como categorías emergentes o teóricas se tiene el apoyo familiar y la aceptación progresiva ya que se evidencia una red de apoyo efectiva tras un momento de crisis inicial. Según Maté et al. (2019) y Arriagada (2006), el respaldo de la familia es fundamental en

contextos de maternidad temprana para garantizar la permanencia educativa y estabilidad emocional de las jóvenes madres.

Otra categoría considerada es la transición del rechazo al apoyo familiar y esto se sustenta con la narrativa expresa la ambivalencia inicial del entorno familiar. Tal como señala Goode (1960), los roles familiares tienden a adaptarse gradualmente frente a eventos disruptivos como la maternidad adolescente, reafirmando que el apoyo puede consolidarse tras una fase de conflicto.

En cuanto a la categoría de red de apoyo se sustenta en base a la experiencia del impacto positivo del apoyo social cercano, como lo describe (Restrepo et al., 2007), quien resalta que las redes de soporte, tanto conyugales como familiares, son determinantes para sostener la trayectoria académica en contextos de doble carga: la académica y la materna.

Finalmente se puede encontrar que el dialogo es usado como una estrategia de reconciliación. Y esto coincide con los estudios sobre afrontamiento familiar adaptativo en crisis, como señalan Sandín et al. (1995), donde la comunicación empática permite la reconstrucción de vínculos y la generación de apoyo emocional esencial para enfrentar el estrés académico y la maternidad simultáneamente.

#### ***8.2.2.2. Presencia de redes de apoyo educativo***

Al analizar las redes de apoyo educativo se encontró que existe una valoración positiva de los programas institucionales, pero también un uso limitado de los mismos. Para las madres universitarias es importante el apoyo familiar, lo que sugiere una preferencia por redes afectivas frente a redes institucionales que no siempre generan confianza o seguridad.

También se puede analizar que la flexibilidad docente se aprecia como alivio, pero sin embargo no resulta ser suficiente debido a las políticas propias de las universidades. Se

evidencia una contradicción entre los recursos ofrecidos por la universidad y su apropiación real por parte de las estudiantes. Esto puede deberse a falta de comunicación efectiva, temor, o a la presión social de asumir solas el cuidado.

En cuanto al apoyo social se considera la categoría emergente de apoyo institucional, conciliación de roles, maternidad temprana. Para ello se toma la teoría de Carrión y Vélez (2020) el cual indica que las políticas de conciliación vida, familia y estudio son esenciales para la permanencia educativa universitaria de madres jóvenes. En esta narrativa se ve reflejada una universidad que reconoce las necesidades específicas de las madres universitarias, mostrando un esfuerzo por institucionalizar mecanismos de apoyo que van desde lo económico hasta espacios físicos como lactarios. Sin embargo, la simple existencia de estos recursos no garantiza su uso efectivo.

La categoría emergente de apoyo estructural, percepción de utilidad y confianza permite hacer una revisión literaria de cumplimiento de múltiples roles sin apoyo institucional y como esto genera conflicto de roles. Como lo indica Espindola et al. (2006) el cual afirma que, aunque el programa universitario es valorado, también se evidencia una distancia emocional o de confianza. Ya que el apoyo existe, pero no siempre se utiliza. Esto revela una brecha entre la política institucional y la experiencia subjetiva de las madres.

### ***8.2.2.3. Percepción de apoyo***

Al analizar la percepción de apoyo se tiene que las narrativas muestran cómo la conciliación de la vida académica con la maternidad se ve tensionada por la falta de recursos económicos. Las madres se sienten cansadas y con sobrecarga de actividades además presentan escasos de tiempo y la en las instituciones muchas veces hay escasa flexibilidad. Las estudiantes destacan que, si bien hay algunos apoyos disponibles, no existe un sistema integral ni estructurado de acompañamiento para madres universitarias.

Desde la perspectiva del apoyo institucional, es evidente que existe se evidencia una necesidad urgente de flexibilidad académica, tanto en horarios como en la entrega de trabajos y planificación de exámenes. Este reclamo conecta con la literatura sobre políticas universitarias inclusivas, que señalan que la rigidez de los sistemas universitarios puede excluir a poblaciones en situación de vulnerabilidad, como las madres jóvenes (CEPAL, 2020).

También se revela que, a pesar de contar con herramientas tecnológicas como clases virtuales o tutorías estas soluciones no sustituyen la necesidad de comprensión activa por parte del profesorado. Las estudiantes valoran los recursos, pero demandan empatía real y consideración de sus dobles o triples jornadas.

### **8.2.3. Impacto en la vida académica**

#### ***8.2.3.1. Cuidado del menor***

Al analizar el indicador cuidado del menor se tiene que las narrativas reflejan el impacto en la vida académica. Ya que las madres tienen que organizar de manera diferente su tiempo y actividades relacionadas con su trabajo, cuidado materno y actividades académicas. Además de que deben de cuidar de su estado emocional y actividades de su hogar. Las madres estudiantes le dan otro significado a su experiencia universitaria materna, ya que algunas lo viven como un motor de crecimiento y otras como una lección e impulso en su vida.

La categoría de maternidad temprana se entrelaza con el estrés académico y la motivación, generando contradicciones. Ya que las exigencias son abrumadoras, pero son tomadas como fuentes de sentido, orgullo y resiliencia. En este sentido, la literatura sobre conciliación de roles y salud mental (Reyes et al., 2021; Lazarus y Folkman, 1984; Morales, 2020) respalda la necesidad de políticas educativas más sensibles al contexto vital de las

estudiantes madres, para favorecer su permanencia y éxito académico sin poner en riesgo su bienestar emocional ni el desarrollo de sus hijos.

Una categoría emergente a considerarse es la maternidad temprana, red de apoyo familiar, responsabilidad compartida ya que esta hace énfasis en la experiencia materna y como está resignifica los vínculos intergeneracionales, generando un sentido de corresponsabilidad en el cuidado. Aunque esto tiene algunas limitaciones lo que revela tensiones entre el deseo de cumplir roles académicos, las cargas domésticas, el cuidado del menor y la carga laboral (Reyes et al., 2021).

En la categoría emergente motivación académica y sentido de propósito se considera un enfoque en factores motivacionales, ya que la maternidad se transforma en motivación existencial que redefine las prioridades personales. El hijo representa no una carga, sino una fuerza vital que impulsa el desarrollo académico (Araoz y Uchasara, 2020).

Por otro lado, en la categoría madurez emocional, planificación de vida, reflexión crítica es importante considerar los enfoques de ciclo vital. Ya que según (Araoz y Uchasara, 2020) al analizar el bienestar psicológico se ve a la maternidad como una experiencia que reordena las prioridades vitales y fomenta la reflexión sobre la responsabilidad futura.

### ***8.2.3.2. Manejo de actividades académicas***

Al analizar el manejo de las actividades académicas se tiene que las narrativas revelan una duda emocional común en estudiantes universitarios que ejercen la maternidad temprana. Aquí se evidencia como sus hijos son una fuente de inspiración y resiliencia, pero también representan una carga emocional y física difícil de equilibrar con las exigencias académicas.

