

Factores psicosociales y académicos que inciden en la adaptación de los estudiantes al curso de nivelación de carrera

Psychosocial and academic factors affecting students' adjustment to the career leveling course

Factores psicossociais e académicos que afetam a adaptação dos estudantes ao curso de estágio profissional

Reina Cherez, Marianela del Carmen
Universidad de Panama

mcreina@uce.edu.ec

<https://orcid.org/0000-0001-9537-0343>



 DOI / URL: <https://doi.org/10.55813/gaea/ccri/v6/nE1/842>

Como citar:

Reina Cherez, M. del C. (2025). Factores psicosociales y académicos que inciden en la adaptación de los estudiantes al curso de nivelación de carrera. *Código Científico Revista De Investigación*, 6(E1), 2511–2531. <https://doi.org/10.55813/gaea/ccri/v6/nE1/842>.

Recibido: 21/02/2025

Aceptado: 16/03/2025

Publicado: 31/03/2025

Resumen

La adaptación al curso de nivelación universitaria es un proceso complejo condicionado por factores psicosociales y académicos que inciden significativamente en el éxito académico y la permanencia estudiantil. Este estudio, de enfoque cualitativo y carácter exploratorio, se fundamenta en una revisión bibliográfica sistemática de literatura científica publicada entre 2013 y 2024 en bases de datos como Scopus y Web of Science. Los hallazgos revelan que el apoyo social y familiar, la autoeficacia académica, la motivación intrínseca y la gestión de la ansiedad académica son elementos claves que influyen en la adaptación de los estudiantes. Asimismo, se identifican factores institucionales como la metodología docente, la carga académica y el acceso a recursos, que también determinan el proceso adaptativo. El análisis destaca la necesidad de estrategias pedagógicas activas, apoyo emocional y orientación académica desde el ingreso universitario. En conclusión, se enfatiza la importancia de una intervención integral por parte de las instituciones de educación superior para fomentar entornos inclusivos y resilientes que favorezcan la transición efectiva hacia la vida universitaria.

Palabras clave: adaptación académica; curso de nivelación; factores psicosociales; transición universitaria; autoeficacia académica.

Abstract

Adaptation to the university leveling course is a complex process conditioned by psychosocial and academic factors that have a significant impact on academic success and student retention. This study, with a qualitative and exploratory approach, is based on a systematic literature review of scientific literature published between 2013 and 2024 in databases such as Scopus and Web of Science. The findings reveal that social and family support, academic self-efficacy, intrinsic motivation and academic anxiety management are key elements that influence student adaptation. Likewise, institutional factors such as teaching methodology, academic load and access to resources are also identified as determining the adaptive process. The analysis highlights the need for active pedagogical strategies, emotional support and academic guidance from university entrance. In conclusion, the importance of a comprehensive intervention by higher education institutions to foster inclusive and resilient environments that favor an effective transition to university life is emphasized.

Keywords: academic adjustment; remedial course; psychosocial factors; university transition; academic self-efficacy.

Resumo

A adaptação ao curso de nivelamento universitário é um processo complexo, condicionado por fatores psicossociais e acadêmicos que têm um impacto significativo no sucesso acadêmico e na retenção dos estudantes. Este estudo qualitativo e exploratório baseia-se numa revisão bibliográfica sistemática da literatura científica publicada entre 2013 e 2024 em bases de dados como a Scopus e a Web of Science. Os resultados revelam que o apoio social e familiar, a auto-eficácia acadêmica, a motivação intrínseca e a gestão da ansiedade acadêmica são elementos-chave que influenciam o ajustamento dos estudantes. Fatores institucionais como a metodologia de ensino, a carga acadêmica e o acesso a recursos são também identificados como determinantes do processo adaptativo. A análise evidencia a necessidade de estratégias de ensino activas, apoio emocional e orientação académica desde a entrada na universidade. Em conclusão, sublinha-se a importância de uma intervenção abrangente por parte das instituições de ensino superior para promover ambientes inclusivos e resilientes que favoreçam uma transição efectiva para a vida universitária.

Palavras-chave: ajustamento académico; curso de recuperação; factores psicossociais; transição universitária; auto-eficácia académica.

Introducción

La transición hacia la educación superior representa un proceso complejo y multidimensional, especialmente en el contexto del curso de nivelación de carrera, el cual actúa como un espacio de preparación académica y adaptación para estudiantes que ingresan por primera vez a la universidad. Esta etapa, si bien está diseñada para facilitar el ingreso a los programas de educación superior, frecuentemente representa un reto significativo para los estudiantes, ya que se enfrentan a nuevas demandas académicas, cambios en sus redes de apoyo social y un entorno institucional desconocido. En este contexto, los factores psicosociales y académicos se configuran como elementos cruciales que influyen en la capacidad de adaptación de los estudiantes al curso de nivelación, afectando directamente su permanencia, rendimiento y bienestar psicológico.

