



**UNIVERSIDAD LAICA “ELOY ALFARO DE MANABÍ”**

**EXTENSIÓN EN EL CARMEN**

**FACULTAD DE EDUCACIÓN, TURISMO, ARTES Y HUMANIDADES**

**CARRERA DE EDUCACIÓN BÁSICA**

**TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR PROYECTO DE INVESTIGACIÓN,  
PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE LICENCIADOS EN EDUCACIÓN  
BÁSICA**

“Estrategias Neurodidácticas para Reducir el Estrés Académico Relacionado con el Área de Inglés en el Subnivel Superior de la Unidad Educativa 5 de Junio del Cantón el Carmen Manabí, periodo lectivo 2025-2026”

**AUTORAS:**


Arely Jenifer Velez Montes

Nina Alejandra Verduga Carrión

**DOCENTE TUTOR:**

Jorge Luis Mendoza Mejía, PhD.

El Carmen, febrero del 2026

 <b>Uleam</b> <small>UNIVERSIDAD LAICA</small> <small>ELOY ALFARO DE MANABÍ</small>	<b>NOMBRE DEL DOCUMENTO:</b> <b>CERTIFICADO DE TUTOR(A).</b>	<b>CÓDIGO: PAT-04-F-004</b>
	<b>PROCEDIMIENTO: TITULACIÓN DE ESTUDIANTES DE GRADO</b> <b>BAJO LA UNIDAD DE INTEGRACIÓN CURRICULAR</b>	<b>REVISIÓN: 1</b> Página 1 de 1

## CERTIFICACIÓN

En calidad de docente tutor de la Facultad De Ciencias de la Educación, Turismo, Arte y Humanidades, Carrera de Educación Básica, Extensión en el Carmen de la Universidad Laica “Eloy Alfaro de Manabí”, **CERTIFICO:**

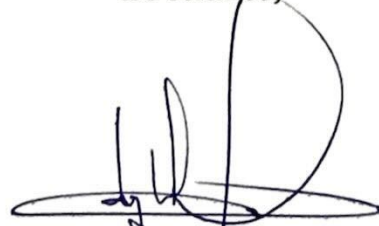
Haber dirigido, revisado y aprobado preliminarmente el Trabajo de Integración Curricular, modalidad Proyecto de Investigación, bajo la autoría de la estudiante **Verduga Carrión Nina Alejandra**, legalmente matriculado/a en la carrera de Educación Básica, período académico 2025(2), cumpliendo el total de 192 horas, cuyo tema del proyecto es “Estrategias Neurodidácticas para Reducir el Estrés Académico Relacionado con el Área de Inglés en el subnivel superior de la Unidad Educativa 5 de Junio del cantón el Carmen Manabí, periodo lectivo 2025-2026”.

La presente investigación ha sido desarrollada en apego al cumplimiento de los requisitos académicos exigidos por el Reglamento de Régimen Académico y en concordancia con los lineamientos internos de la opción de titulación en mención, reuniendo y cumpliendo con los méritos académicos, científicos y formales, y la originalidad del mismo, requisitos suficientes para ser sometida a la evaluación del tribunal de titulación que designe la autoridad competente.


Particular que certifico para los fines consiguientes, salvo disposición de Ley en contrario.

El Carmen, 29 de enero de 2026

Lo certifico,



**Dr. Jorge Luis Mendoza Mejía**  
**Docente Tutor**  
**Educación Básica**

 <b>Uleam</b> <small>UNIVERSIDAD LAICA</small> <small>ELOY ALFARO DE MANABÍ</small>	<b>NOMBRE DEL DOCUMENTO:</b> <b>CERTIFICADO DE TUTOR(A).</b>	<b>CÓDIGO:</b> PAT-04-F-004
	<b>PROCEDIMIENTO:</b> TITULACIÓN DE ESTUDIANTES DE GRADO BAJO LA UNIDAD DE INTEGRACIÓN CURRICULAR	<b>REVISIÓN:</b> 1 Página 1 de 1

## CERTIFICACIÓN

En calidad de docente tutor de la Facultad De Ciencias de la Educación, Turismo, Arte y Humanidades, Carrera de Educación Básica, Extensión en el Carmen de la Universidad Laica “Eloy Alfaro” de Manabí, **CERTIFICO:**

Haber dirigido, revisado y aprobado preliminarmente el Trabajo de Integración Curricular, modalidad Proyecto de Investigación, bajo la autoría de la estudiante **Velez Montes Arely Jenifer**, legalmente matriculado/a en la carrera de Educación Básica, período académico 2025(2), cumpliendo el total de 192 horas, cuyo tema del proyecto es “Estrategias Neurodidácticas para Reducir el Estrés Académico Relacionado con el Área de Inglés en el subnivel superior de la Unidad Educativa 5 de Junio del cantón el Carmen Manabí, periodo lectivo 2025-2026”.

La presente investigación ha sido desarrollada en apego al cumplimiento de los requisitos académicos exigidos por el Reglamento de Régimen Académico y en concordancia con los lineamientos internos de la opción de titulación en mención, reuniendo y cumpliendo con los méritos académicos, científicos y formales, y la originalidad del mismo, requisitos suficientes para ser sometida a la evaluación del tribunal de titulación que designe la autoridad competente.

Particular que certifico para los fines consiguientes, salvo disposición de Ley en contrario.

El Carmen, 29 de enero de 2026

Lo certifico,

  
**Dr. Jorge Luis Mendoza Mejía**  
**Docente Tutor**  
**Educación Básica**

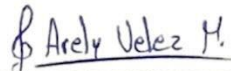


## DECLARACIÓN DE AUTORIA

La responsabilidad de este proyecto de Titulación: **“Estrategias neurodidácticas para reducir el estrés académico relacionado con el área de inglés en el subnivel superior de la Unidad Educativa 5 de Junio del cantón El Carmen, Manabí, periodo lectivo 2025-2026”** corresponde exclusivamente a **Arely Jenifer Velez Montes C.I. 2300726417** y **Nina Alejandra Verduga Carrión C.I. 1752232684** y los derechos patrimoniales del mismo a la Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí.