Como literatura para respaldar estas tensiones se considera a Arriagada (2006) y CEPAL (2020) los que indican que las jóvenes madres deben lidiar con la carga mental de mayores

actividades como lo es el cuidado materno, actividades en su hogar, trabajo y actividades académicas. Mientras que Lamas (2015) hace énfasis en el papel de “la autoeficacia, el afrontamiento flexible y el apoyo psicoemocional como factores protectores del bienestar académico” (p. 32).

De esto se tiene que a pesar de los desafíos la experiencia de ser madre durante sus estudios universitarios es considerado como un proceso de maduración, identidad y motivación, aunque esto puede conllevar a un alto coste emocional. Y esto se sustenta con lo indicado por Meléndez et al. (2018) el cual indica que la madre percibe a su hijo como un sostén emocional que la impulsa, pero también reconoce el desgaste mental y la dificultad para equilibrar responsabilidades.

Como categorías emergentes se tiene la ambivalencia emocional, estrés académico, motivación, rol materno como impulso, conciliación de roles, maternidad responsable. En donde es necesario revisar los enfoques de salud mental positiva y resiliencia. Para ello Maté et al. (2019) aporta una mirada al conflicto de roles, donde el amor maternal coexiste con el agotamiento por la exigencia académica. La maternidad no se percibe como renuncia, sino como desafío diario.

#### **8.2.4. Fuentes de estrés**

##### ***8.2.4.1. Sobrecarga académica, exigencia de los docentes***

Desde la psicología cognitiva y del estrés se puede interpretar que estas estudiantes universitarias experimentan una sobrecarga cognitiva (Reyes et al., 2021), es decir presentan una demanda excesiva de recursos mentales al intentar simultáneamente atender la crianza, los estudios y en algunos casos el trabajo. Esta sobrecarga genera emociones como frustración, ansiedad y llanto, signos claros de estrés crónico (Lazarus y Folkman, 1984).

En estos relatos también se evidencia la frustración por falta de equidad y apoyo ya sea en sus estudios o en sus actividades diarias. La falta de comprensión de sus pares y docentes genera estrés interpersonal, lo que puede contribuir a sentimientos de aislamiento o desmotivación. Araoz y Uchasara (2020) indican que “la percepción de baja autoeficacia o de falta de control sobre las condiciones del entorno aumenta la ansiedad y disminuye la persistencia”.

En cuanto a la dualidad emocional de motivación vs. agotamiento se tiene una ambivalencia emocional típica en contextos de alta carga con valor personal. Ya que en los relatos se evidencia que las estudiantes sienten que la situación es desgastante, pero a la vez su hijo es su motivación para continuar con sus estudios (Morales, 2020). En estos relatos se tiene que estudiar es parte de sus metas personales. Este conflicto interno de cansancio y deber es un rasgo común en quienes enfrentan retos con significado personal.

También resulta evidente una vulnerabilidad emocional y desgaste ya que estos testimonios son signos de agotamiento emocional, un componente central del síndrome de burnout académico (Schaufeli et al., 2002). Aunque el burnout está asociado comúnmente al entorno laboral, se ha evidenciado que en entornos educativos con alta presión y escaso apoyo también se encuentra presente. Es ahí donde los estudiantes especialmente aquellos en situaciones de vulnerabilidad, como la maternidad temprana presentan estos rasgos.

Como categorías emergentes se tiene la carga múltiple, frustración, rol materno, y esto se da por la dificultad de responder simultáneamente a las demandas académicas, laborales y familiares. El agotamiento refleja una sobrecarga de actividades ya sea en su hogar o en el contexto académico (Carrión y Vélez, 2020). Otra categoría a considerarse son las exigencias universitarias y acumulación de actividades especialmente en actividades o tareas grupales ya

que estas representan una fuente extra de presión, sobre todo cuando no hay comprensión del contexto maternal de las estudiantes.

## **8.2.5. Percepción del estrés**

### ***8.2.5.1. Manifestaciones emocionales y físicas, autopercepción del estrés***

En estas narrativas se refleja un estrés elevado especialmente porque viven situaciones en donde tienen que desempeñar múltiples roles sin mecanismos claros de organización. Desde el modelo de Lazarus y Folkman (1984) el estrés se origina cuando el individuo siente que su tiempo es insuficiente para realizar todas sus actividades. En estas estudiantes la transición a la maternidad y la exigencia académica crean un escenario donde el tiempo, la energía y el apoyo son percibidos como insuficientes.

Las entrevistadas en la mayor parte de casos pierden el control debido a la falta de tiempo o al acceso de actividades especialmente si a la par trabajan estudian y son madres, lo que generalmente ocasiona estrés académico y parental. Estas situaciones muchas veces llevan a una vulnerabilidad emocional y consecuencias psicológicas ya que en estos relatos se evidencian síntomas emocionales de agotamiento, como frustración, culpa y cansancio crónico, compatibles con los primeros signos de burnout académico-parental.

Según Herrera y Morillo (2022) el burnout se manifiesta “cuando hay agotamiento emocional, despersonalización y sensación de ineficacia” de acuerdo a lo indicado por el autor todos estos síntomas son perceptibles en las narrativas. Desde la psicología del desarrollo y del autocuidado materno (Araoz y Uchasara, 2020) indican que “estas emociones pueden también vincularse con conflictos identitarios” especialmente en las madres universitarias que cursan estudios de pregrado y a la vez empiezan a desarrollar su rol materno. Lo que genera una

disonancia emocional al sentir que no tienen un desempeño adecuado en ninguno de los dos roles.

En las narrativas también se evidencian estresores externos y falta de flexibilidad institucional. Es aquí donde las entrevistadas identifican factores estructurales y contextuales como fuentes del estrés. Entre los principales se tiene los horarios rígidos, falta de políticas universitarias de conciliación y exigencias docentes no adaptadas a la maternidad. Esto refuerza lo planteado por Águila et al. (2023) quienes señalan que los entornos universitarios ecuatorianos pueden convertirse en espacios excluyentes cuando no reconocen las diversidades de experiencia estudiantil.

Desde una perspectiva crítica y de equidad educativa la falta de flexibilidad institucional refuerza la carga mental de estas estudiantes. Ya que no se facilita el ejercicio de su derecho a la educación en igualdad de condiciones. Por otro lado, resulta importante analizar la dualidad emocional ya que el hijo es considerado como fuente de estrés y motivación para seguir en sus estudios.

Las estudiantes muestran conflictos con su maternidad. Ya que, por un lado, el hijo representa una fuente de amor y motivación, pero por otro es una responsabilidad constante que interfiere con las exigencias académicas. Esta ambivalencia emocional se explica desde el “modelo de doble carga” planteado por Arriagada (2006) y “el enfoque de conflicto de roles” planteado por Goode (1960) estos enfoques relacionan los roles y la falta de tiempo y como estos en conjunto generan un estado crónico de estrés y culpa.