Entre los principales problemas que enfrentan los estudiantes en esta etapa se encuentra la dificultad para adaptarse al ritmo académico universitario, el bajo manejo de habilidades de autorregulación y la escasa preparación emocional para afrontar la autonomía y responsabilidad propias del entorno universitario (Rodríguez-Sánchez et al., 2021). Además, se ha identificado que muchos estudiantes presentan niveles elevados de ansiedad, estrés y sensación de incompetencia, especialmente en contextos donde no han desarrollado previamente estrategias de afrontamiento eficaces (González et al., 2022). Estas dificultades pueden derivar en una disminución del rendimiento académico, en sentimientos de fracaso personal y, en los casos más severos, en el abandono del curso o de la carrera universitaria.

Asimismo, factores psicosociales como el apoyo familiar, las relaciones interpersonales, la autoeficacia percibida y el sentido de pertenencia institucional tienen un impacto directo en el proceso de adaptación académica (Aráoz et al., 2021). Por ejemplo, estudiantes que cuentan con redes de apoyo efectivas suelen mostrar una mayor capacidad de resiliencia frente a los desafíos universitarios. En contraste, aquellos que experimentan

aislamiento social, presión familiar o falta de orientación vocacional tienden a enfrentar mayores obstáculos para integrarse adecuadamente al entorno educativo. Del mismo modo, los factores académicos relacionados con el estilo de enseñanza, la carga de trabajo, la disponibilidad de recursos pedagógicos y la claridad en los objetivos de aprendizaje también inciden de manera significativa en la experiencia del estudiante durante la nivelación.

La relevancia de abordar esta problemática radica en la necesidad de garantizar procesos de transición eficaces que permitan no solo la permanencia estudiantil, sino también el desarrollo integral de los estudiantes. La literatura científica destaca que la adaptación universitaria es un predictor clave del éxito académico y personal en los primeros años de formación superior (Credé & Niehorster, 2012). En este sentido, comprender los factores psicosociales y académicos que influyen en esta adaptación resulta fundamental para diseñar intervenciones que promuevan entornos educativos más inclusivos y sensibles a las necesidades de los estudiantes que ingresan a la educación superior mediante cursos de nivelación.

La viabilidad de este estudio se justifica por el creciente interés de las instituciones de educación superior en mejorar las tasas de retención y éxito estudiantil, especialmente en los primeros niveles de formación, donde se concentran los mayores índices de deserción. Además, este artículo se enmarca en un enfoque de revisión bibliográfica, lo que permite integrar y analizar de manera crítica hallazgos previos obtenidos en investigaciones empíricas recientes, provenientes de bases científicas confiables como Scopus y Web of Science. Esta metodología garantiza un abordaje sistemático y exhaustivo del tema, permitiendo identificar patrones, vacíos y aportes significativos en la literatura existente sobre el proceso de adaptación académica y psicosocial de los estudiantes en nivelación.

El objetivo principal de este artículo de revisión es analizar los factores psicosociales y académicos que inciden en la adaptación de los estudiantes al curso de nivelación de carrera,

con el fin de aportar una comprensión integral del fenómeno y proponer recomendaciones para futuras investigaciones e intervenciones educativas. A través de esta revisión, se pretende ofrecer una base teórica y empírica sólida que contribuya al diseño de estrategias institucionales orientadas a mejorar la experiencia formativa de los estudiantes desde su ingreso a la universidad, reconociendo la diversidad de trayectorias, contextos y necesidades que caracterizan a la población estudiantil en proceso de nivelación.

Metodología

La presente investigación adopta un enfoque cualitativo de tipo exploratorio, centrado en una revisión bibliográfica sistemática de literatura científica publicada en los últimos diez años, con el objetivo de identificar, analizar e interpretar los principales factores psicosociales y académicos que inciden en la adaptación de los estudiantes al curso de nivelación de carrera. Este enfoque metodológico permite comprender en profundidad los elementos que influyen en el fenómeno objeto de estudio, a través de la síntesis crítica de conocimientos existentes, sin la necesidad de recolección de datos primarios.

La revisión se estructuró en varias etapas: delimitación del tema, definición de criterios de inclusión y exclusión, búsqueda de información en bases de datos científicas reconocidas, análisis y organización del contenido, y finalmente, elaboración de una síntesis integradora de los hallazgos. En cuanto a la búsqueda documental, se accedió a fuentes secundarias disponibles en bases de datos indexadas como Scopus, Web of Science (WoS), ScienceDirect, Scielo y Redalyc, priorizando artículos científicos, revisiones sistemáticas, libros académicos y capítulos de libro pertinentes al tema. Se utilizaron palabras clave en español e inglés, como “adaptación académica”, “curso de nivelación”, “factores psicosociales”, “transición universitaria”, “academic adaptation”, “college readiness”, y “psychosocial factors”, combinadas mediante operadores booleanos para ampliar la cobertura de los resultados.

