



**UNIVERSIDAD INTERNACIONAL SEK
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**

Trabajo de fin de carrera titulado:

Impulsividad bajo presión: La relación entre estrés percibido, impulsividad y la autopercepción
de escala socioeconómica

Realizado por:

Soraya Piedad Peñaherrera Terán
Gianni Eduardo Vasconez Murgueytio

Director:

Patricia Janeth Pitta Vargas

Como requisito para la obtención del título:

Maestría en psicología mención psicoterapia

DECLARACIÓN JURAMENTADA

Yo SORAYA PIEDAD PEÑAHERRERA TERÁN, con cédula de identidad 1723539696, declaro bajo juramento que el trabajo aquí desarrollado es de mi autoría, no ha sido previamente presentado por ningún grado a calificación profesional y que se ha procesado debidamente la información utilizada en las referencias bibliográficas incluidas en el presente documento.

A través de la presente declaración, cedo mis derechos de propiedad intelectual correspondiente a este trabajo a la **UNIVERSIDAD INTERNACIONAL SEK**, según lo establecido por la Ley de Propiedad Intelectual, por su reglamento y por la normativa institucional vigente.



Soraya Peñaherrera T.

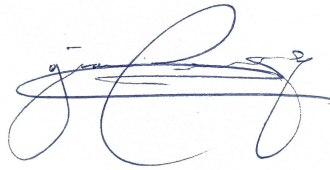
Nombres: Soraya Piedad Peñaherrera Terán

C.C. 1723539696

DECLARACIÓN JURAMENTADA

Yo GIANNI EDUARDO VASCONEZ MURGUEYTIO, con cédula de identidad 1719090001, declaro bajo juramento que el trabajo aquí desarrollado es de mi autoría, no ha sido previamente presentado por ningún grado a calificación profesional y que se ha procesado debidamente la información utilizada en las referencias bibliográficas incluidas en el presente documento.

A través de la presente declaración, cedo mis derechos de propiedad intelectual correspondiente a este trabajo a la **UNIVERSIDAD INTERNACIONAL SEK**, según lo establecido por la Ley de Propiedad Intelectual, por su reglamento y por la normativa institucional vigente.



Nombres: Gianni Eduardo Vasconez Murgueytio

C.C. 1719090001

DECLARATORIA

El presente trabajo de investigación titulado:

Impulsividad bajo presión: La relación entre estrés percibido, impulsividad y la autopercepción
de escala socioeconómica.

Realizado por:

Soraya Piedad Peñaherrera Terán y Gianni Eduardo Vasconez Murgueytio

Como un requisito para la Obtención del Título de: Magíster en psicología mención psicoterapia

Ha sido orientado por el docente

Patricia Janeth Pitta Vargas

Quien considera que forma parte de un trabajo original de su autor

PATRICIA JANETH PITTA VARGAS

Docentes Informantes:

Después de revisar el trabajo de investigación presentado. Los docentes informantes lo han calificado como apto para su defensa oral frente a un tribunal examinador.

GABRIEL OSORIO VIZCAINO

MICHELLE MEDINA HERDOIZA

Resumen

Este estudio analizó la relación entre el estrés percibido, la impulsividad y la percepción de estatus socioeconómico en una muestra de 1.533 personas ecuatorianas (44,8% hombres, 55,2% mujeres, edades entre 18 y 65 años). Se empleó un diseño cuantitativo, correlacional y transversal, utilizando la Escala de Estrés Percibido (PSS-14) y la Escala de Impulsividad de Barratt (BIS-11c), adaptadas y validadas en población hispanohablante. Los análisis incluyeron correlaciones de Pearson y ANOVA de un factor con corrección de Welch. Los resultados evidenciaron correlaciones positivas y significativas entre el estrés percibido y todas las dimensiones de la impulsividad, siendo más fuerte la dimensión de impulsividad no planeada ($r = .453, p < .001$). Se observó que los participantes ubicados en peldaños más bajos de la escala socioeconómica reportaron niveles más altos de estrés e impulsividad, con una tendencia decreciente a medida que aumenta la autopercepción de estatus. Estos hallazgos se alinean a modelos neuropsicológicos que sugieren que el estrés crónico deteriora las estructuras cerebrales de regulación emocional y control inhibitorio. Las implicaciones de este estudio destacan la necesidad de diseñar intervenciones neuropsicológicas enfocadas en el manejo del estrés y el fortalecimiento de habilidades de autorregulación y planificación en personas de la población ecuatoriana del peldaño socioeconómico más bajo.