El Carmen – Manabí

### Autoras



**Arely Jenifer Velez Montes**

**C.I. 2300726417**



**Nina Alejandra Verduga Carrión**

**C.I. 1752232684**





**UNIVERSIDAD LAICA “ELOY ALFARO DE MANABÍ”  
EXTENSIÓN EL CARMEN**

**APROBACIÓN DEL TRABAJO DE TITULACIÓN**

Los miembros del Tribunal Examinador aprueban el Trabajo de Titulación con modalidad Proyecto Integrador, titulado “Estrategias neurodidácticas para reducir el estrés académico relacionado con el área de inglés en el subnivel superior de la Unidad Educativa 5 de Junio del cantón El Carmen, Manabí, periodo lectivo 2025-2026”, cuyos autoras son Arely Jenifer Velez Montes y Nina Alejandra Verduga Carrión de la Carrera de Ciencias de la Educación Básica y como Tutor de Trabajo de Titulación el Dr. Jorge Luis Mendoza Mejía, PhD.

El Carmen, 26 de febrero de 2026

**Lic. Rubén Hernán Andrade Álvarez, Mg.  
Presidente del tribunal de titulación**

**Lic. Líder Bíasis Lanche Obaco, Mg.  
Miembro del tribunal de titulación**

**Lic. Michael Argenis Román Loor, Mg.  
Miembro del tribunal de titulación**

## **Agradecimiento**

Agradezco, en primer lugar, a Dios, por ser el mejor ejemplo de amor, guía y fortaleza en mi vida. Porque Él me amó primero y me sostuvo en los momentos de dificultad, recordándome que en Él todo es posible. A mis padres, por su esfuerzo constante, enseñanzas y acompañamiento. Los valores que sembraron en mí desde el inicio fueron un pilar fundamental para afrontar cada etapa de este camino académico y alcanzar este logro. Su ejemplo y dedicación se reflejan en la culminación de este trabajo.

A mi pareja, por ser apoyo y compañía en las largas madrugadas. Por su paciencia y esfuerzo por verme bien, por escucharme con el corazón, por recordarme que podía lograrlo y acompañarme incluso en los momentos en los que solo quería silencio. A mis familiares, por su apoyo y confianza en mí, por sus palabras de aliento y estar presentes de distintas maneras en este proceso. Por sus oraciones, porque estoy segura que incluso en momentos en los que no sabía, me sostuvieron y me dieron fuerzas para continuar, porque me cubrieron y guiaron.

A la ULEAM, por abrirme sus puertas y ser el puente a través del cual tuve el privilegio de conocer a mi tutor de tesis, el Dr. Jorge Mendoza; compañera de tesis, Arely Velez; y docentes que admiro profundamente y cuyos nombres suenan en mi mente al recordar que la educación también es calidez. Finalmente, agradezco a todas aquellas personas que, de una u otra manera me motivaron y ayudaron en este proceso.

**Nina Verduga Carrión**

Quiero mostrar mis más sinceros agradecimientos a Dios por bendecirme, guiarme y acompañarme en cada momento y sobre todo por darme la fortaleza para seguir adelante y cumplir un objetivo lleno de aprendizaje, momentos difíciles, momentos fáciles, oportunidades, alegrías y experiencias únicas e inigualables. De la misma manera agradezco a mis padres y mis abuelitos quienes han sido parte fundamental en todo este proceso de lucha. Les agradezco por el apoyo incondicional, por el sacrificio, los consejos, la motivación, el amor y sobre todo por confiar en mí que fue lo que me permitió superar las diferentes dificultades y lograr el objetivo propuesto.

De ante mano también agradezco a mi tutor de tesis el Dr. Jorge Luis Mendoza Mejía, por su disposición, dedicación, paciencia y orientación, quien gracias a sus conocimientos nos guio en todo este proceso para culminar la tesis con éxito.

De la misma manera expando mis agradecimientos a mi compañera de tesis Nina Alejandra Verduga Carrión por brindarme la confianza, el apoyo y el compañerismo lo que hizo que este proceso se convirtiera en un espacio de compartir experiencias únicas.

Finalmente agradezco a todas las personas que aportaron, me apoyaron y fueron participes en todo este largo camino brindándome sus amistad, cariño y empatía.

**Arely Velez Montes**

## **Dedicatoria**

Dedico este trabajo a Dios, por ser mi guía constante, mi fortaleza y mi refugio en cada etapa de este camino y mi vida. Por sostenerme cuando el cansancio se hacía presente, darme paz en los momentos de incertidumbre y por recordarme siempre que todo es posible cuando se camina con fe y propósito, porque reconozco que no soy perfecta, pero aun cuando dudé o fallé, Su mano estuvo ahí para levantarme y darme aliento.

A mi madre, por su amor incondicional y su entrega constante, incluso en aquellos momentos en los que, a pesar de encontrarse en situaciones difíciles, nunca ha dejado de cuidarme y apoyarme. Su vida es para mí una inspiración de superación, dedicación y compromiso, valores que me impulsaron a no rendirme y a creer siempre en mis capacidades.

A mi padre, por haber despertado en mí la curiosidad por aprender, y por responder, con inteligencia y sabiduría, cada una de mis preguntas desde mi infancia hasta el día de hoy. Por permitirme ser sensible cuando el mundo decía que eso era para débiles. Por las risas que me ha regalado con sus chistes, que me han recordado la importancia de sonreír aun en los días difíciles.

A mi hermanito, a mis sobrinos y a mis primitas, a quienes espero ser ejemplo de constancia, esfuerzo y perseverancia. Que este logro les recuerde que los sueños se alcanzan con dedicación y que siempre vale la pena creer en uno mismo. Deseo que nunca olviden poner a Dios por encima de todo, caminar con fe y mantenerse siempre humildes, sin perder la esencia ni los valores que los guíen en cada paso que den.