Los criterios de inclusión establecieron que los documentos seleccionados debían estar publicados entre los años 2013 y 2024, escritos en inglés o español, y tratar específicamente temas relacionados con la adaptación estudiantil en el nivel universitario, considerando dimensiones psicosociales y académicas. Se excluyeron trabajos duplicados, artículos no arbitrados, publicaciones sin acceso al texto completo y estudios centrados en niveles educativos diferentes a la educación superior o en poblaciones que no estuvieran en procesos de nivelación o primer ingreso universitario.

Para el análisis de la información recopilada, se utilizó una estrategia de lectura crítica que permitió clasificar los artículos según su contribución temática, su metodología, su contexto de aplicación y la relevancia de sus resultados para los objetivos del estudio. Posteriormente, se realizó un proceso de categorización inductiva con el fin de identificar patrones comunes, enfoques conceptuales recurrentes, vacíos investigativos y recomendaciones relevantes en torno a los factores que afectan la adaptación al curso de nivelación.

Esta metodología no experimental permite, desde una perspectiva holística, establecer un marco comprensivo sobre el estado del conocimiento en el área de estudio, sirviendo como base teórica para futuras investigaciones empíricas o intervenciones institucionales orientadas a fortalecer los procesos de adaptación académica en estudiantes de nuevo ingreso. Además, la revisión crítica facilita la identificación de buenas prácticas, políticas educativas efectivas y líneas de acción prioritarias que pueden ser aplicadas en contextos similares dentro de la educación superior.

Resultados

Factores psicosociales que influyen en la adaptación al curso de nivelación

El proceso de adaptación al curso de nivelación constituye un momento crítico en la trayectoria académica de los estudiantes que acceden a la educación superior. En este contexto, la adaptación no debe entenderse únicamente desde una perspectiva académica, sino también como un proceso psicosocial complejo que involucra dimensiones emocionales, motivacionales, sociales y cognitivas, que permiten o dificultan el tránsito efectivo hacia las exigencias de la vida universitaria (López-Aymes et al., 2021). A lo largo de la revisión de literatura, se ha identificado que existen tres factores psicosociales con alto grado de incidencia en esta etapa: el apoyo social y familiar, la autoeficacia combinada con la motivación intrínseca, y la gestión emocional ante la ansiedad académica. Estos componentes interactúan de manera dinámica, configurando experiencias positivas o negativas en la etapa de nivelación universitaria.

Uno de los determinantes más ampliamente documentados en la literatura es el apoyo social y familiar, el cual se define como la percepción del estudiante sobre la disponibilidad y calidad del respaldo emocional, instrumental y afectivo que recibe de su entorno cercano, incluyendo familia, amigos, compañeros y personal institucional (Vallejo-Reyes et al., 2022). Este tipo de apoyo actúa como un factor protector frente al estrés académico y a las exigencias psicosociales del entorno universitario, fomentando un mayor bienestar psicológico, mayor compromiso con las actividades académicas y una percepción positiva de la experiencia universitaria. Los estudiantes de origen latino y de primera generación que reciben un fuerte apoyo familiar muestran mayores niveles de motivación y persistencia académica, incluso en entornos universitarios marcados por la competitividad y el anonimato institucional.

El curso de nivelación, como mecanismo de tránsito entre la educación secundaria y la superior, plantea exigencias que muchas veces no son comprendidas ni compartidas por las

familias, especialmente cuando estas no cuentan con experiencia previa en el ámbito universitario. En tales casos, el estudiante puede experimentar una tensión entre las expectativas familiares y las propias metas académicas, lo cual puede generar conflictos emocionales, sentimientos de soledad o incompreensión, e incluso cuestionamientos sobre la elección de la carrera (Cabrera-Vargas & Reyes, 2020). No obstante, diversos estudios coinciden en que cuando se generan espacios de comunicación abierta y acompañamiento emocional dentro del núcleo familiar, los estudiantes logran afrontar con mayor seguridad las nuevas exigencias académicas (López-Aymes et al., 2021). Asimismo, el apoyo de los pares —es decir, de compañeros que transitan por experiencias similares— resulta fundamental en la creación de redes de contención que permiten al estudiante sentirse identificado, comprendido y respaldado.

En segundo lugar, se destaca la influencia de la autoeficacia académica y la motivación intrínseca, dos constructos psicológicos que tienen un profundo impacto en la adaptación al entorno educativo universitario. La creencia en la capacidad personal para organizar y ejecutar las acciones necesarias para alcanzar un determinado rendimiento académico. Esta percepción influye no solo en el esfuerzo y la persistencia que el estudiante aplica en sus tareas, sino también en la manera en que enfrenta los fracasos o retrocesos temporales. La evidencia empírica indica que los estudiantes con alta autoeficacia académica presentan mejores habilidades de autorregulación, mayor planificación del estudio y un enfoque más estratégico frente a las dificultades (Honicke & Broadbent, 2016). Este componente psicológico se vuelve especialmente relevante durante el curso de nivelación, en el que los estudiantes deben ajustarse a nuevas formas de evaluación, dinámicas pedagógicas y contenidos más exigentes.