Palabras clave: estrés percibido, impulsividad, estatus socioeconómico, salud mental, neuropsicología, población ecuatoriana.

Impulsividad bajo presión: La relación entre estrés percibido, impulsividad y la autopercepción de escala socioeconómica

El estudio de los factores que contribuyen a la salud mental podría ser una prioridad para comprender cómo las personas responden a las demandas de su entorno. Entre estos factores, el estrés y la impulsividad se destacan por su influencia en el bienestar psicológico y en la capacidad de autorregulación emocional (Belduma Rentería, 2024; Cóndor & Medina, 2025). Además, se analizan dos estudios que facilitan la comprensión de las estructuras del cerebro que relacionan estas variables, lo que permite explorar cómo los circuitos neuronales de estas funciones pueden ser afectados debido a experiencias prolongadas de estrés (Astori & Sandi, 2024; Sánchez-Sarmiento, Giraldo-Huertas & Quiroz-Padilla, 2013).

El estrés es un factor que influye en el deterioro de la salud mental ya que, según investigaciones realizadas recientemente, se señala que el estrés en niveles moderados y altos afecta de manera directa y significativa el bienestar emocional, el rendimiento académico y la estabilidad psicológica de las personas (Belduma Rentería, 2024). De acuerdo a diferentes estudios realizados en Ecuador, se plantean como principales estresores a las responsabilidades académicas, la inestabilidad financiera y la falta de tiempo para realizar actividades que generen placer a las personas, lo que puede incrementar la probabilidad de desarrollar ansiedad, depresión, agotamiento emocional y dificultades en las relaciones interpersonales (García-Rodríguez et al., 2021; Morales-Fonseca et al., 2023). La literatura existente destaca la necesidad de implementar estrategias que promuevan el manejo del estrés tales como programas de apoyo psicológico, talleres de gestión emocional y actividades extracurriculares (Belduma Rentería, 2024).

Por otro lado, la impulsividad se define como la tendencia a reaccionar sin pensar en las consecuencias, dejando de lado la reflexión y caracterizándose por comportamientos inadecuados y sin planificación (Alcázar Córcoles et al., 2010). En un estudio realizado por Córdor y Medina (2025) se concluyó que las personas más impulsivas tienden a reportar menor bienestar psicológico, social y emocional. Esto sugiere que, las acciones impulsivas pueden generar mayor carga emocional y dificultad en las relaciones sociales. Debido a esto es importante desarrollar estrategias o habilidades de autorregulación emocional para gozar de una mejor salud mental.

Para comprender la relación entre las variables a profundidad, se analizaron los circuitos cerebrales que transversalizan el estrés y la impulsividad. Astori y Sandi (2024) delimitan las estructuras que moderan la impulsividad: la corteza cingulada anterior (ACC), estructura que se encarga de la regulación emocional; y, el núcleo accumbens (NAc), la estructura que genera la recompensa esperada.

Una conexión saludable entre estas estructuras, permite la conceptualización de una recompensa esperada e integra la cantidad de esfuerzo que requiere. Paralelamente, la corteza prefrontal (CPF), el núcleo basolateral de la amígdala, el núcleo subtalámico (nST) y el NAc coordinan el control inhibitorio, la regulación emocional, y la toma de decisiones; estas estructuras permiten la planificación y el posponer la gratificación (Sánchez-Sarmiento, Giraldo-Huertas & Quiroz-Padilla, 2013).

Sin embargo, según Astori y Sandi (2024), la exposición al estrés crónico altera este circuito: Se ha observado que la ACC y el NAc son particularmente sensibles a la sobrecarga de cortisol, así se genera una interferencia en la capacidad de integrar información sobre esfuerzo y recompensa. El mismo estudio demuestra que esto disminuye la preferencia de recompensas de

alto valor que requieren un mayor esfuerzo; por lo tanto, se presentan síntomas relacionados con la anhedonia y un aumento en la velocidad de respuesta, disminución del autocontrol y preferencia de gratificaciones inmediatas (Sánchez-Sarmiento, Giraldo-Huertas & Quiroz-Padilla, 2013).