**Nina Verduga Carrión**

Este trabajo está dedicado a Dios por ser mi refugio, por darme sabiduría, esperanza y sobre todo por guiar cada uno de mis pasos y no soltarme ante momentos difíciles y permitirme llegar y culminar esta etapa con esfuerzo y esmero, para mi familia en especial a mis padres, mis abuelos y mis hermanas, por el apoyo incondicional, el esfuerzo, la paciencia y el sacrificio para ayudarme a concluir este proceso con éxitos, siendo ellos mi fuente de inspiración y por quienes me esfuerzo día a día.

**Arely Velez Montes**

## Resumen

El presente proyecto de investigación aborda el problema del estrés académico en los estudiantes del subnivel superior de Educación General Básica, el cual se manifiesta con frecuencia en el área de inglés debido a la carga académica, las metodologías tradicionales, la presión por el rendimiento escolar y otros factores influyentes. El estudio se desarrolló en la Unidad Educativa “5 de Junio”, con el objetivo general de describir la aplicación de las estrategias neurodidácticas en el área de inglés para reducir el estrés académico en los estudiantes del subnivel superior de EGB. La investigación se fundamentó en un paradigma positivista, con enfoque cuantitativo y nivel descriptivo, siendo un estudio de tipo de campo. Asimismo, se menciona que, para la investigación, se consideró como población a 144 estudiantes de EGB y 78 alumnos de 8vo, 9no y 10mo año, para lo cual se aplicó el método de muestreo probabilístico aleatorio estratificado. En cuanto a la recolección de información, la encuesta fue la técnica seleccionada, por lo que se aplicó como instrumento un cuestionario físico. Los resultados evidenciaron que dichas estrategias se aplican de manera parcial y, aunque se identificó el uso de estrategias como el trabajo colaborativo y el ABP, aún predominan las metodologías tradicionales. En conclusión, la investigación aporta información relevante sobre la importancia de integrar de manera planificada y consciente las estrategias neurodidácticas en el área de inglés, destacando su impacto positivo en el bienestar emocional de los estudiantes y en la mejora del proceso de formación académica y personal.

**Palabras clave:** estrategias neurodidácticas, estrés académico, neurodidáctica, presión académica, bienestar físico y mental.

## **Abstract**

This research project addresses the problem of academic stress in students of the upper sublevel of Basic General Education, which frequently manifests itself in the area of English due to academic load, traditional methodologies, pressure for school performance and other influential factors. The study was developed in the Educational Unit "June 5", with the general objective of describing the application of neurodidactic strategies in the area of English to reduce academic stress in students of the upper sublevel of EGB. The research was based on a positivist paradigm, with a quantitative approach and descriptive level, being a field-type study. Likewise, it is mentioned that for the research, 144 EGB students and 78 8th, 9th and 10th grade students were considered as a population, for which the stratified random probabilistic sampling method was applied. Regarding the collection of information, the survey was the selected technique, so a physical questionnaire was applied as an instrument. The results showed that these strategies are partially applied and, although the use of strategies such as collaborative work and ABP was identified, traditional methodologies still predominate. In conclusion, the research provides relevant information on the importance of integrating neurodidactic strategies in a planned and conscious way in the area of English, highlighting their positive impact on the emotional well-being of students and on the improvement of the academic and personal training process.

**Keywords:** neurodidactic strategies, academic stress, neurodidactics, academic pressure, physical and mental well-being.

## ÍNDICE

Agradecimiento.....	v
Dedicatoria.....	vii
Resumen.....	viii
Abstract.....	ix
ÍNDICE.....	x
ÍNDICE DE TABLAS.....	xii
ÍNDICE DE GRÁFICOS.....	xii
ÍNDICE DE ANEXOS.....	xii
CAPÍTULO I.....	1
Introducción.....	1
Planteamiento del Problema.....	2
<i>Interrogantes de Estudio</i> .....	5
Objetivos.....	5
<i>Objetivo General</i> .....	5
<i>Objetivos Específicos</i> .....	5
Justificación.....	5
CAPÍTULO II.....	7
Marco Teórico.....	7
Antecedentes.....	7
Bases Teóricas.....	10
Estrategias Neurodidácticas.....	10
<i>Definición de Estrategias Neurodidácticas</i> .....	10
<i>Neurodidáctica</i> .....	11
<i>Bases Neurobiológicas del Aprendizaje en las Estrategias Neurodidácticas</i> .....	12

<i>Tipos de Estrategias Neurodidácticas</i> .....	13
Estrés Académico.....	14
<i>Definición de Estrés Académico</i> .....	14
<i>Factores que Influyen en el Estrés Académico</i> .....	15
<i>Manifestaciones de Estrés Académico</i> .....	16
<i>Estrategias de Afrontamiento</i> .....	17
Sistema de Variables: Definición Conceptual y Operacional.....	18
CAPÍTULO III.....	21
Marco Metodológico.....	21
Paradigma .....	21
Enfoque.....	22
Nivel.....	22
Tipo.....	23
Población y Muestra .....	24
Técnicas e Instrumentos de Recolección de Información.....	25
<i>Técnica</i> .....	25
<i>Instrumento</i> .....	25
<i>Validez y Confiabilidad</i> .....	27
<i>Procesamiento de la Información</i> .....	28
CAPÍTULO IV.....	29
Análisis e Interpretación de Información.....	29
CAPÍTULO V.....	39
Conclusiones.....	39
Recomendaciones .....	40
Referencias.....	41

ANEXOS .....	48
--------------	----

### ÍNDICE DE TABLAS

<b>Tabla 1</b> Cuadro de operacionalización de variables.....	19
<b>Tabla 2</b> Dimensión “Marco epistemológico” .....	29
<b>Tabla 3</b> Dimensión “Bases neurobiológicas del aprendizaje” .....	30
<b>Tabla 4</b> Dimensión “Tipos” .....	31
<b>Tabla 5</b> Dimensión “Factores que influyen” .....	33
<b>Tabla 6</b> Dimensión “Manifestaciones” .....	35
<b>Tabla 7</b> Dimensión “Estrategias de afrontamiento” .....	36