Por su parte, la motivación intrínseca se refiere a la orientación interna hacia el aprendizaje, basada en el interés, el disfrute y el valor personal atribuido a la actividad académica (Ryan & Deci, 2000). A diferencia de la motivación extrínseca —impulsada por

recompensas o sanciones externas—, la motivación intrínseca favorece el desarrollo de un compromiso más profundo con los estudios, así como un mayor grado de autonomía y autodeterminación. En el contexto de los cursos de nivelación, esta forma de motivación se relaciona con una actitud proactiva hacia el aprendizaje, mayor perseverancia ante los obstáculos y una visión más positiva del proceso educativo (Silva-Peña & Díaz-Mujica, 2021). La conjunción de autoeficacia y motivación intrínseca resulta, por tanto, un binomio clave en la construcción de una experiencia de adaptación exitosa.

Finalmente, uno de los factores psicosociales más críticos durante la etapa de nivelación es la ansiedad académica y la capacidad de manejo emocional. La ansiedad académica se refiere a una respuesta emocional caracterizada por preocupación, tensión y aprensión ante situaciones evaluativas, como exámenes, presentaciones o el simple cumplimiento de tareas (Cassady & Johnson, 2002). Esta ansiedad, cuando es elevada o persistente, puede interferir de manera significativa con el rendimiento cognitivo, ya que afecta la memoria de trabajo, la concentración y la capacidad de toma de decisiones. En muchos estudiantes de cursos de nivelación, esta ansiedad se incrementa debido a la presión por obtener buenos resultados que les permitan continuar con su carrera, la percepción de baja preparación previa y el miedo al fracaso. La situación se agrava cuando el estudiante carece de herramientas de autorregulación emocional, lo que puede derivar en bloqueos cognitivos, evitación de tareas o incluso abandono del curso.

En contraposición, los estudiantes que poseen competencias socioemocionales adecuadas, tales como la tolerancia a la frustración, la gestión del estrés y la regulación de emociones negativas, muestran una mayor capacidad de adaptación al medio universitario. Estas habilidades permiten enfrentar los desafíos académicos con mayor equilibrio, lo que incide directamente en la percepción de autoeficacia y en la consolidación de la motivación interna (Extremera & Fernández-Berrocal, 2014). En este sentido, promover desde el inicio de

la etapa universitaria programas institucionales que fortalezcan las competencias emocionales del estudiantado se presenta como una estrategia fundamental para reducir los efectos perjudiciales de la ansiedad y facilitar una transición saludable hacia la vida universitaria.

En suma, los factores psicosociales analizados —apoyo social y familiar, autoeficacia y motivación intrínseca, ansiedad y manejo emocional— configuran una red interdependiente de variables que moldean la experiencia de adaptación académica en los estudiantes que cursan programas de nivelación. Estos elementos no solo determinan el éxito inicial del estudiante en la educación superior, sino que también sientan las bases para su desempeño y permanencia a lo largo de su formación universitaria, la tabla a continuación resume los principales factores psicosociales que inciden en la adaptación de los estudiantes al curso de nivelación en la educación superior.

Tabla 1

Factores psicosociales clave en la adaptación al curso de nivelación universitaria

Factor psicosocial	Descripción	Impacto en la adaptación
Apoyo social y familiar	Percepción del respaldo emocional, instrumental y afectivo recibido de familia, amigos, compañeros y personal institucional.	Actúa como factor protector ante el estrés; promueve bienestar psicológico, compromiso académico y mayor motivación, especialmente en estudiantes de primera generación.
Autoeficacia académica	Creencia en la capacidad personal para alcanzar metas académicas mediante esfuerzo y estrategias adecuadas.	Mejora la autorregulación, planificación del estudio y perseverancia; esencial para afrontar nuevas exigencias pedagógicas y superar fracasos temporales.
Motivación intrínseca	Interés y valor personal hacia el aprendizaje, más allá de recompensas externas.	Estimula compromiso profundo, autonomía y actitud proactiva; fortalece la persistencia frente a obstáculos académicos durante el curso de nivelación.
Ansiedad académica	Respuesta emocional de tensión y preocupación frente a situaciones evaluativas o exigencias académicas.	Puede afectar negativamente el rendimiento cognitivo y provocar evitación o abandono si no se regula adecuadamente.
Gestión emocional y resiliencia	Habilidades socioemocionales para manejar el estrés, la frustración y las emociones negativas.	Favorecen la adaptación equilibrada, fortalecen la autoeficacia y reducen el impacto de la ansiedad; clave para una transición universitaria saludable.