Los diferentes estudios realizados sugieren que el estrés crónico podría debilitar la conexión entre los circuitos de control inhibitorio generando respuestas impulsivas. Por otro lado, existe otro factor que influye en la relación entre el estrés y la impulsividad, la escala socioeconómica. Según los resultados de los estudios realizados, se plantea que un bajo estatus socioeconómico durante edades tempranas puede incrementar la exposición a factores estresantes crónicos, lo que podría favorecer la aparición de conductas impulsivas a través de alteraciones neurobiológicas y conductuales (Kong et al., 2025). Como señalan Lee y Hoaken (2007, como se citó en He et al., 2020), “la experiencia temprana de desventaja económica se asocia con una mayor probabilidad de enfrentar eventos vitales estresantes, los cuales pueden mediar el aumento de conductas impulsivas.” Dicha situación es reforzada cuando el estrés deteriora los sistemas de regulación emocional y control inhibitorio, lo que podría afectar la capacidad de planificación a largo plazo y reforzar conductas orientadas a la gratificación inmediata (Kong et al., 2025). Es así que la impulsividad se presenta como un mecanismo que se manifiesta debido a la desventaja socioeconómica con un mayor riesgo de síntomas depresivos y ansiosos, sobre todo en contextos de alta exigencia como la transición universitaria (Kong et al., 2025; He et al., 2020).

Considerando la relación entre las estructuras sociales y neurológicas que afectan las variables de estrés e impulsividad, se planteó identificar esta relación en una muestra de la población ecuatoriana, y así, generar evidencia empírica que podría utilizarse para la creación de un plan de intervención neuropsicológica que considere las estructuras afectadas.

Metodología

Diseño

Este estudio busca analizar la relación entre estrés percibido, impulsividad (cognitiva, motora y no planificada), y autopercepción de escala socioeconómica; además, se explora cómo factores sociales y neurológicos influyen en la salud mental de la población ecuatoriana. Lleva un enfoque cuantitativo ya que busca establecer relaciones mediante un análisis de los datos recopilados (Bryman, 2012) a través de encuestas realizadas a una muestra de la población ecuatoriana. Según Arias et. al., (2020), mantiene un alcance correlacional debido a que se analiza la relación entre las variables (i.e estrés percibido, e impulsividad, y percepción de escala socioeconómica) y es de corte transversal, ya que, las encuestas se realizan una sola vez para armar la base de datos con las variables de la población (Kerlinger & Lee, 2001). Finalmente, el tipo de investigación es empírica (asociativa) ya que busca la relación de dos variables nominales y una ordinal (Creswell, 2014).

El estudio es parte de un proyecto de investigación aprobado por el comité de ética de la Universidad Internacional SEK en el año 2024 en donde la participación ha sido anónima y voluntaria.

Participantes

Descriptivos

	Edad	Escalera
N	1533	1533
Media	24.6	6.07
Mediana	22.0	6
Desviación Estándar	7.81	1.85
Minimo	18.0	1
Máximo	65.0	10

Frecuencias de Sexo

Sexo	Frecuencia	% del Total	Acumulado %
Hombre	645	42.1%	42.1%
Mujer	888	57.9%	100.0%

Frecuencias de Escalera Socioeconómica

Escalera	Frecuencia	% del Total	Acumulado %
1 (Peldaño más bajo, peor situación)	20	1.3%	1.3%
2	43	2.8%	4.1%
3	79	5.2%	9.3%
4	101	6.6%	15.9%
5	352	23.0%	38.8%
6	262	17.1%	55.9%
7	349	22.8%	78.7%
8	213	13.9%	92.6%
9	63	4.1%	96.7%
10 (Peldaño más alto, mejor situación)	51	3.3%	100.0%

En cuanto a la muestra de la población ecuatoriana, el total de los participantes es de 1533 siendo 645 hombres representando el 42.1% y 888 mujeres representando el 57.9%.

Respecto a sus edades, la edad mínima en la muestra de la población es de 18 años y la edad máxima es de 65 años, con una media de edad de 24.6 años.

Herramientas

La aplicación de las herramientas fue online a través de la plataforma QUALTRICS durando la misma entre 20 a 40 minutos. Es importante mencionar que previo a la aplicación de los instrumentos se firmó el acuerdo de confidencialidad donde se especifica que “Todos los procedimientos realizados con participantes humanos cumplirán con las Directrices sobre el uso de pruebas de investigación de la International Test Commission y la Declaración de Helsinki 1964 y sus enmiendas posteriores, o estándares éticos comprobables”.