### ÍNDICE DE GRÁFICOS

<b>Figura 1</b> Dimensión. – Marco epistemológico.....	29
<b>Figura 2</b> Dimensión. - Bases neurobiológicas del aprendizaje.....	30
<b>Figura 3</b> Dimensión. - Tipos .....	32
<b>Figura 4</b> Dimensión. - Factores que influyen .....	33
<b>Figura 5</b> Dimensión. – Manifestaciones .....	35
<b>Figura 6</b> Dimensión. - Estrategias de afrontamiento .....	37

### ÍNDICE DE ANEXOS

<b>Anexo 1.-</b> Permiso para ingreso a la escuela avalado por la Universidad.....	48
<b>Anexo 2.-</b> Consentimiento institucional .....	50
<b>Anexo 3.-</b> Instrumento de investigación.....	51
<b>Anexo 4.-</b> Validación y prueba de confiabilidad del instrumento .....	53
<b>Anexo 5.-</b> Fotografías de encuestados .....	65

# **CAPÍTULO I**

## **Introducción**

Actualmente, el bienestar de los estudiantes es el punto clave dentro de la educación. El crecimiento del estrés académico es una preocupación recurrente que busca ser disuelta mediante implementación de estrategias que fortalezcan el proceso de aprendizaje de todos los alumnos de los establecimientos educativos para lograr resultados de calidad. Los docentes se han visto implicados en retos al implementar estrategias para abordar las dificultades presentadas en las unidades educativas, derivadas del estrés, tales como frustraciones o agobios de los educandos debido a múltiples exigencias.

Las estrategias neurodidácticas consisten en aquellas actividades diseñadas a partir del conocimiento del funcionamiento del cerebro y cómo aprende de mejor manera para lograr un aprendizaje significativo. Estas estrategias pueden ser aplicadas en cualquier nivel educativo, fortaleciendo los conocimientos y fomentando la comprensión de los contenidos, considerando que, aunque en ocasiones la memorización es importante, el fortalecimiento de la motivación, las emociones positivas, el interés y otros factores es igual de crucial para lograr aprendizajes adaptados a las necesidades de los estudiantes.

De manera general, el estrés no siempre se presenta de manera negativa, pero cuando lo hace, en el ámbito académico puede causar bajo rendimiento escolar, desinterés por las clases o una asignatura en específico, falta de atención, etc. El estrés académico conlleva a diversas respuestas físicas, mentales y emocionales, dependiendo de cómo el estudiante perciba los factores estresantes, mismos que afectan su aprendizaje y bienestar. En algunos casos, el estrés es percibido como un problema sin salida, puede producirse abandono escolar debido a las presiones académicas, afectándose las dimensiones emocional, física y mental.

De este modo, el presente proyecto de investigación está enfocado en la implementación de estrategias neurodidácticas para reducir el estrés académico relacionado con el área de inglés. En coherencia con esta investigación, se plantea como objetivo general describir la aplicación de las estrategias neurodidácticas en el área de inglés para reducir el estrés académico en los estudiantes del subnivel superior de EGB.

En el capítulo I se presentará el planteamiento del problema, en donde se describe el problema existente, el cómo y a quiénes afecta, tomando en cuenta distintos autores que permiten sustentar la información. De la misma manera, se exponen los objetivos en los cuales se delimitan

qué se espera alcanzar y cuál es el propósito de la investigación, presentándose tanto el objetivo general como los específicos. Por último, se presenta la justificación del estudio, en el cual se menciona la importancia de la investigación, su utilidad y beneficiarios.

Otra parte fundamental de esta investigación es el capítulo II, en el cual se desglosa el marco teórico, en donde se incluye, los antecedentes, en los que se consideran trabajos relacionados a las variables de estudio; las bases teóricas, que consisten en la definición de las variables tomando en cuenta aspectos importantes, respaldando la información con otros estudios; y, como última parte de este capítulo, el sistema de variables, donde se realiza la definición conceptual y operacional de cada una.

Dentro del capítulo III se encuentra el marco metodológico donde toda la información está sustentada con autores. Dentro de este apartado se describe el paradigma aplicado, siendo este el positivista, con enfoque cuantitativo, nivel descriptivo, con tipo de investigación de campo, población y muestra tomada del subnivel superior de los estudiantes de la Unidad Educativa “5 de Junio”, con técnicas e instrumento basado en la encuesta, posibilitando la recolección de información empleada a los estudiantes.

Por otra parte, se encuentra el capítulo IV el cual abarca el análisis e interpretación de información es donde se les da sentido a los datos obtenidos, y de acuerdo a la recolección de información se responde la pregunta de investigación y se llega a conclusiones coherentes del fenómeno de estudio. Otra parte fundamental dentro de esta investigación es el capítulo V donde se encuentran inmersas las conclusiones, recomendaciones y referencias.

### **Planteamiento del Problema**

Existen una gran variedad de estrategias neurodidácticas aplicables de acuerdo con las características del aprendizaje de los estudiantes, con el objetivo de estimular y promover el interés del alumnado para idear experiencias únicas e innovadoras. Según Ocampo Eyzaguirre (2020) las estrategias neurodidácticas crean experiencias extraordinarias dentro del proceso de aprendizaje en la investigación científica, aportando al conocimiento de los investigadores de las Ciencias Sociales, estudiando el desarrollo del cerebro y cada una de las necesidades presentes en la educación, haciendo posible el disfrute de la práctica para la vida. Estas tácticas buscan crear ambientes que aporten y mejoren habilidades de diversas formas de estudio de una manera innovadora.

Según lo citado, se establece que las estrategias neurodidácticas son imprescindibles dentro del aprendizaje, tanto en lo científico como en los procedimientos aplicados en el salón de clases para fomentar un conocimiento mucho más eficaz, donde le posibilite al estudiante desarrollar e implementar su capacidad de imaginación, disfrutando de cada paso en su proceso de formación académica. Para ello, es fundamental que el docente posea conocimiento claro sobre las necesidades individuales de sus estudiantes con conjunto con los objetivos y metas establecidas a corto y largo plazo, a fin de seleccionar estrategias y métodos adecuados al contexto educativo.