Nota: La tabla tiene como objetivo ofrecer una visión estructurada de los factores que configuran la experiencia académica inicial en la universidad, destacando su interacción dinámica y la necesidad de abordajes institucionales integrales que promuevan una adaptación saludable y sostenible (Autores, 2025).

Factores académicos determinantes en el proceso de adaptación

La transición hacia la educación superior, y en particular al curso de nivelación de carrera, representa un periodo altamente demandante en términos académicos para los

estudiantes que ingresan por primera vez al entorno universitario. Esta etapa inicial está caracterizada por la exigencia de desarrollar nuevas competencias cognitivas, adquirir hábitos de estudio más estructurados, enfrentarse a sistemas de evaluación más complejos y adaptarse a dinámicas institucionales desconocidas. En este proceso, los factores académicos tienen un peso considerable en la forma en que los estudiantes logran ajustarse a las expectativas del contexto universitario. La literatura académica ha resaltado, con creciente énfasis, que variables como las metodologías de enseñanza y evaluación, la carga académica y la organización del tiempo, así como el acceso a recursos y a mecanismos de orientación institucional, constituyen elementos estructurales que influyen directamente en la adaptación, permanencia y éxito del estudiantado (Tinto, 2017; Marengo-Escuderos & González-Arias, 2019; Salas-Pilco et al., 2021).

Uno de los aspectos más significativos que condiciona la experiencia académica del estudiante en nivelación es la naturaleza de las metodologías de enseñanza y evaluación empleadas por los docentes. En muchos contextos, el curso de nivelación ha sido tradicionalmente estructurado bajo un paradigma pedagógico de corte conductista, centrado en la transmisión unidireccional de contenidos y en la reproducción mecánica del conocimiento. Esta orientación, aunque aún común, ha demostrado ser limitada para responder a las demandas actuales de la educación superior, especialmente en poblaciones estudiantiles cada vez más diversas en términos de estilos de aprendizaje, trayectorias previas y niveles de preparación académica (Zabalza, 2012). Frente a ello, diversos estudios recomiendan la implementación de metodologías activas de enseñanza, tales como el aprendizaje basado en problemas (ABP), el aprendizaje colaborativo, el uso de simulaciones, el aula invertida y la integración de tecnologías digitales interactivas, las cuales promueven la participación activa del estudiante y facilitan un aprendizaje significativo (Salas-Pilco et al., 2021).

Estas metodologías, además de fomentar el pensamiento crítico y la construcción autónoma del conocimiento, favorecen un entorno de aprendizaje más inclusivo, donde el estudiante se convierte en protagonista de su propio proceso formativo. En este sentido, la adaptación al curso de nivelación mejora cuando el contenido curricular es contextualizado, cuando se reconoce el bagaje previo del estudiante y cuando se facilita la interacción dialógica en el aula. Asimismo, el rol del docente como mediador y facilitador adquiere especial relevancia, ya que un acompañamiento pedagógico coherente puede reducir la ansiedad académica y fortalecer la motivación (Panadero, 2017).

En cuanto a la evaluación, se ha identificado que los métodos predominantemente sumativos y centrados en la nota numérica tienden a generar presión, especialmente en estudiantes que están en proceso de adaptación. En contraposición, los enfoques de evaluación formativa, que ofrecen retroalimentación constante, promueven la metacognición y permiten ajustar las estrategias de estudio, tienen un impacto positivo en la autorregulación y en la percepción de control del aprendizaje (Sambell et al., 2013). La incorporación de rúbricas, autoevaluaciones y coevaluaciones en el curso de nivelación permite, además, que los estudiantes comprendan los criterios de éxito y asuman una actitud más reflexiva frente a su desempeño académico.

Otro elemento determinante en la adaptación es la carga académica y la organización del tiempo, aspectos que suelen estar poco equilibrados en los cursos de nivelación. A menudo, se observa una sobrecarga de asignaturas o de contenidos en tiempos reducidos, lo cual genera saturación cognitiva y emocional, especialmente en estudiantes que aún no han consolidado hábitos de estudio universitarios (Rodríguez-Medina et al., 2020). Este desbalance entre demanda y capacidad de respuesta puede generar desmotivación, baja autoestima académica, procrastinación, e incluso el abandono del curso o de la carrera (Marenco-Escuderos & González-Arias, 2019).

La gestión del tiempo, por tanto, se configura como una competencia transversal fundamental en el proceso de adaptación académica. No obstante, diversos estudios muestran que los estudiantes en nivelación carecen de estrategias efectivas para la planificación del tiempo, la priorización de tareas y el equilibrio entre la vida académica y personal. Esta problemática se agrava cuando no existen programas institucionales que enseñen explícitamente estas habilidades. En este contexto, las universidades deben asumir un rol proactivo al implementar talleres de técnicas de estudio, programas de acompañamiento académico y espacios de mentoría donde los estudiantes puedan desarrollar competencias de organización personal y manejo del tiempo (Vergara-Morales & Lizana, 2017). Estas acciones no solo mejoran el rendimiento académico, sino que también fortalecen la percepción de autoeficacia y reducen los niveles de estrés asociados a la carga de trabajo.