Se utilizaron dos instrumentos psicométricos: la Escala de Estrés Percibido (PSS-14) y la Escala de Impulsividad de Barratt (BIS-11c) y se analizaron utilizando el programa desarrollado por The Jamovi Project (2024). A continuación, se describen sus características, procesos de adaptación, propiedades psicométricas y resultados en la muestra.

Escala de Estrés Percibido (PSS-14)

La PSS-14 fue desarrollada por Cohen, Kamarck y Mermelstein (1983) como una medida global del estrés percibido durante el último mes. Esta versión está compuesta de 14 ítems que utilizan la escala de Likert de cinco puntos como respuesta para evaluar la percepción de control y sobrecarga ante situaciones cotidianas.

La versión utilizada en este estudio corresponde a la adaptación al español realizada y validada en muestras de población española (Remor & Carroble, 2001; Remor, 2006). En el contexto ecuatoriano, un estudio reciente con una muestra de 7.905 estudiantes universitarios encontró que la PSS-14 presenta altos índices de confiabilidad ($\alpha = 0.85$; $\omega = 0.80$), además de

validez convergente con indicadores de salud mental como ansiedad, depresión, resiliencia y consumo de alcohol (Ruisoto et al., 2020).

En este estudio, la PSS-14 presentó una consistencia interna alta, con un alfa de Cronbach de 0.868.

Escala de Impulsividad de Barratt (BIS)

La Escala de Impulsividad de Barratt (BIS) fue diseñada originalmente por Barratt (1959) para evaluar la relación entre impulsividad, ansiedad y eficiencia psicomotriz. Se compone de tres subescalas: impulsividad cognitiva, motora y no planificada (Stanford et al., 2009).

La versión utilizada en este estudio fue la BIS-11c, adaptada para población adolescente de habla hispana. En Ecuador, Ramos-Galarza et al. (2015) realizaron una validación de esta versión con una muestra de 245 estudiantes adolescentes ($M = 16.07$ años, $DE = 1.23$), confirmando su adecuación psicométrica mediante análisis factorial confirmatorio, validez convergente y discriminante, y un proceso riguroso de adaptación lingüística.

En términos de confiabilidad, se obtuvieron los siguientes valores de alfa de Cronbach por cada dimensión: impulsividad cognitiva ($\alpha = 0.799$), impulsividad motora ($\alpha = 0.825$) e impulsividad no planificada ($\alpha = 0.846$), resultando en una consistencia interna global para la escala total de 0.870 en el alfa de Cronbach.

Resultados

Para examinar la relación entre la impulsividad, el estrés percibido y la percepción del estatus social, se llevaron a cabo diversos análisis estadísticos. Como primer punto se calculó la matriz de correlaciones de Pearson para examinar las asociaciones entre las distintas dimensiones de la impulsividad y el estrés percibido. Luego de eso se utilizó un análisis de varianza de un

solo factor (ANOVA) para evaluar la existencia de diferentes niveles de impulsividad total según el peldaño reportado en una escala de estatus social percibido.

Matriz de Correlaciones

		1	2	3	4	5
1. Estrés Percibido	R de Pearson	—				
	valor p	—				
2. Imp Total	R de Pearson	0.484***	—			
	valor p	<.001	—			
3. Imp Cognitiva	R de Pearson	0.396***	0.904***	—		
	valor p	<.001	<.001	—		
4. Imp Motora	R de Pearson	0.314***	0.314***	0.287***	—	
	valor p	<.001	<.001	<.001	—	
5. Imp No Planeada	R de Pearson	0.453***	0.826***	0.504***	0.255***	—
	valor p	<.001	<.001	<.001	<.001	—

Nota. * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

En primer lugar, la variable de estrés percibido muestra correlaciones positivas y significativas con todas las dimensiones de impulsividad. Específicamente, una relación moderada con la impulsividad total ($r = .484$, $p < .001$) y con la impulsividad no planeada ($r = .453$, $p < .001$). Así mismo, existe una relación más baja con la impulsividad cognitiva ($r = .396$, $p < .001$) y la impulsividad motora ($r = .314$, $p < .001$).

La variable de impulsividad total mostró correlaciones positivas y fuertes con las tres dimensiones que la componen: impulsividad cognitiva ($r = .904$, $p < .001$), impulsividad motora

($r = .314$, $p < .001$) e impulsividad no planeada ($r = .826$, $p < .001$) debido a que es la suma de las tres dimensiones.