La tensión emocional es uno de los problemas más frecuentes dentro de los establecimientos educativos y puede presentarse de diferentes maneras. Silva-Ramos et al. (2020) plantean que el estrés académico podría tener reacciones negativas que pueden ocasionar un desequilibrio en los estudiantes en distintas situaciones tales como la presión y la manera de intentar afrontarla o superarla. Se conoce que la sobrecarga cognitiva tiende a presentarse en diversas manifestaciones como consecuencia de múltiples exigencias y acumulación excesiva de responsabilidades académicas.

Si bien es cierto que la educación ha avanzado, en algunas instituciones aún se suele evidenciar que prevalece el desinterés por parte de los docentes, mismos que imponen exigencias a los estudiantes, marcando el exceso de responsabilidades y ocasionando síntomas tanto físicos como emocionales que pueden llegar a afectar la salud de los individuos por intentar alcanzar o cumplir con los requisitos propuestos, lo que se puede traducir en un desequilibrio educativo y emocional. Es deber del docente erradicar las deficiencias de la aplicación de estrategias dentro del salón de clases, para mejorar el interés de los alumnos y acercarse más hacia el fin deseado, la calidad educativa, innovadora e inclusiva.

El estrés académico, entendido como una reacción normal ante las exigencias y demandas del entorno en el que se encuentre el individuo, es un problema global y no se presenta únicamente en adultos, de la forma en que se podría pensar. En respuesta a esto, la neurodidáctica ha adquirido un papel preponderante, ya que su enfoque no se limita en que se aprenda de mejor manera, sino en favorecer el bienestar emocional, reduciendo con ello factores estresantes y logrando que los alumnos perciban el proceso de enseñanza-aprendizaje de modo más fluido, con calidad y calidez.

El estrés académico es un problema que se presenta en los alumnos a nivel mundial sin distinguir género, clase social, edad o el nivel de estudio. Es por esto que Jurado-Botina et al. (2021) realizaron un estudio enfocado en el estrés académico en estudiantes universitarios

Iberoamericanos y brindan algunas pautas sobre los requerimientos del ámbito educativo. Por ello, es de gran importancia la indagación y la aplicación de estrategias neurodidácticas que ayuden a solventar los problemas más comunes de la tensión académica que se adapten a las necesidades de los educandos.

Ecuador no es la excepción, ya que dicho espacio geográfico también presenta una sociedad que exige celeridad y tiene grandes expectativas de aquellos que cursan un proceso de formación académica. El 14 de octubre del año 2022, la representante del Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD), Mordt (2022) anunció que este país constituye uno de los cinco países con mayores niveles de estrés en el mundo, sin olvidar claro, que entre esta población se encuentran estudiantes de diferentes grados de educación básica y superior.

Es por esta razón que en diversas partes del conocido país de los cuatro mundos se considera pertinente implementar estrategias que faciliten el proceso de aprendizaje a los educandos, procurando que sus niveles de estrés no incrementen con cada clase o nuevo tema a abordar, ya que además de ser seres intelectuales, son sujetos con sensibilidad emocional, y este aspecto no debe olvidarse. Al respecto, Briones-Cedeño et al. (2021) señalan que la neurodidáctica es una herramienta que busca integrar cambios cognitivos, pero también habilidades, destrezas y competencias en el estudiante y esto a su vez se refleja en un mejor manejo de sus emociones.

En la ciudad de El Carmen, ubicada en la provincia de Manabí, se ha observado que, al tratarse del aprendizaje del inglés como lengua extranjera, son varios los estudiantes que presentan indicios de estrés, provocado posiblemente por las metodologías aplicadas, pero no adecuadas a la manera en la que mejor adquieren conocimiento. Esto se evidencia en mayor medida en la decaída notable de los resultados académicos y la reducida motivación que se muestra en ellos por adquirir un nuevo idioma, y es aquí en donde se busca emplear estrategias neurodidácticas para obtener cambios significativos y, por supuesto, positivos.

La presente investigación se centra específicamente en el subnivel de Educación General Básica Superior de la Unidad Educativa “5 de Junio”, en donde se pretende analizar de qué manera la aplicación de las estrategias neurodidácticas influyen en la reducción del estrés académico, ya que es una asignatura que habitualmente se interpreta como una obligación escolar o un reto inalcanzable, pero olvidan que también puede ser una ventaja personal y llena de oportunidades laborales a futuro, lo que podría transformar su frustración en gratificación.

### ***Interrogantes de Estudio***

- ¿Qué estrategias neurodidácticas se pueden aplicar para reducir el estrés académico?
- ¿Cómo se están aplicando las estrategias neurodidácticas en el área de inglés para minimizar el estrés académico?
- ¿Qué tipo de estrategias neurodidácticas se aplican en el área de inglés para menguar el estrés académico?
- ¿Qué características tienen las estrategias neurodidácticas en el área de inglés para reducir el estrés académico?

### **Objetivos**

#### ***Objetivo General***

Describir la aplicación de las estrategias neurodidácticas en el área de inglés para reducir el estrés académico en los estudiantes del subnivel superior de EGB.

#### ***Objetivos Específicos***

- Diagnosticar la aplicación de estrategias neurodidácticas en el área de inglés para reducir el estrés académico en los estudiantes del subnivel superior de EGB.
- Identificar el tipo de estrategias neurodidácticas aplicadas para disminuir el estrés académico en el área de inglés en los estudiantes del subnivel superior de EGB.
- Caracterizar las estrategias neurodidácticas en el área de inglés para reducir el estrés académico en los estudiantes del subnivel superior de EGB.

### **Justificación**

El conocimiento sobre las estrategias neurodidácticas contribuye significativamente en el avance de la ciencia, ya que están directamente relacionadas con el estudio del cerebro, las reacciones que produce ante ciertos estímulos y cómo los mecanismos cerebrales pueden ser optimizados a través de la modificación del entorno, teniendo por resultado evidencia empírica y, ya que el estrés académico se manifiesta en cualquier nivel de educación, independientemente de la edad, se ve necesaria la presente investigación como una manera de aportar a la sociedad.