## **8.2.6. Consecuencias del estrés**

### **8.2.6.1. Cansancio, desmotivación, ausencias**

El principal aspecto que se observa en estas narrativas es la fatiga como inicio de la desmotivación. Por ello se considera importante considerar la fatiga crónica relatada en varias narrativas y como está actúa como desencadenante directo de la desmotivación académica especialmente en este contexto ya se tiene que desempeñar varios roles como lo es su trabajo, estudio y cuidado del hijo. Desde la psicología de la motivación Avendaño (2020) en su teoría de “la autodeterminación destaca que la motivación se erosiona cuando las actividades que se realizan pierden sentido o agotan los recursos personales”.

En este sentido la actividad que termina resultando como innecesaria son los estudios y de ahí se puede apreciar que la gran parte de madres terminan por desertar de ellos. Otro de los efectos que se evidencian son el agotamiento y la falta de tiempo lo que limita su disponibilidad mental para participar activamente en lo académico, además que se relaciona también con síntomas tempranos del burnout académico, caracterizado por desinterés, fatiga y cinismo (Carrión y Vélez, 2020).

Otro factor recurrente en las narrativas es el sentido de culpa y ambivalencia emocional entre maternidad y estudio y esto sigue afirmando el conflicto de las anteriores narrativas un conflicto de roles profundo entre ser madre y ser estudiante. “Las emociones ambivalentes, como la culpa, la tristeza o el abandono del hijo, son típicas de los procesos de disonancia emocional cuando se percibe que el desempeño en un rol compromete la calidad del otro” (Goode, 1960; Arriagada, 2006).

Este conflicto es el que va ocasionando la motivación en estas madres y por ende se convierte en una fuente de estrés. Sin embargo, las participantes también relatan que su hijo es

su fuente de inspiración y gracias a ello se enfrentan a la contradicción emocional, pero no se paralizan ante ella.

Con esta contradicción se muestra una tensión dinámica entre la desmotivación pasajera y la persistencia sostenida. Desde una perspectiva psicológica, este vaivén se puede comprender como parte de los procesos autorregulatorios del yo (Zimmerman, 2002), donde las metas a largo plazo como lo es graduarse, obtener su título, aspirar a un mejor trabajo funcionan como anclas motivacionales para reconectarse con el propósito a pesar de las dificultades.

También se puede ver el efecto del entorno académico sobre la motivación y es qui importante analizar el papel que tiene el contexto institucional en alimentar o debilitar la motivación. La falta de apoyo académico muchas veces es considerado como una traba para este contexto estudiantil. Ya que muy pocas universidades poseen nulos mecanismos de flexibilidad o comprensión por parte de docentes y autoridades. Lo que termina produciendo sentimientos de abandono, frustración y deseo de abandono de sus estudios. Estos elementos que están bien documentados en estudios sobre deserción universitaria en poblaciones vulnerables (CEPAL, 2020).

De ahí que es importante recalcar que este entorno poco empático actúa como un estresor estructural. Lo que reduce la percepción de autoeficacia de las estudiantes y obstaculiza su permanencia en las instituciones universitarias. Desde un enfoque psicológico integrador, estas estudiantes viven una experiencia emocionalmente intensa. Donde la desmotivación se entrelaza con la fortaleza interna y se ve a la maternidad como motor simbólico. Es por ello que se siente la necesidad de un entorno universitario sensible que legitime sus luchas y apoye su permanencia.

## **8.2.7. Estrategias de afrontamiento**

### ***8.2.7.1. Manejo de tiempo, rutinas, planificación semanal, priorización***

Para iniciar con el análisis es necesario considerar que estas estudiantes tuvieron que pasar del autocuidado al cuidado del otro y estas narrativas lo muestran como un tránsito abrupto de la juventud centrada en el disfrute y la autonomía, hacia una madurez forzada por la maternidad temprana. Este cambio implica la renuncia a espacios personales en algunos casos hay el abandono de ciertas libertades ya que tienen que hacerse cargo de nuevas responsabilidades cotidianas. Desde la psicología del desarrollo, este fenómeno se relaciona con el salto anticipado de etapa evolutiva (Santrock, 2020) el cual indica que “el sujeto debe asumir responsabilidades adultas en una etapa aún formativa”.

Para ello la maternidad transforma su identidad y les obliga a reestructurar su cotidianidad. Este proceso puede vivirse de una manera conflictiva ya que las madres tienen la necesidad de no dejar sus sueños y por otro lado hay una nostalgia por la juventud perdida. Es evidente que las rutinas se van a ver sobrecargadas con las otras actividades y van a sentirse cada vez más agotadas.

En sus relatos indican que se enfrentan a rutinas extendidas y fragmentadas. Desde el enfoque de la psicología del estrés Lazarus y Folkman (1984) este patrón diario “representa una sobrecarga por múltiples demandas simultáneas: rol materno, rol estudiantil, en muchos casos laboral y doméstico”. Estas estudiantes tienen que realizar sus actividades diarias en base a determinadas rutinas donde el tiempo libre y el descanso quedan suprimidos.

El tener una rutina en constante vigilancia del tiempo y la necesidad de cumplir con todas sus tareas y actividades produce agotamiento mental, disociación emocional y síntomas de

ansiedad, como se observa en estudios sobre mujeres en situación de multitarea estructural (Blanco, 2016).

También es importante analizar el enfoque de salud mental materna ya que estas tensiones no patológicas son comunes y requieren redes de apoyo y validación externa (Organización Mundial de la Salud, 2018). El rol de la red de apoyo familiar especialmente de las abuelas cumple una función crucial en la salud emocional y el cuidado del menor. Desde la teoría del apego ampliado (Cassidy y Shaver, 2016) las abuelas son vistas como un soporte que permite a la madre universitaria regular mejor sus emociones y mantener su desempeño académico.

Sin embargo, también puede generar culpa relacional especialmente cuando sienten que las están ayudando demasiado y si son personas mayores o enfermas. Esto en algunas ocasiones suele ocasionar una idea de que no están cumpliendo con su rol materno adecuadamente. Las narrativas también reflejan mecanismos adaptativos, típicos del afrontamiento planificado (Lazarus y Folkman, 1984) en donde el control del tiempo se vuelve esencial. Estas estrategias pueden resultar funcionales, pero a la vez se vuelven muy exigentes lo cual podría ser contraproducente en el largo plazo si no se acompaña de autocuidado emocional.

## **IX. Principales logros del aprendizaje**

Entre los principales logros de este aprendizaje se ha identificado que el estrés es un fenómeno multifactorial en madres universitarias. Ya que se ha logrado visibilizar cómo el estrés académico no es una variable aislada, sino una constante en la mayor parte de relatos que involucra la sobrecarga de tareas universitarias, la crianza de sus hijos, la responsabilidad económica y la escasa flexibilidad institucional.