ANOVA de Un Factor (Welch)

	F	gl1	gl2	p
Estrés Percibido	3.85	9	216	<.001
Imp Total	2.37	9	209	0.014
Imp No Planeada	3.87	9	210	<.001

Se efectuaron análisis de varianza de un factor con corrección de Welch para comparar los niveles de estrés percibido e impulsividad entre los distintos grupos establecidos. Los resultados indicaron diferencias estadísticas significativas en las puntuaciones de estrés percibido $F(9, 216) = 3.85$, $p < .001$, lo que sugiere que al menos un grupo difiere significativamente respecto a la percepción de estrés.

Al revisar los resultados de estrés percibido e impulsividad según el peldaño de la escala socioeconómica, se observan diferencias notables relacionadas a su percepción personal. De manera general, los participantes que están ubicados en los peldaños más bajos de la escala socioeconómica han reportado niveles más altos de estrés percibido.

Quienes se ubicaron en el primer peldaño (peor situación) presentaron el valor medio más alto de estrés ($M = 43.3$, $DE = 7.96$) por otro lado quienes se situaron en el décimo peldaño

(mejor situación) mostraron el peldaño más bajo ($M = 37.9$, $DE = 9.20$), con una tendencia decreciente a medida que mejora la posición percibida.

En la impulsividad total se identificó el mismo patrón. El grupo del primer peldaño obtuvo la media más alta ($M = 57.1$, $DE = 13.09$) por otro lado los grupos intermedios y superiores mostraron medias más bajas entre 50.9 y 55.4 puntos sugiriendo que las personas que se perciben en una situación más desfavorable tienden a reportar una impulsividad más alta en general.

Respecto a la impulsividad no planeada, también se observaron diferencias marcadas. El grupo del primer peldaño registra la media más alta ($M = 22.5$, $DE = 5.96$), a partir del peldaño 5 las medias disminuyeron progresivamente manteniéndose por debajo de los 20 puntos. De acuerdo a esto se sugiere que cuando las personas se perciben en una situación menos favorable o con menos recursos tienden a actuar de una manera más impulsiva, especialmente cuando se trata de hacer algo sin planificación.

Los resultados descriptivos nos permiten observar que a medida que el peldaño socioeconómico es más alto, el estrés percibido y la impulsividad, sobre todo la impulsividad no planificada, disminuye significativamente.

Discusión

En cuanto a los resultados del estudio, se evidencia una relación positiva, estadísticamente significativa, entre las variables de estrés percibido e impulsividad. Entre las dimensiones de impulsividad que se midieron, la impulsividad no planeada es la correlación más fuerte. También, se identificó que los participantes que se perciben como parte de los peldaños más bajos de la escala socioeconómica reportan niveles elevados de estrés percibido y de impulsividad total y no planificada. Además, se encontró una tendencia decreciente en los

factores a medida que la posición percibida, por los participantes, en la escala socioeconómica aumenta. Los hallazgos descritos corroboran la hipótesis planteada en la muestra de la población ecuatoriana. La autopercepción de un menor estatus socioeconómico sugiere mayores niveles de estrés e impulsividad, alineándose con los modelos neuropsicológicos que proponen que el estrés crónico desgasta las estructuras implicadas en la regulación emocional y control inhibitorio (Astori & Sandi, 2024; Kong et al., 2025).

Es importante mencionar las limitaciones del estudio que no permiten la generalización de los resultados con respecto a la población ecuatoriana. Primero, la muestra fue obtenida mediante un muestreo tipo “bola de nieve”, empezando con estudiantes que tenían una educación universitaria. Esto implica que podría existir un sesgo de representatividad que se inclina hacia las personas que tienen un nivel alto de escolaridad. Además, no se obtuvieron datos suficientes del grupo de mayores de 60 años, limitando la generalización. Otro aspecto a considerar es que la información proviene de la autopercepción de los participantes debido a las herramientas utilizadas (PSS-14, BIS - 11c, y la escala de autopercepción socioeconómica), lo cual podría implicar un sesgo de subjetividad.