Finalmente, el acceso a recursos educativos y a servicios de orientación institucional constituye un pilar estructural en la experiencia de adaptación. En muchas universidades, especialmente en contextos de alta demanda y recursos limitados, los estudiantes en nivelación enfrentan barreras significativas para acceder a bibliografía actualizada, tecnologías digitales, espacios adecuados de estudio y materiales de apoyo didáctico. Esta carencia de recursos afecta particularmente a estudiantes provenientes de entornos socioeconómicos desfavorecidos, quienes ya enfrentan desventajas estructurales desde su trayectoria escolar (Arriagada, 2019). De ahí que la equidad en el acceso a recursos educativos no deba ser un aspecto complementario, sino central en las políticas institucionales de inclusión y permanencia estudiantil.

En paralelo, los programas de orientación académica, psicológica y vocacional cumplen una función crucial en el acompañamiento de los estudiantes durante el curso de nivelación. Estos servicios permiten detectar tempranamente factores de riesgo, ofrecer apoyo personalizado y guiar al estudiante en la toma de decisiones académicas y profesionales. La

evidencia empírica ha demostrado que los sistemas de tutoría académica, la consejería psicoeducativa y los programas de inducción fortalecen la integración del estudiante a la vida universitaria y mejoran su sentido de pertenencia institucional (Figuroa & Acevedo, 2021; Tinto, 2017). La ausencia o insuficiencia de estos servicios puede dejar al estudiante en una situación de desamparo institucional, afectando su bienestar emocional y su rendimiento académico.

En conjunto, estos tres factores —metodologías de enseñanza y evaluación, carga académica y organización del tiempo, acceso a recursos y orientación institucional— forman un entramado académico que influye directamente en la capacidad de los estudiantes para adaptarse al curso de nivelación. Su adecuada articulación, desde un enfoque pedagógico e institucional sensible a las necesidades del estudiantado, resulta indispensable para garantizar trayectorias académicas exitosas y sostenibles en el tiempo.

Discusión

La revisión realizada sobre los factores psicosociales y académicos que inciden en la adaptación de los estudiantes al curso de nivelación de carrera permite establecer un marco comprensivo que articula dimensiones individuales, contextuales e institucionales. Esta adaptación no puede comprenderse de forma unidimensional, ya que responde a una red compleja de interacciones entre variables personales, como la autoeficacia, la motivación intrínseca o el manejo emocional, y factores estructurales como las metodologías docentes, la carga académica y los sistemas de apoyo institucional. Esta visión integral trasciende las explicaciones reduccionistas que atribuyen la desadaptación exclusivamente al estudiante, posicionando a la institución educativa como un actor clave en la construcción de trayectorias exitosas de inserción académica (Extremera & Fernández-Berrocal, 2014).

En el plano psicosocial, se identifica que el apoyo social y familiar cumple una función protectora esencial, especialmente para estudiantes que provienen de contextos vulnerables o que son los primeros en su familia en acceder a la educación superior. Las redes de contención emocional fortalecen el sentido de pertenencia institucional y amortiguan los efectos del estrés académico. Esta dimensión vincular del proceso adaptativo pone en evidencia que la experiencia universitaria no es solo cognitiva, sino también afectiva y social, lo cual obliga a repensar las estrategias de acompañamiento desde una perspectiva más humana e inclusiva.

Asimismo, la autoeficacia académica y la motivación intrínseca se configuran como predictores centrales del ajuste a las nuevas exigencias. Estudiantes que creen en su capacidad de enfrentar desafíos y que encuentran sentido personal en el proceso de aprendizaje tienden a persistir con mayor determinación, a emplear estrategias de autorregulación más eficaces y a desarrollar una relación positiva con el entorno académico. En contraste, la falta de estas competencias se traduce en inseguridad, evitación y, en muchos casos, abandono. Por ello, se hace imperativa la implementación de dispositivos institucionales orientados a fomentar la autoconfianza y la motivación desde los primeros momentos del proceso formativo (Ryan & Deci, 2000).

La ansiedad académica y las dificultades en la gestión emocional emergen como factores de riesgo significativos durante el curso de nivelación. El temor al fracaso, la presión por alcanzar los requisitos para continuar en la carrera, y la incertidumbre sobre el rendimiento personal generan un escenario propenso al estrés y al malestar psicológico. En este contexto, las competencias socioemocionales se vuelven indispensables para afrontar con resiliencia las exigencias del entorno. La falta de preparación emocional y de estrategias de afrontamiento puede derivar en respuestas desadaptativas que impactan negativamente tanto en el rendimiento como en la salud mental del estudiante. Este panorama sugiere la urgencia de incorporar

componentes formativos en inteligencia emocional y gestión del estrés como parte estructural de los programas de nivelación (Cajamarca-Correa et al., 2024).