En estos casos el estrés se manifiesta en estados de agotamiento emocional, ansiedad anticipatoria, sentimientos de frustración y en algunos casos se ha evidenciado síntomas depresivos leves. Desde el enfoque de la psicología de la salud y el modelo de Cohen et al., (1983) el estrés es “una respuesta al desbalance entre demandas percibidas y recursos disponibles”. En estas estudiantes se evidencia que las demandas superan los recursos personales e institucionales lo que ocasiona vulnerabilidad emocional.

También se ha encontrado que la simultaneidad de roles genera conflicto de identidad al exigir cumplir estándares ideales tanto en la maternidad como en el rendimiento académico. Este conflicto genera culpa, autoexigencia y ambivalencia emocional. Desde la psicología del desarrollo adulto Erikson (1982) esta tensión puede “obstaculizar la formación del proyecto de vida”. El desequilibrio de roles afecta la autoestima y puede desencadenar crisis de identidad especialmente cuando no se cuenta con validación social por parte de sus compañeros y profesores.

Otro factor recurrente ha sido que, a pesar de las dificultades en muchas narrativas se revelan que el hijo es percibido como fuente de motivación, esperanza y propósito de vida. De ahí que las madres resignifican la maternidad como una fuerza emocional positiva para resistir el abandono académico esforzándose a pesar del cansancio. Desde la psicología positiva y la teoría del sentido de vida este tipo de ver la maternidad activa procesos de resiliencia y regula

emocionalmente los efectos del estrés crónico. La maternidad se convierte en un anclaje emocional estabilizador.

Se detectaron diversas estrategias de afrontamiento para desempeñar sus roles como uso de horarios, estudio nocturno, apoyo de familiares, priorización de actividades, entre otros. Estas estrategias son efectivas a corto plazo, pero se desarrollan sin apoyo psicológico profesional ni redes institucionales formales. Lo que las hace vulnerables ante crisis puntuales especialmente cuando sus hijos se enfermen o cuando presenten problemas económicos.

Desde el enfoque de afrontamiento estas estrategias son centradas en la solución, pero requieren acompañamiento terapéutico para evitar el colapso emocional o abandono académico cuando los recursos personales se agotan. Se ha demostrado que el apoyo social percibido especialmente de sus padres o su pareja es un factor protector frente al estrés y el abandono académico. Se ha evidenciado que las entrevistadas con mayor red de apoyo expresan mayor estabilidad emocional y menos pensamientos de deserción. Según la teoría del apoyo social como buffer del estrés Cohen et al. (1983) este funciona como un modulador emocional, reduciendo la percepción de amenaza. La ausencia de redes eleva la sintomatología ansiosa y el riesgo de burnout académico.

El estudio permitió identificar un vacío en las políticas universitarias relacionadas con maternidad y conciliación de roles. Aquí se evidenció la falta de flexibilidad en plazos para entrega de tareas o rendición de exámenes. En estos centros hay pocos recursos como guarderías o asesoría psicológica especializada lo que incrementa el riesgo de estrés crónico. Desde la psicología comunitaria y de género este hallazgo revela una desigualdad estructural que impacta negativamente en la salud mental de madres universitarias. Ya que no se considera sus necesidades como grupo vulnerable.

Estos hallazgos permiten concluir que el estrés en madres universitarias es un fenómeno complejo, multicausal y profundamente ligado a factores de género. El abordaje psicológico no debe centrarse solo en la intervención individual sino también en el diseño de entornos universitarios inclusivos, sensibles y protectores de la salud mental materna.

Estas estudiantes madres han tenido que reformular su vida cotidiana de manera radical. Han tenido que desarrollar sistemas de organización, redefiniendo prioridades y aprendiendo a convivir con emociones ambivalentes. La maternidad temprana en contexto universitario representa un desafío constante al equilibrio emocional.

## X. Conclusiones y recomendaciones

### 10.1 Conclusiones

- Al analizar las experiencias de madres estudiantes universitarias de universidades públicas y privadas y el estrés académico en contextos de maternidad temprana en Quito. Se encontró en el análisis transversal de las narrativas que tanto en universidades públicas como privadas de Quito se evidencia estrés académico. Las estudiantes enfrentan un doble desafío como lo es asumir la maternidad en una etapa de desarrollo vital en la que aún están en formación personal y profesional. Por otro lado, también se enfrentan al compromiso de sostener sus estudios en entornos universitarios poco adaptados a su realidad. La investigación muestra que el estrés no se origina solo en la carga académica o en las exigencias docentes, sino también en la dificultad para conciliar los roles de madre y estudiante. Lo que genera sentimientos de culpa, fatiga emocional, ansiedad y riesgo de deserción académica. Esta situación se agrava en contextos de escasa red de apoyo o donde las políticas institucionales no contemplan medidas específicas para la inclusión de madres jóvenes. El estudio aporta a la comprensión del estrés académico desde un enfoque contextual, destacando que no es una variable aislada ni únicamente individual. Sino una manifestación de tensiones sistémicas que requieren respuestas institucionales integrales, como horarios flexibles, apoyo psicológico, becas para madres, espacios de lactancia funcionales y acompañamiento académico diferenciado.
- Entre las principales fuentes de estrés académico que afectan a las estudiantes universitarias que son madres en situación de maternidad temprana. Se tiene la sobrecarga de tareas académicas, los tiempos limitados para cumplir con responsabilidades estudiantiles, la exigencia docente poco flexible y la dificultad para

equilibrar las demandas académicas con el cuidado del su hijo. Las narrativas reflejan que muchas madres jóvenes enfrentan acumulación simultánea de tareas académicas que coinciden con momentos críticos del cuidado de sus hijos lo que genera una sensación constante de insuficiencia, angustia y agotamiento emocional. Este estrés se intensifica cuando no existe una red de apoyo sólida o cuando las universidades no disponen de estrategias institucionales efectivas. Psicológicamente, el estrés vivido por estas madres responde a un conflicto de rol ya que simultáneamente están entre ser estudiante responsable y madre cuidadora. Lo que genera altos niveles de tensión emocional, que incluso llegan a poner en riesgo la permanencia académica. Asimismo, en las narrativas se repiten sentimientos de frustración, culpa y ambivalencia, pero también recurren a estrategias de afrontamiento centradas en el propósito de brindar una mejor vida a sus hijos. Lo cual refleja resiliencia adaptativa frente a un entorno adverso.

- Al describir las vivencias y percepciones que tienen las estudiantes madres sobre el equilibrio entre sus responsabilidades académicas y maternas. Se encontró que existe una constante tensión emocional y física al intentar equilibrar sus responsabilidades académicas, las tareas propias de la maternidad y en algunos casos las tareas de sus trabajos. La mayoría expresa que este equilibrio representa un desafío diario que se encuentra condicionado por la falta de tiempo, la carga académica excesiva, las exigencias del cuidado infantil y en algunos casos la ausencia de apoyo efectivo. El relato de las participantes muestra cómo deben reorganizar sus rutinas, modificar sus hábitos de estudio y priorizar responsabilidades, muchas veces sacrificando horas de descanso o tiempo personal. Esta situación da lugar a sentimientos de culpa, agotamiento, desmotivación y ambivalencia emocional. Especialmente cuando perciben que no logran cumplir adecuadamente con ninguno de los dos roles.