Por otro lado, una de las fortalezas del estudio es el tamaño de la muestra ($N = 1533$). Esta muestra cuenta con una cantidad de datos importante por lo cual se pudo realizar un análisis estadístico riguroso. Otra de las ventajas del estudio es que las herramientas que se utilizaron para medir las variables son confiables y válidas. En este caso, el PSS-14 y el BIS-11c fueron previamente adaptados y validados y se han utilizado en países hispanohablantes con algunas incidencias en la población ecuatoriana (Ruisoto et al., 2020; Ramos-Galarza et al., 2015).

Los resultados de este estudio son consistentes con la literatura actual. Esta sugiere que el estrés crónico y la impulsividad se encuentran relacionados de manera positiva y significativa, y

también, se corrobora que un estatus socioeconómico bajo puede exacerbar la respuesta de estrés y conductas impulsivas (Astori & Sandi, 2024; Kong et al., 2025; He et al., 2016). Así, al considerar los factores neurológicos y socioeconómicos de las variables, se podría sugerir que pertenecer a un peldaño socioeconómico bajo afecta las estructuras de regulación emocional y control inhibitorio, impactando la salud mental de los participantes de manera negativa.

En cuanto a las implicaciones del estudio, los resultados nos brindan datos empíricos para la población ecuatoriana, lo que genera la posibilidad de diseñar intervenciones neuropsicológicas orientadas a los grupos del peldaño socioeconómico más bajo que desarrollen y fortalezcan las conexiones entre las estructuras responsables de la regulación emocional y control inhibitorio. Adicionalmente, se podrían implementar programas de salud mental con objetivos de manejo del estrés y estrategias de planificación para mitigar los riesgos asociados a las variables observadas.

Se sugiere continuar esta línea de investigación diversificando la muestra de la población en términos de edad y nivel de escolaridad, además de complementar las herramientas de auto reporte con evaluaciones neuropsicológicas que permitan un análisis más profundo en la población ecuatoriana. Específicamente, se podría diseñar un estudio experimental que utilice baterías de evaluación neuropsicológicas como la Batería Neuropsicológica de Funciones Ejecutivas (BANFE), the Wisconsin Card Sorting Test, y Stroop Test para obtener datos de función ejecutiva y control inhibitorio de los participantes que permitan cuantificar su impulsividad. Además, se podría medir el estrés de los participantes de manera fisiológica como la prueba de saliva de cortisol para medir el nivel de la presencia de esta hormona en los participantes. Finalmente, se podría realizar una agrupación de nivel socioeconómico utilizando los valores de ingresos anuales de los participantes.

Conclusión

En conclusión, los resultados de este estudio sugieren que el estrés percibido y la impulsividad, con énfasis en la impulsividad no planeada, tienen una relación positiva y significativa. Las personas de la muestra que perciben estar en los peldaños más bajos de la escala socioeconómica, tienden a reportar más estrés e impulsividad. Los hallazgos son consistentes con la literatura existente, reforzando la idea de que el estrés crónico puede deteriorar la conexión de las estructuras cerebrales de regulación emocional y control inhibitorio. Consecuentemente, se podría decir que las situaciones de dificultad económica incrementan el riesgo de conductas impulsivas y reducen la capacidad de planificación. La evidencia obtenida en la muestra ecuatoriana destaca la necesidad de desarrollar e implementar intervenciones neuropsicológicas específicas dirigidas a poblaciones en situación socioeconómica desfavorable, y así, fortalecer las habilidades de manejo del estrés y la regulación emocional para poder mitigar los efectos perjudiciales a la salud mental.

Referencias

- Alcázar-Córcoles, M., Verdejo-García, M., Bouso-Saiz, J. & Bezos-Saldaña, L. (2010). Neuropsicología de la agresión impulsiva. *Revista de Neurología* 9, 1-9.
<https://doi.org/10.33588/rn.5005.2009316>
- Arias Gonzáles, J. L., Covinos Gallardo, M. R., & Cáceres Chávez, M. (2020). Formulación de los objetivos específicos desde el alcance correlacional en trabajos de investigación. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 4(2), 237–247.
https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v4i2.73
- Astori, S., & Sandi, C. (2024). The brain's go-getter circuit: Anterior cingulate cortex to nucleus accumbens and its disruption by stress. *Neuron*, 112(3), 333–336.
<https://doi.org/10.1016/j.neuron.2024.01.009>
- Barratt, E. S. (1959). Anxiety and Impulsiveness Related to Psychomotor Efficiency. *Perceptual and Motor Skills*, 9(3), 191–198. <https://doi.org/10.2466/pms.1959.9.3.191>
- Belduma Rentería, L. A. (2024). Impacto del estrés en la salud mental de estudiantes universitarios. *Revista Ciencia y Descubrimiento*, 2(3).
<https://cienciaydescubrimiento.com/index.php/cyd/article/view/26/39>
- Bryman, Alan (2012). *Social research methods* (4th edición). Oxford: Oxford University Press. ISBN 978-0-19-958805-3. OCLC 751832004.
- Cohen, S., Kamarck, T., & Mermelstein, R. (1983). Perceived Stress Scale [Database record]. APA PsycTests. Cohen, S., Kamarck, T., & Mermelstein, R. (1983). Perceived Stress Scale [Database record]. APA PsycTests. <https://doi.org/10.1037/t02889-000>