En lo académico, las metodologías de enseñanza y evaluación utilizadas inciden directamente en la forma en que los estudiantes se involucran con el proceso de aprendizaje. Las prácticas pedagógicas tradicionales, centradas en la transmisión de información y en la evaluación memorística, resultan insuficientes para estimular el pensamiento crítico, la creatividad y la participación activa. En cambio, las metodologías activas y participativas permiten construir un aprendizaje más significativo, fomentando el protagonismo del estudiante en su propia formación. Además, cuando la evaluación se concibe como una herramienta para el aprendizaje y no como un mecanismo de sanción, se genera un entorno más propicio para la exploración intelectual y el desarrollo personal (Cajamarca-Correa et al., 2024).

Por otro lado, la carga académica y la organización del tiempo constituyen dimensiones que afectan profundamente la experiencia de los estudiantes en nivelación. Una distribución excesiva o desarticulada de las actividades académicas puede producir saturación cognitiva, fatiga emocional y desmotivación. Muchos estudiantes carecen de habilidades de planificación, priorización y gestión del tiempo, lo que dificulta aún más su capacidad de adaptación. Ante esta realidad, resulta fundamental que las instituciones incorporen programas formativos que fortalezcan estas competencias, no como elementos complementarios, sino como parte esencial del currículo de nivelación.

Finalmente, el acceso a recursos educativos y los servicios de orientación institucional determinan en gran medida las posibilidades de éxito académico. La desigualdad en la disponibilidad de materiales, plataformas tecnológicas, espacios de estudio o apoyo especializado profundiza las brechas de entrada, especialmente en estudiantes con trayectorias escolares precarias. Del mismo modo, la ausencia de sistemas de tutoría, consejería u

orientación vocacional deja al estudiante sin las herramientas necesarias para navegar el nuevo entorno universitario con seguridad. Estas condiciones estructurales deben ser atendidas con políticas institucionales que garanticen equidad, accesibilidad y acompañamiento permanente (Puyol-Cortez & Mina-Bone, 2022).

En síntesis, la adaptación al curso de nivelación es un fenómeno complejo, en el que convergen múltiples dimensiones interrelacionadas que deben ser abordadas de manera integral. El éxito de este proceso no puede depender exclusivamente del esfuerzo individual del estudiante, sino que debe sustentarse en entornos institucionales que promuevan el aprendizaje significativo, el bienestar emocional y el acompañamiento personalizado. Solo así será posible construir trayectorias universitarias inclusivas, sostenibles y transformadoras desde el inicio del camino académico (Puyol-Cortez & Mina-Bone, 2022).

Conclusión

El análisis integral de los factores psicosociales y académicos que inciden en la adaptación de los estudiantes al curso de nivelación de carrera permite concluir que dicho proceso constituye una fase crítica en la trayectoria universitaria, cuya complejidad demanda un enfoque multidimensional. La adaptación no depende exclusivamente de las capacidades individuales del estudiante, sino que está fuertemente influenciada por el contexto social, emocional, pedagógico e institucional en el que se desarrolla.

Desde el ámbito psicosocial, se evidencia que el apoyo familiar y de pares resulta fundamental para fortalecer el sentido de pertenencia, reducir el impacto del estrés y mejorar la disposición hacia el aprendizaje. De igual forma, variables personales como la autoeficacia académica, la motivación intrínseca y el manejo emocional son determinantes para enfrentar de manera resiliente las exigencias propias del curso de nivelación. Estos factores potencian la

autonomía, la persistencia y la confianza en las propias capacidades, permitiendo a los estudiantes afrontar los retos de manera más efectiva.

En lo académico, se concluye que las metodologías de enseñanza y evaluación utilizadas en el curso de nivelación deben ser reformuladas bajo principios pedagógicos centrados en el estudiante. El uso de estrategias activas, participativas y contextualizadas mejora el compromiso, el rendimiento y el sentido del aprendizaje. Asimismo, una evaluación que priorice la retroalimentación y la autorregulación contribuye a consolidar habilidades fundamentales para el éxito académico sostenido.

La carga académica y la organización del tiempo surgen como elementos críticos que requieren especial atención. Una planificación curricular equilibrada y acompañada de formación en habilidades de gestión del tiempo puede prevenir el agotamiento académico, la desmotivación y el abandono. Además, garantizar el acceso a recursos educativos pertinentes y a servicios institucionales de orientación académica y psicológica constituye una condición indispensable para la equidad y la permanencia en la educación superior.