- De la interpretación cualitativa de los sentidos y significados que construyen las estudiantes universitarias madres en relación con su experiencia de estrés académico dentro del contexto de su maternidad temprana se revela que el estrés académico es experimentado no solo como una carga emocional y física, sino también como una vivencia profundamente significativa en su proceso de construcción identitaria. Las estudiantes no solo describen el estrés como una respuesta a la sobrecarga de tareas, falta de tiempo o presión institucional, sino que lo reinterpretan como una etapa de crecimiento, transformación y reafirmación de su proyecto de vida. Desde sus relatos se evidencia agobio, frustración, cansancio extremo y sensación de insuficiencia. Por otro, se evidencia orgullo, superación personal y fortalecimiento de su rol como madres responsables y estudiantes resilientes. La maternidad lejos de ser un obstáculo en sí misma aparece como una fuente de motivación profunda. Sus hijos son una razón para continuar a pesar de las dificultades, pero también un eje que tensiona sus posibilidades de organización, descanso y concentración. A nivel psicológico, estas construcciones reflejan procesos de afrontamiento activo y de resignificación personal, en los que las madres transforman su malestar en energía dirigida a sostener su doble rol.

## 10.2 Recomendaciones

- Al haberse identificado las principales fuentes de estrés se recomienda el desarrollo de estudios comparativos entre distintas carreras universitarias y tipos de instituciones superiores para analizar cómo varían las fuentes de estrés según el contexto académico. Se sugiere diseñar instrumentos específicos de medición de estrés académico en madres estudiantes que permitan cuantificar la carga percibida y orientar intervenciones psicoeducativas personalizadas.
- Al haber encontrado similitud en los relatos es importante fomentar investigaciones longitudinales que permitan observar cómo evoluciona este equilibrio a lo largo de la trayectoria académica y del desarrollo de los hijos. Asimismo, se recomienda implementar programas piloto de tutorías con enfoque en conciliación estudio maternidad, cuya evaluación futura permita diseñar políticas universitarias de retención y bienestar para madres estudiantes.
- Se recomienda realizar investigaciones desde enfoques psicológicos narrativos o fenomenológicos que profundicen en la construcción identitaria de las madres estudiantes, analizando cómo resignifican su rol materno académico a lo largo del tiempo. También se sugiere explorar el desarrollo de intervenciones en salud mental basadas en fortalezas personales.

## XI. Referencias bibliográficas

- Águila, B. A., Castillo, M. C., De la Guardia, R. M., y Achon, Z. N. (2023). Estrés académico. *EDUMECENTRO*, 7(2).
- Araoz, E. G., y Uchasara, H. J. (2020). Bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de educación superior pedagógica. *Apuntes Universitarios*, 10(4), 56-68.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.17162/au.v10i4.491>
- Arriagada, I. (2006). *Políticas de conciliación trabajo-familia: Una mirada de género*. CEPAL División de Desarrollo Social. : <https://www.cepal.org/es/publicaciones/2831>
- Avendaño Aldana, A. P. (2020). *El cuidado infantil desde la perspectiva de niños, niñas y maestras del grado jardín en el Colegio Manuelita Sáenz*.  
<http://hdl.handle.net/10469/7827>
- Barriga, O. A., y Henríquez, G. (2003). La Presentación del Objeto de Estudio. *Reflexiones desde la Práctica Docente. Cinta de Moebio*, 1(17).  
<https://www.redalyc.org/pdf/101/10101702.pdf>
- Bravo Muñoz, C., Vivas Herrera, J., & Sarmiento Quiñones, A. (2025). La investigación cualitativa en la formación integral de psicólogos: efectos en el desarrollo de competencias profesionales. En F. Viteri Bazante & X. Andrade Cáceres (Eds.), *Epistemología y prácticas de la psicología* (pp. 31–52). Ediciones Abya-Yala / Universidad Politécnica Salesiana. <https://doi.org/10.11613/abyaps.104>
- Cajachagua Castro, M., Chávez Sosa, J., Chilón Huamán, A., y Camposano Ninahuanca, A. (2022). Apoyo social y autocuidado en pacientes con Tuberculosis Pulmonar Hospital

- Lima Este, 2020, Perú. *Revista Cuidarte*, 13(2).  
<https://doi.org/https://doi.org/10.15649/cuidarte.2083>
- Carrión, M., y Vélez, D. (2020). Autonomía y autorregulación en estudiantes universitarios. *Revista Científica UISRAEL*, 7(2), 41-50.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.35290/rcui.v7n2.2020.245>
- Cohen, S., Kamarck, T., y Mermelstein, R. (1983). A global measure of perceived stress. *Journal of Health and Social Behavior*, 24(4), 385–396.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.2307/2136404>
- Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL). (2020). *La autonomía económica de las mujeres en la recuperación sostenible y con igualdad*. CEPAL:  
<https://www.cepal.org/es/publicaciones/46438>
- Consejo de Educación Superior (CES). (2022). *Reglamento de Régimen Académico*. Quito, Ecuador. <https://www.ces.gob.ec/web/reglamento-de-regimen-academico>
- Corona Lisboa, J. L. (2018). Investigación cualitativa: Fundamentos Epistemológicos, teóricos y metodológicos. *Vivat Academia*(144), 69-76.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.15178/va.2018.144.69-76>
- Crespo Blanco, M. C., y Salamanca Castro, A. B. (2007). El muestreo en la investigación cualitativa. *NURE Investigación*, 4(27), 1-10.  
<https://doi.org/https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/7779030.pdf>
- Díaz, G., y Ortiz, R. (2005). *La entrevista cualitativa*. Universidad Mesoamerica:  
[file:///C:/Users/Fernanda/Downloads/entrevistacualitativa%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/Fernanda/Downloads/entrevistacualitativa%20(1).pdf)

- Espinosa-Castro, J.-F., Rodríguez, J. E., Chacín, M., y Bermúdez-Pirela, V. (2020). Influencia del estrés sobre el rendimiento académico. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 39(1), 63-69. <https://doi.org/https://doi.org/10.5281/zenodo.4065032>
- Faur, E. (2009). *Organización social del cuidado infantil en la Ciudad de Buenos Aires : el rol de las instituciones públicas y privadas 2005 - 2008*. Tesis Doctorado Argentina. <http://hdl.handle.net/10469/7827>
- Folgueiras Bertomeu, P. (2016). *Técnica de recogida de información: La entrevista*. Universidad de Barcelona. <https://doi.org/https://hdl.handle.net/2445/99003>
- Goode, W. J. (1960). A theory of role strain. *American Sociological Review*, 25(4), 483–496. <https://doi.org/https://doi.org/10.2307/2092933>
- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., y Baptista Lucio, P. (2014). *Metodología de la investigación*. Mc Graw Hill. <https://www.esup.edu.pe/wp-content/uploads/2020/12/2.%20Hernandez,%20Fernandez%20y%20Baptista- Metodolog%C3%ADa%20Investigacion%20Cientifica%206ta%20ed.pdf>
- Herrera, J. (mayo de 2008). *La investigación cualitativa*. <https://juanherrera.wordpress.com/wp-content/uploads/2008/05/investigacion-cualitativa.pdf>
- Instituto Nacional de Estadística y Censos (INEC). (2021). *Encuesta Nacional de Salud y Nutrición*. Quito, Ecuador. <https://www.ecuadorencifras.gob.ec/estadisticas/>
- Jiménez Chaves, V. E., y Comet Weiler, C. (2022). Los estudios de casos como enfoque metodológico. *ACADEMO Revista de Investigación en Ciencias Sociales y Humanidades*, 3(2).