- Cóndor Clavijo, A. M., & Medina Herdoiza, M. S. (2025). Relación entre salud mental, asertividad e impulsividad en hombres y mujeres ecuatorianos. Universidad Internacional SEK. <https://repositorio.uisek.edu.ec/handle/123456789/5563>
- Creswell, J. W. (2014). Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches (4^a ed.). SAGE Publications.
- García Rodríguez, R., Sánchez Parrales, L., Dueñas Segovia, F., & Meza Macías, A. (2021). El síndrome de burnout y sus consecuencias en la salud mental de los docentes. *Revista Científica Sinapsis*, 1(19). <https://doi.org/10.37117/s.v19i1.392>
- He, Z. H., Li, M. D., Ma, X. Y., & Liu, C. J. (2020). Family Socioeconomic Status and Social Media Addiction in Female College Students: The Mediating Role of Impulsiveness and Inhibitory Control. *The Journal of Genetic Psychology*, 182(1), 60–74. <https://doi.org/10.1080/00221325.2020.1853027>
- Kerlinger, F. N., & Lee, H. B. (2001). Investigación del comportamiento: Métodos de investigación en las ciencias sociales (3^a ed.). McGraw-Hill.
- Kong, Y., Su, Z., Wang, R., Tan, J., Ran, P., Xu, X., Wang, W., Hong, S., Zhang, Q., & Kuang, L. (2025). Impulsivity and social support as intervening and interactive variables in the link between childhood socioeconomic status and mental health among first-year college students. *Frontiers in Psychiatry*, 16, 1569001. <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2025.1569001>
- Morales Fonseca, C., Villacís Jácome, J., Jurado Mendoza, D., & Gabela Acurio, E. (2023). Estrategias de afrontamiento y resiliencia en cuidadores de la ciudad de Quito. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 1–13, <http://dx.doi.org/10.56712/latam.v4i2.601>

- Ramos-Galarza, C., Pérez-Salas, C., & Bolaños-Pasquel, M. (2015). Validación de la Escala de Impulsividad BIS-11c para su aplicación en adolescentes ecuatorianos. *Revista Ecuatoriana de Neurología*, 24(1-3), 25–31.
- Remor, E. (2006). Psychometric properties of a European Spanish version of the Perceived Stress Scale (PSS). *The Spanish Journal of Psychology*, 9(1), 86–93.
- Remor, E., & Carroble, J. A. (2001). Versión Española de la escala de estrés percibido (PSS-14): Estudio psicométrico en una muestra VIH+. *Ansiedad y Estrés*, 7(2-3), 195–201.
- Ruisoto, P., López-Guerrab, V. M., Paladines, M. B., Vaca, S. L., & Cacho, R. (2020). Psychometric properties of the three versions of the Perceived Stress Scale in Ecuador. *Physiology & Behavior*, 224, 113045. <https://doi.org/10.1016/j.physbeh.2020.113045>
- Sánchez-Sarmiento, P., Giraldo-Huertas, J. J., & Quiroz-Padilla, M. F. (2013). Impulsividad: una visión desde la neurociencia del comportamiento y la psicología del desarrollo. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 31(1), 241–251.
http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1794-47242013000100019
- Stanford, M. Charles W. Mathias, Donald M. Dougherty, Sarah L. Lake, Nathaniel E. Anderson, Jim H. Patton (2009). Fifty years of the Barratt Impulsiveness Scale: An update and review. *Personality and Individual Differences*.
<https://doi.org/10.1016/J.PAID.2009.04.008>
- The jamovi project (2024). jamovi. (Version 2.6) [Computer Software]. Retrieved from <https://www.jamovi.org>.