Este tipo de enfoques pedagógicos contribuyen a las investigaciones científicas realizadas con el fin de estudiar el funcionamiento del cerebro y disminuir el nivel de estrés dentro de la educación. Existen varios trabajos donde se presentan estudios de estrategias neurodidácticas que

beneficien a la retención de información en el proceso de enseñanza, creando aprendizajes significativos e innovadores y asegurando la formación de estudiantes creativos en el que la presión mental no sea un punto débil en la educación.

Como se ha mencionado, el estrés está presente a nivel mundial y nacional por lo cual, la información que se otorga tiene un impacto social a gran escala. Dirigido a docentes en formación, ya experimentados y a la población en general, esta investigación busca fomentar la salud mental y emocional de las personas para mejorar su bienestar global, lo que se traduce en mejoras de sus diferentes ámbitos de vida y, por tanto, la calidad de la misma.

Las investigaciones relacionadas en el ámbito educativo son de grandes beneficios para consolidar una educación de calidad, con el fin de informar y conocer cómo los estudiantes logran establecer un aprendizaje significativo mientras el cerebro se adapta a las necesidades de cada niño, permitiéndoles afrontarse a la sociedad contribuyendo al logro de resoluciones de problemas presentados en su diario vivir. Implementando estrategias innovadoras se crean niños capaces de fomentar un entorno de formación colaborativo donde la interacción sea uno de los factores más importantes en su desarrollo integral y el crecimiento de habilidades y conocimientos.

El presente proyecto está enfocado en la salud mental, que a su vez está orientada al estrés producido en los estudiantes de Educación General Básica Superior en una institución pública a causa de diversos factores, por lo que tiene el propósito de brindar información a la sociedad para que cuenten con herramientas teóricas que permitan conocer y/o profundizar los conocimientos previos en cuanto a la gestión de las emociones, en tal caso, el estrés, y la aplicación de estrategias neurodidácticas como alternativa a las tradicionales para aportar con la reducción de este malestar emocional.

El tema en cuestión ha sido elegido ya que los alumnos que forman parte del estudio han comentado informalmente que han mostrado indicios de estrés al afrontar el aprendizaje de una lengua extranjera, más específicamente, el inglés. Se aspira entonces que la sociedad obtenga conocimiento necesario sobre el tema no solo de manera superficial, sino profunda y analítica, y de esta manera se cree consciencia sobre la relevancia de la socialización con respecto a este tipo de problemas presentes en la sociedad e instituciones educativas, como es el caso de los estudiantes de EGB Superior de la Unidad Educativa “5 de Junio”.

## **CAPÍTULO II**

### **Marco Teórico**

#### **Antecedentes**

En el plano internacional, Carrasco Rojas (2021) realizó su trabajo de tesis cuyo objetivo fue identificar los diferentes resultados derivados de la aplicación de estrategias neurodidácticas en la etapa preescolar. La metodología empleada correspondió a una investigación básica, con un diseño no experimental, basada en la revisión sistemática y de enfoque cualitativo. La muestra consistió en 15 artículos identificados en las diferentes bases de datos: la Referencia, Scielo, BASE, Google Académico, Science Direct, Medline, que fueron seleccionados previo a la aplicación de criterios de inclusión y exclusión.

De acuerdo con los resultados, el procedimiento realizado se sustentó en datos de referencia en relación con los artículos que contienen similitud. En lo que concierne a la conclusión, el autor menciona que las estrategias neurodidácticas propician una alternativa creativa e innovadora en la educación, donde se aprenderá sobre el funcionamiento del cerebro y cuáles son funciones completas al momento de adquirir nuevos conocimientos a través de los diferentes estímulos proporcionados por los docentes.

El trabajo descrito aporta de manera significativa a la presente investigación, especialmente en lo referente a las estrategias neurodidácticas, al profundizar más detalladamente el funcionamiento cerebral y sus implicaciones en el ámbito educativo, destacando los beneficios que generan estas estrategias como el fomentar un aprendizaje significativo y mejorar el rendimiento académico de los educandos, a través de la adaptación de la enseñanza de acuerdo con las necesidades de los estudiantes.

Así mismo, Condori Chavez (2023), llevó a cabo un estudio que tuvo como objetivo determinar la relación entre el estrés académico y el logro de aprendizaje del área de inglés. La metodología empleada fue un enfoque cuantitativo, de tipo no experimental, con diseño correlacional del nivel descriptivo. La población estuvo constituida por 40 estudiantes y los instrumentos aplicados fueron el cuestionario SISCO SV y una prueba escrita de conocimientos.

Los resultados indicaron que los niveles de significancia para las dimensiones muestran que son mayores al 0.05, siendo por ejemplo para los estresores ( $p\text{-value}=0.102 > 0.05$ ) para los síntomas es ( $p\text{-value}=0.511 > 0.05$ ) y para las estrategias de afrontamiento es ( $p\text{-value}=0.270 > 0.05$ ) por lo que accionaron aceptar la hipótesis nula y rechazar la hipótesis alterna, concluyendo

que no existe correlación entre las variables lo que indica que las variables actúan de manera independiente y que los datos, siguen una distribución normal.

La investigación mencionada brinda varios elementos teóricos al presente trabajo con relación al estrés académico enfocado en el área de inglés, identificándola como una de las asignaturas catalogadas más complejas por los estudiantes, siendo de aporte enriquecedor con conocimientos relacionados a la primera variable de estudio, teniendo en cuenta que el estrés académico es un problema que puede presentarse en diversos contextos académicos, en distintas edades y de diferentes maneras afectando al rendimiento o al proceso de aprendizaje de cada niño y niña.

Por su parte, Pinto Aragón et al. (2022) realizaron un estudio que tuvo como objetivo analizar el estrés académico en los estudiantes de la Universidad de La Guajira en Colombia. En relación con la metodología, los autores se basaron en un paradigma cuantitativo, enfoque positivista, tipo de investigación descriptivo, diseño no experimental, transaccional, de campo. La población fue de 1.200 alumnos, aplicando una muestra aleatoria simple, representada por 840 estudiantes. Se aplicó un cuestionario de 12 ítems, validado por 10 expertos, calculando la fiabilidad con fórmula alfa Cronbach, con un resultando de 87%.