- Jiménez Espín, A. F., y Flores Moreira, E. P. (2024). Estrés psicológico en los adolescentes universitarios. *Polo del Conocimiento*, 9(2).
- Lamas, H. A. (2015). Sobre el rendimiento escolar. *Propósitos y Representaciones*. 3(1), 313–386.
- Lazarus, R., y Folkman, S. (1984). *Estrés y procesos cognitivos*. Nueva York: McGraw-Hill. (Citado en Morales, F. M. (2020). Estrategias de afrontamiento, empatía y tendencia prosocial en universitarios. *European Journal Of Education And Psychology*, 13(2),. <https://doi.org/https://doi.org/10.30552/ejep.v13i2.360>)
- Lillo, E. J., Muñoz, M. P., y Butter, M. C. (2019). Gestión del tiempo, trabajo colaborativo docente e inclusión educativa. *Revista Colombiana de Educación*, 78, 343-360. <https://doi.org/https://doi.org/10.17227/rce.num78-9526>
- Maté, C., Sánchez, M., y Martínez, L. (2019). *El apoyo social como factor protector en la salud mental*. Ciencias Psicosociales. Universidad de Cantabria. <https://ocw.unican.es>
- Morales, F. M. (2020). Estrategias de afrontamiento, empatía y tendencia prosocial en universitarios. *European Journal Of Education And Psychology*, 13(2), 187-198. <https://doi.org/https://revistas.uautonoma.cl/index.php/ejep/article/view/1326/927>
- Ninahuanca, A. (2022). Apoyo social y autocuidado en pacientes con tuberculosis pulmonar. Hospital Lima Este, Perú. *Revista Cuidarte*, 13(2). <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.15649/cuidarte.2083>
- OMS. (23 de septiembre de 2024). *La OMS insta a mejorar la salud y el bienestar de los adolescentes para velar por la salud de las futuras generaciones*.

<https://www.who.int/es/news/item/23-09-2024-securing-adolescent-health-and-well-being-today-is-vital-for-the-health-of-future-generations-who>

Ortiz, G. (2015). *La Entrevista Cualitativa*. Universidad de Alicante.

<https://doi.org/http://hdl.handle.net/10045/47795>

Pedrero Pérez, E. J., Ruiz Sánchez De León, J. M., Lozoya Delgado, P., Rojo Mota, G., Llanero Luque, M., y Puerta García, C. (2015). La «Escala de estrés percibido»: estudio psicométrico sin restricciones en población no clínica y adictos a sustancias en tratamiento. *Revista internacional de psicología clínica y de la salud*, 23(2), 305-324.

[https://doi.org/https://www.behavioralpsycho.com/wp-content/uploads/2018/10/06.Pedrero\\_23-2.pdf](https://doi.org/https://www.behavioralpsycho.com/wp-content/uploads/2018/10/06.Pedrero_23-2.pdf)

Quecedo Lecanda, R., y Castaño Garrido, C. (2003). Introducción a la metodología de investigación cualitativa. *Revista de Psicodidáctica*, 1(14), 5-40.

<https://doi.org/https://redined.educacion.gob.es/xmlui/bitstream/handle/11162/44015/01520073000044.pdf>

Reales Chacón, L. J., Peñafiel Luna, A. C., Cárdenas Medina, J. H., y Cantuña Vallejo, P. F.

(2022). El muestreo intencional no probabilístico como herramienta de la investigación científica en carreras de Ciencias de la Salud. *Revista multidisciplinar de la Universidad de Cienfuegos*, 14(5), 681–691.

<https://rus.ucf.edu.cu/index.php/rus/article/view/3338>

Reina Barreto, J. A., Criollo Espín, C. A., y Fernández D'Andrea, K. (2019). Apoyo social en la maternidad indeseada de estudiantes universitarias ecuatorianas. *Prospectiva: Revista de Trabajo Social e Intervención Social*(27), 107-137.

<https://doi.org/https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6746401>

- Restrepo, M. U., Mora, O. L., y Rodríguez, A. C. (2007). Voces del estigma: percepción de estigma en pacientes y familias con enfermedad mental. *DOAJ. Revista Universitas*, 48(3), 207-220. <https://doaj.org/article/333f9f8f0e004e19a1344bfe527281c9>
- Reyes, Téllez, y Martínez. (2021). *Estresores académicos en los estudiantes de segundo año de la Carrera de Trabajo Social, de la UNAN, León*. UNAN León. <https://doi.org/http://riul.unanleon.edu.ni:8080/jspui/bitstream/123456789/9503/1/251510.pdf>
- Rivas, A. (2018). La conciliación de la vida laboral, familiar y personal: Avances y desafíos para la igualdad de género en América Latina. *CEPAL, Panorama Social de América Latina 2018*, 105–124. <https://doi.org/https://www.cepal.org/es/publicaciones/44396>
- Rudas, N. (2019). Confrontación y "autodestrucción" de un proyecto de sociología en la Universidad Nacional de Colombia: la caída de los "padres fundadores". *Revista Colombiana de Sociología*, 42(2), 67-90. <https://doi.org/https://doi.org/10.15446/rcs.v42n2.76759>
- Ruperti Lucero, E., Espinel Guadalupe, J., Naranjo Cabrera, C., y Aguilar Pita, D. (2021). Conciliación de la vida familiar y bienestar laboral, análisis de roles sociales y género en tiempos de COVID-19 Caso Ecuador. *Revista Chakiñan de Ciencias Sociales y Humanidades*, 1(15), 18-30. <https://doi.org/https://doi.org/10.37135/chk.002.15.01>
- Secretaría de Educación Superior, Ciencia, Tecnología e Innovación (SENESCYT) . (2021). *Políticas de apoyo académico y bienestar estudiantil*. <https://www.educacionsuperior.gob.ec/>
- Secretaría de Educación Superior, Ciencia, Tecnología e Innovación (SENESCYT). (2021). *Políticas inclusivas en educación superior*. <https://educacionsuperior.gob.ec>