En síntesis, la adaptación al curso de nivelación debe abordarse como un proceso integral que articule componentes psicosociales, pedagógicos y organizacionales. Las instituciones de educación superior tienen la responsabilidad de generar entornos formativos inclusivos, sensibles a la diversidad del estudiantado y comprometidos con su desarrollo académico y humano desde el inicio de su trayectoria universitaria. Solo mediante una intervención articulada y proactiva será posible consolidar procesos de transición eficaces que promuevan el éxito y la retención estudiantil.

Referencias bibliográficas

Aráoz, O., Hernández, E., & Martínez, L. (2021). *Adaptación académica y apoyo psicosocial en estudiantes universitarios de primer ingreso*. *Revista Colombiana de Psicología*, 30(1), 45–60.

- Cabrera-Vargas, L. F., & Reyes, F. V. (2020). Apoyo social y estrés académico en estudiantes universitarios: una revisión sistemática. *Educación y Humanismo*, 22(38), 1–20.
- Cajamarca-Correa, M. A., Cangas-Cadena, A. L., Sánchez-Simbaña, S. E., & Pérez-Guillermo, A. G. (2024). Nuevas tendencias en el uso de recursos y herramientas de la Tecnología Educativa para la Educación Universitaria. *Journal of Economic and Social Science Research*, 4(3), 127–150. <https://doi.org/10.55813/gaea/jessr/v4/n3/124>
- Cassady, J. C., & Johnson, R. E. (2002). Cognitive test anxiety and academic performance. *Contemporary Educational Psychology*, 27(2), 270–295. <https://doi.org/10.1006/ceps.2001.1094>
- Credé, M., & Niehorster, S. (2012). *Adjustment to college as measured by the Student Adaptation to College Questionnaire: A quantitative review of its structure and relationships with correlates and consequences*. *Educational Psychology Review*, 24(1), 133–165. <https://doi.org/10.1007/s10648-011-9184-5>
- Extremera, N., & Fernández-Berrocal, P. (2014). Emotional intelligence as predictor of mental, social, and physical health in university students. *The Spanish Journal of Psychology*, 9(1), 45–51. <https://doi.org/10.1017/S1138741600005965>
- Figuerola, L., & Acevedo, D. (2021). Acompañamiento académico y orientación estudiantil: Estrategias de permanencia en el ingreso universitario. *Revista Colombiana de Educación*, (81), 253–272.
- González, M., Pérez, A., & Rivas, D. (2022). *Ansiedad académica y estrategias de afrontamiento en estudiantes de nivelación universitaria*. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 25(1), 103–118.
- Honicke, T., & Broadbent, J. (2016). The influence of academic self-efficacy on academic performance: A systematic review. *Educational Research Review*, 17, 63–84. <https://doi.org/10.1016/j.edurev.2015.11.002>
- López-Aymes, G., Estrada-López, M., & Castañeda-Sánchez, I. (2021). Redes de apoyo social y bienestar psicológico en estudiantes universitarios de nuevo ingreso. *Psicología Educativa*, 27(2), 105–112.
- Panadero, E. (2017). A review of self-regulated learning: Six models and four directions for research. *Frontiers in Psychology*, 8, 422. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.00422>
- Puyol-Cortez, J. L., & Mina-Bone, S. G. (2022). Explorando el liderazgo de los profesores en la educación superior: un enfoque en la UTELVT Santo Domingo. *Journal of Economic and Social Science Research*, 2(2), 16–28. <https://doi.org/10.55813/gaea/jessr/v2/n2/49>
- Rodríguez-Medina, J., Cervantes, J., & Hernández, M. (2020). Estrés académico y carga de trabajo: su influencia en el rendimiento de estudiantes universitarios. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 23(3), 50–66.
- Rodríguez-Sánchez, M. C., González-Torres, M. C., & Tourón, J. (2021). *Autorregulación del aprendizaje en la universidad: Influencia de la motivación y el estrés académico*. *Revista de Psicodidáctica*, 26(1), 91–99.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Intrinsic and extrinsic motivations: Classic definitions and new directions. *Contemporary Educational Psychology*, 25(1), 54–67. <https://doi.org/10.1006/ceps.1999.1020>

- Silva-Peña, I., & Díaz-Mujica, A. (2021). Motivación académica y adaptación universitaria: Estudio en estudiantes de primer año de carreras pedagógicas. *Revista Electrónica Educare*, 25(2), 1–21.
- Tinto, V. (2015). Through the eyes of students. *Journal of College Student Retention: Research, Theory & Practice*, 19(3), 254–269.
<https://doi.org/10.1177/1521025115621917>
- Vallejo-Reyes, F., Cabrera-Vargas, L. F., & Jiménez-Silva, A. (2022). Apoyo social percibido y adaptación universitaria en estudiantes de nuevo ingreso. *Revista Electrónica Actualidades Investigativas en Educación*, 22(1), 1–20.