En el análisis de los datos se empleó la estadística descriptiva. Los resultados indicaron un moderado nivel de estrés académico en los estudiantes de la Universidad objeto de estudio. De esta manera, se concluyó que el estrés académico es derivado de las nuevas responsabilidades, carga de trabajo, miedo al fracaso, presión familiar, cambio de hábitos alimenticios, entre otros factores.

El estudio previamente señalado ofrece gran contribución a la presente investigación, basándose más en el estrés académico que tiende a presentarse en los estudiantes de diversas maneras, en varias ocasiones y que, inclusive es posible a que llegue a afectarlos de forma drástica, debido a que puede causar daños psicológicos y físicos por diferentes causas, una de ellas se relaciona con la carga de trabajos e incluso el miedo a llegar a cometer un error.

Por otra parte, en cuanto al contexto nacional, Cazar Tituaña et al. (2024) realizaron una investigación que tuvo como objetivo diseñar estrategias neurodidácticas para fortalecer el desarrollo y la autorregulación emocional de los estudiantes pertenecientes al quinto año de educación básica, en la unidad educativa Cumana. Los autores basaron su metodología en una

mixta que incluyó pruebas diagnósticas, entrevistas y observaciones para evaluar el progreso emocional de los estudiantes y diseñar estrategias específicas de modulación emocional.

Con base en los resultados, se confirmó que existe una falta de habilidades en convivencia debido a deficiencias en la educación emocional. Por tanto, los autores recomendaron desarrollar una guía de estrategias educativas que incluya actividades dirigidas a los docentes responsables del aprendizaje de los niños, mismos que serían los principales beneficiarios, ya que podrían mejorar sus interacciones con sus compañeros y, por lo tanto, mejorar el ambiente de convivencia en el aula.

En este punto se resalta que los hallazgos de los investigadores brindan un sin número de aportes de gran relevancia para la variable de estrategias neurodidácticas del presente trabajo, haciendo énfasis en lo imprescindible para fortalecer el desarrollo de los estudiantes de acuerdo con las necesidades de cada uno y solventar y/o mejorar problemas continuos y comunes dentro de los centros educativos.

Por su parte, Villafuerte Martillo et al. (2024) desarrollaron un estudio sobre las estrategias neurodidácticas para el desarrollo emocional de los estudiantes del cuarto año de educación general básica de la escuela Mariscal Sucre, ubicada en el cantón Isidro Ayora, en Guayas. Como objetivo, se planteó diseñar una estrategia neurodidáctica para fortalecer estas habilidades emocionales y abordar las dificultades observadas. La metodología utilizada fue un diseño preexperimental, con mediciones antes y después de la intervención.

La muestra incluyó a 35 estudiantes previamente identificados con dificultades emocionales. Se recopilaron datos sociofamiliares mediante encuestas y entrevistas estructuradas. Tras la implementación, se reevaluaron las dimensiones emocionales y se realizó un análisis estadístico para evaluar la validez de la estrategia. Los resultados mostraron mejoras significativas en la participación, comunicación, trabajo en equipo, empatía y resolución de conflictos, por lo que se llegó a la conclusión de que el enfoque integral prioriza el bienestar emocional para mejorar el proceso de enseñanza-aprendizaje y abordar eficazmente los desafíos emocionales y cognitivos en el aula.

El estudio abordado por estos autores aporta varios elementos teóricos a la presente investigación, debido a que se ve plasmada la importancia de las estrategias neurodidácticas para mejorar los diferentes problemas o dificultades que pueden afectar el rendimiento de los

estudiantes, ofreciendo información exacta y la vez verdadera utilizando técnicas que plasman datos imprescindibles que puede beneficiar a varias investigaciones.

Por último, Zambrano-Vélez y Tomalá-Chavarría (2022) desarrollaron un estudio que tuvo como objetivo determinar el nivel de estrés académico en los estudiantes de la Carrera de Educación Inicial de la Universidad Estatal Península de Santa Elena, periodo académico 2021-2. Según la metodología de la investigación que mencionan, se fundamentó bajo el método deductivo, paradigma positivista con enfoque cuantitativo, tipo descriptivo-exploratorio, diseño no experimental y corte transversal.

La muestra estuvo constituida por 30 estudiantes cuyas edades oscilan entre los 18 y 22 años. En este caso, para la recolección de datos se empleó como técnica una encuesta, siendo el cuestionario de preguntas semiestructuradas su instrumento, con el propósito de determinar el nivel de estrés académico de los estudiantes. La confiabilidad del instrumento se midió a través del coeficiente de Cronbach determinando un valor de 0,841.

Los resultados más relevantes indican la existencia de un nivel significativo de estrés académico en los estudiantes universitarios acompañado de una sintomatología física-psicológica manifestada en alteraciones en los ciclos de sueño, dolor de cabeza, tensión muscular, ansiedad e irritabilidad. Como conclusión, se obtuvo que a medida que los estudiantes avanzaban en sus estudios, el nivel de estrés aumentaba; sin embargo, contaban con un mejor manejo de los síntomas debido a la práctica de actividades recreativas y la organización adecuada del tiempo.

El trabajo citado contribuye en gran medida al actual proyecto investigativo, específicamente en el área del estrés académico, que puede presentarse en los estudiantes de educación básica superior, en los que se logran observar diversos síntomas que impiden lograr un aprendizaje mucho más efectivo, conllevándolos a decaer en el rendimiento escolar y en la salud en general. Por tanto, se debe recordar que además del desempeño académico, la integridad emocional y mental es esencial.

## **Bases Teóricas**

### **Estrategias Neurodidácticas**

#### ***Definición de Estrategias Neurodidácticas***

Tal como manifiesta González Sánchez (2021), las estrategias neurodidácticas son la integración de acciones pedagógicas que estimulan el cerebro de los alumnos, lo que a su vez promueve la participación activa de los mismos, por tanto, son aplicados por docentes cuyo fin es

motivar y orientar la construcción de un aprendizaje significativo. Esto quiere decir que, más allá de aplicar estos métodos, el guía debe potenciar, a través de estímulos positivos que integren también lo emocional, las potencialidades de cada uno de los discentes.