- SENESCYT. (2021). *Políticas integrales de salud mental en la educación superior ecuatoriana*. Quito, Ecuador. <https://educacionsuperior.gob.ec>
- Silva Ramos, M. F., López Cocotle, J. J., y Meza Zamora, M. E. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Investigación y Ciencia*, 28(79), 75-83.
- Sousa, J. (2017). Dimensiones sociológicas y culturales. *Revista Colombiana de Sociología*, 42(2), 67-90. <https://doi.org/https://doi.org/10.15446/rcs.v42n2.76759>
- Supé Landa, R. V. (2023). *Ansiedad y calidad de vida en estudiantes universitarios*. Universidad Técnica de Ambato. <https://doi.org/https://repositorio.uta.edu.ec/handle/123456789/39889>
- Universidad EAFIT. (5 de abril de 2021). *Instructivo Definición Condiciones Académicas*. [entrenos.eafit.edu.co/gestion-administrativa/atenea/procesogestionarcursosdeeducacionpermanente/2-definicion-condiciones-academicas.pdf](https://entrenos.eafit.edu.co/gestion-administrativa/atenea/procesogestionarcursosdeeducacionpermanente/2-definicion-condiciones-academicas.pdf)
- Universidad Técnica de Ambato (UTA). (2022). *Informe sobre intervenciones en salud mental y bienestar universitario*. Dirección de Bienestar Estudiantil. <https://doi.org/https://www.uta.edu.ec>
- Viteri Bazante, F. B. (2012). *Implicación del área afectiva-emocional en la estructuración del conocimiento y su incidencia en el proceso pedagógico* [Tesis de licenciatura, Universidad Politécnica Salesiana]. Repositorio Institucional UPS.
- Viteri Bazante, F. B., & Sanmartín García, R. I. (2023). Bases epistemológicas de la intervención psicosocial: una fundamentación de la práctica basada en

evidencia. *Revista InveCom / ISSN En línea: 2739-0063*, 3(2), 1–20.

<https://doi.org/10.5281/zenodo.8055808>

Zula Riofrío, P. D. (2024). *Impacto de la maternidad en el aprendizaje de las estudiantes*

*Universitarias*. Universidad Nacional de Loja.

<https://doi.org/https://dspace.unl.edu.ec/jspui/handle/123456789/30306>

## XII. Anexos

### Anexo 1: Matriz guía de entrevista

Categorías	Dimensión	Indicador	Preguntas para madres estudiantes
Variables sociodemográficas	Perfil personal	Edad	¿Cuál es su edad?
		Edad de maternidad	¿Cuál fue su edad al momento de convertirse en madre?
		Estado civil	¿Cuál es su estado civil?
	Datos académicos	Nombre de la universidad	¿En qué universidad se encuentra estudiando?
		Tipo de universidad	¿Su universidad es pública o privada?
		Carrera universitaria	¿Cuál es su carrera universitaria?
		Nivel académico actual	¿En qué nivel académico se encuentra?
		Modalidad de estudios	¿Cuál es su modalidad de estudios?
	Contexto familiar	Tipo de hogar	¿Con quién vives actualmente?
		Apoyo familiar	¿Cuentas con red de apoyo para el cuidado del/de los hijo(s)?

	Actividades adicionales	¿Trabajas actualmente además de estudiar?
	Cambios en su rutina diaria	¿Podrías contarme cómo ha sido tu experiencia como madre joven mientras estudias en la universidad, como cambió tu rutina?
Experiencia materna	Prioridades	¿Qué desafíos consideras que son los más difíciles de sobrellevar al ser estudiante y madre al mismo tiempo?
Variable Maternidad Temprana	Presencia de redes de apoyo familiar	¿Su familia le apoyo al momento de tener a su hijo?
	Apoyo social	¿En la institución universitaria le dieron apoyo al momento de tener a su hijo?
		a académica
		c
		a
Impacto en la vida		d

Percepción de apoyo

¿Qué tipo de  
apoyo o  
cambios  
consideras que

Cuidado del menor

podrían  
ayudarte a  
sobrellevar  
mejor ambas  
responsabilida  
des?

---

¿Qué has  
aprendido de  
esta experiencia  
como madre y  
estudiante?

---

		Manejo de actividades académicas	¿Cómo influye la presencia de su hijo para sus actividades académicas?
Variable estrés académico	Fuentes de estrés	Sobrecarga académica	¿Se ha sentido en algún momento con exceso de actividades académicas?
		Exigencia de los docentes	¿Te has sentido estresada por tus estudios? ¿En qué momentos o situaciones?
	Percepción del estrés	Manifestaciones emocionales y físicas	¿Hay momentos en los que te hayas sentido sobrepasada? ¿Cómo los enfrentaste?
		Autopercepción del estrés	¿Qué factores te generan mayor estrés, académicos o cumplir el rol de madre?
	Consecuencias del estrés	Cansancio	¿En algún momento te has sentido cansada y sin ganas de ir a clases o atender a tu hijo?
		Desmotivación	¿Hay momentos en los que te hayas sentido desmotivada y sin ganas de ir a clases?
Ausencias		¿Ser madre a afectado en tu asistencia normal a tus actividades académicas?	
Estrategias de afrontamiento	Manejo del tiempo	Rutinas	¿Cómo cambió tu rutina diaria desde que te convertiste en madre, cómo distribuyes tu tiempo?
		Planificación semanal	¿Tienes alguna rutina o estrategia que te ayude a equilibrar la maternidad con tus estudios?

	Priorización	¿En algún momento has tenido que escoger entre tus estudios y tu rol de madre?
Recursos personales y emocionales	Mecanismos de autocuidado	¿Qué mecanismos has implementado para cuidar de tu salud física y mental, para que tus roles no te agobien?
Apoyo institucional	Percepción de accesibilidad a servicios	¿Qué crees que debería hacer tu universidad para apoyar mejor a las estudiantes que también son madres?
	Trato docente	¿Tus docentes han sido empáticos al momento de realizar actividades académicas?

## **Anexo 2: Validación del instrumento**

La validación del instrumento se realizó mediante la siguiente escala Likert en la que se evalúan los criterios de relevancia, claridad y pertinencia:

- 1 = Totalmente en desacuerdo
- 2 = En desacuerdo
- 3 = Ni de acuerdo ni en desacuerdo
- 4 = De acuerdo
- 5 = Totalmente de acuerdo

<b>Pregunta</b>	<b>Relevancia</b>	<b>Claridad</b>	<b>Pertinencia</b>	<b>Comentarios</b>
1. ¿Cuál es su edad?	5	5	5	Pertinente, clara y necesaria. Pregunta básica para caracterización sociodemográfica.
2. ¿Cuál fue su edad al momento de convertirse en madre?	5	5	5	Pertinente para establecer el momento de la maternidad temprana. Bien formulada.
3. ¿Cuál es su estado civil?	5	5	5	Válida para contexto familiar. Redacción clara.
4. ¿Cuántos hijos a su cargo tiene actualmente?	5	5	5	Pertinente, pero podría especificarse si se refiere a hijos a cargo actualmente.
5. ¿En qué universidad se encuentra estudiando?	5	5	5	Correcta. Pregunta clara y directa.
6. ¿Cuál es su carrera universitaria?	5	5	5	Adecuada. Proporciona contexto académico.
7. ¿En qué nivel académico se encuentra?	5	5	5	Correcta. Especifica el momento formativo.
8. ¿Cuál es su modalidad de estudios?	5	5	5	Pertinente, clara y necesaria. Pregunta básica para caracterización sociodemográfica.
9. ¿Con quién vives actualmente?	5	5	5	Pertinente para conocer el contexto de apoyo. Bien redactada.
10. ¿Cuentas con red de apoyo para el cuidado del/de los hijo(s)?	5	5	5	Muy relevante. Redacción clara y adecuada.
11. ¿Trabajas actualmente además de estudiar?	5	5	5	Válida. Explora doble carga de responsabilidades.
12. ¿Podrías contarme cómo ha sido tu experiencia como madre joven mientras estudias en la universidad, como cambió tu rutina?	5	5	4	Muy valiosa. Estimula relato abierto. Corregir redacción: coma innecesaria.
13. ¿Qué desafíos consideras que son los más difíciles de sobrellevar al ser estudiante y madre al mismo tiempo?	5	5	5	Clara y pertinente. Estimula análisis reflexivo.
14. ¿Su familia le apoyo al momento de tener a su hijo?				
15. ¿En la institución universitaria le dieron apoyo al momento de tener a su hijo?	5	5	5	Válida. Requiere precisión sobre tipo de apoyo.
16. ¿Qué tipo de apoyo o cambios consideras que podrían ayudarte a sobrellevar mejor ambas responsabilidades?	4	4	5	Válida. Requiere precisión sobre tipo de apoyo.

<b>Pregunta</b>	<b>Relevancia</b>	<b>Claridad</b>	<b>Pertinencia</b>	<b>Comentarios</b>
17. ¿Qué has aprendido de esta experiencia como madre y estudiante?	5	5	5	Excelente. Pregunta de cierre reflexivo.
18. ¿Cómo influye la presencia de su hijo para sus actividades académicas?	4	4	5	Valiosa, pero ya se abordó en pregunta 25. Ver posibilidad de unificar.
19. ¿Se ha sentido en algún momento con exceso de actividades académicas?	5	5	5	Válida. Conecta con la fuente de estrés.
20. ¿Te has sentido estresada por tus estudios? ¿En qué momentos o situaciones?	5	5	5	Válida. Conecta con la fuente de estrés.
21. ¿Qué factores te generan mayor estrés, académicos o cumplir el rol de madre?	5	5	5	Muy buena. Introduce percepción emocional y afrontamiento
22. ¿En algún momento te has sentido cansada y sin ganas de ir a clases o atender a tu hijo?	5	5	5	Relevante. Invita a verbalizar efectos del estrés.
23. ¿Ser madre a afectado en tu asistencia normal a tus actividades académicas?	5	5	5	Correcta. Bien enfocada.
24. ¿Tienes alguna rutina o estrategia que te ayude a equilibrar la maternidad con tus estudios?	5	5	5	Muy buena. Dirigida a estrategias de afrontamiento.
25. ¿En algún momento has tenido que escoger entre tus estudios y tu rol de madre?	5	5	5	Pertinente. Conecta con conflictos de rol.
26. ¿Qué mecanismos has implementado para cuidar de tu salud física y mental, para que tus roles no te agobien?	5	5	5	Muy buena. Explora autocuidado.
27. ¿Tus docentes han sido empáticos al momento de realizar actividades académicas?	5	5	5	Adecuada. Explora percepción del trato docente.
28. ¿Qué crees que debería hacer tu universidad para apoyar mejor a las estudiantes que también son madres?	5	5	5	Adecuada. Conecta con el trato docente.

### Anexo 3: Categorías de la entrevista

#### Datos sociodemográficos

1. ¿Cuál es su edad?
2. ¿Cuál fue su edad al momento de convertirse en madre?
3. ¿Cuál es su estado civil?
4. ¿Cuántos hijos a su cargo tiene actualmente?
5. ¿Cuántos años tiene su(s) hijo(s)?

#### Datos académicos

6. ¿En qué universidad se encuentra estudiando?
7. ¿Su universidad es pública o privada?
8. ¿Cuál es su carrera universitaria?
9. ¿En qué nivel académico se encuentra?
10. ¿Cuál es su modalidad de estudios?

#### Contexto familiar:

11. ¿Con quién vives actualmente?
12. ¿Cuentas con red de apoyo para el cuidado del/de los hijo(s)?
13. ¿Trabajas actualmente además de estudiar?

### Experiencia materna

14. ¿Podrías contarme cómo ha sido tu experiencia como madre joven mientras estudias en la universidad, como cambió tu rutina?
15. ¿Qué desafíos consideras que son los más difíciles de sobrellevar al ser estudiante y madre al mismo tiempo?

### Apoyo social

16. ¿Su familia le apoyo al momento de tener a su hijo?
17. ¿En la institución universitaria le dieron apoyo al momento de tener a su hijo?
18. ¿Qué tipo de apoyo o cambios consideras que podrían ayudarte a sobrellevar mejor ambas responsabilidades?

### Impacto en la vida académica

19. ¿Qué has aprendido de esta experiencia como madre y estudiante?
20. ¿Cómo influye la presencia de su hijo para sus actividades académicas?

### Fuentes de estrés

21. ¿Se ha sentido en algún momento con exceso de actividades académicas?
22. ¿Te has sentido estresada por tus estudios? ¿En qué momentos o situaciones?

### Percepción del estrés

23. ¿Hay momentos en los que te hayas sentido sobrepasada? ¿Cómo los enfrentaste?
24. ¿Qué factores te generan mayor estrés, académicos o cumplir el rol de madre?

### Consecuencias del estrés

25. ¿En algún momento te has sentido cansada y sin ganas de ir a clases o atender a tu hijo?
26. ¿Hay momentos en los que te hayas sentido desmotivada y sin ganas de ir a clases?
27. ¿Ser madre a afectado en tu asistencia normal a tus actividades académicas?

### Manejo del tiempo

28. ¿Cómo cambió tu rutina diaria desde que te convertiste en madre, cómo distribuyes tu tiempo?
29. . ¿Tienes alguna rutina o estrategia que te ayude a equilibrar la maternidad con tus estudios?
30. ¿En algún momento has tenido que escoger entre tus estudios y tu rol de madre?

### Recursos personales y emocionales

31. ¿Qué mecanismos has implementado para cuidar de tu salud física y mental, para que tus roles no te agobien?

### Apoyo institucional

32. ¿Tus docentes han sido empáticos al momento de realizar actividades académicas?

33. ¿Consideras que el ser madre ha permitido que tus estudios sean más flexibles?

### Cierre

34. ¿Qué crees que debería hacer tu universidad para apoyar mejor a las estudiantes que también son madres?

Gracias por su tiempo y sus valiosas aportaciones.