El autor también menciona que uno de los elementos clave que intervienen en el proceso de aprendizaje son las neuronas espejo, que se activan por la observación específica ayudando a comprender el accionar de los sujetos y constituye desde el sentir emociones hasta el razonamiento y la memoria, generando inteligencia emocional. Por tal motivo, es fundamental que en la aplicación de las estrategias neurodidácticas, se busque que lo que observen los alumnos sea algo positivo para que posteriormente lo imiten.

Por otra parte, Coral-Melo et al. (2021) sostienen que las estrategias neurodidácticas son más bien los instrumentos neurocientíficos implementados en la educación con el objetivo principal de optimizar el desempeño académico en cualquier área del conocimiento y en donde la plasticidad cerebral cumple un rol importante en el proceso de enseñanza-aprendizaje y cómo estos métodos pueden influir en gran medida no solo a la formación académica del alumno, sino en su vida como tal.

En este sentido, ambos autores concuerdan en que, si bien es cierto que estas estrategias representan una herramienta neurocientífica, también lo es que la estimulación emocional, como por ejemplo la motivación, es clave en el funcionamiento del cerebro, así como también en las neuronas espejo y la plasticidad cerebral, esto para que las experiencias educativas impacten positivamente en el desarrollo integral de los alumnos.

### ***Neurodidáctica***

Para entender mejor el abordaje de las estrategias neurodidácticas, es considerable realizar una mirada hacia atrás y conocer en primer lugar qué es la neurodidáctica. Este término surge a raíz de la combinación del conocimiento de la neurociencia y la pedagogía, a fin de comprender cómo el cerebro humano es capaz de aprender bajo diferentes factores que puedan influir en las emociones de las personas. Esto quiere decir que el enfoque neurodidáctico considera a los seres que aprenden como individuos integrales, y, por tanto, su educación debe ser holística.

Casasola Rivera (2022) defiende que la neurodidáctica tiene como objetivo potenciar el funcionamiento cerebral en los procesos neurobiológicos que tienen lugar durante el aprendizaje. Además, menciona que la neurodidáctica está basada no solo una disciplina, según suele pensarse, sino que mantiene una influencia multidisciplinaria, y busca enlazar el conocimiento que se posee

sobre la dinámica cerebral y el desarrollo cognitivo, por lo que es considerada una parte del progreso educativo.

De este modo, la neurodidáctica proporciona instrumentos identificados propicios para que el PEA se lleve a cabo de una mejor manera. Es en este contexto que surgen las estrategias neurodidácticas, que consideran que los estímulos que se le presenten al cerebro pueden cambiar la manera en la que reaccionan al medio que los rodea, en tal caso, lo que involucra la formación escolar, como el establecimiento educativo e incluso si llegan a interiorizar ese conocimiento.

De acuerdo con Vidal Moruno (2024), la neurodidáctica tiene un enfoque multidisciplinar en el que se incorporan descubrimientos y fundamentos de la neurociencia, como lo son la inteligencia emocional, neuroeducación y fundamentos neurocientíficos. A grandes rasgos se puede mencionar que tienen en cuenta la influencia de la sociología, la educación y la plasticidad cerebral y como fin comprender de qué forma se lleva a cabo el proceso de aprendizaje en relación al cerebro y los estímulos que se le presenten.

Esto demuestra que la neurodidáctica, y por tanto sus estrategias, tienen una visión interdisciplinaria, es decir, que va más allá de lo neurológico, pues integra lo social, emocional y pedagógico, lo que posibilita comprender que el contexto en el que el sujeto incide en cómo llegan esos conocimientos, si solo se memorizan o se logran interiorizar.

### ***Bases Neurobiológicas del Aprendizaje en las Estrategias Neurodidácticas***

Las estrategias neurodidácticas pueden entenderse como metodologías activas que buscan mejorar la relación que tienen los estudiantes con el proceso de enseñanza-aprendizaje (PEA), ya sea en el área de inglés o cualquier otra, a la vez que se promueven las emociones positivas y se intenta minimizar aspectos negativos, entre ellos la frustración o el estrés académico, lo que se refleja en una mejora del rendimiento académico y en la adquisición de conocimientos y bienestar en general.

Por tal motivo, se resalta que en el enfoque con el que cuentan, se ven involucrados algunos componentes clave, como también procesos neurocognitivos que ayudan al maestro a conocer, en primer lugar, cómo funciona el cerebro dependiendo el contexto que se presente, y a su vez, guiar la planificación de actividades que estimulen estos procedimientos para que el aprendizaje pueda interiorizarse y no solo se memorice para un buen resultado en algún medio de evaluación.

Carrillo Cusme y Zambrano Montes (2021) argumentan que, para que los conocimientos obtenidos en los procesos de enseñanza-aprendizaje se produzcan adecuadamente, se deben

considerar ciertas funciones ejecutivas tales como la memoria y la atención, y también se incluyen mecanismos de adaptación y activación neuronal como la plasticidad cerebral y la motivación. Todos estos elementos facilitan la consolidación del aprendizaje y orientan al docente en la aplicación de estrategias, en este caso neurodidácticas, que favorezcan una enseñanza significativa.

A partir de estas bases, se puede mencionar que, en las estrategias neurodidácticas también se incluyen otras aristas como la emoción, el descanso, sueño, estilos y ritmos de aprendizaje. Además de esto, se resalta el hecho de que la enseñanza es la que debe adaptarse a cómo funciona el cerebro y no lo contrario, reconociendo las diferencias existentes entre los estudiantes, pues se sabe que no todos aprenden de la misma manera y al mismo ritmo.

### ***Tipos de Estrategias Neurodidácticas***

Las estrategias neurodidácticas también cuentan con una clasificación que responde a las funciones que cumplen dentro del proceso de enseñanza-aprendizaje. Esta categorización se realiza para unificar aquellas con objetivos específicos similares y de tal manera conocer qué estrategia o conjunto ellas tendrían más posibilidad de éxito en cuanto a lo que el educador busca conseguir al emplearlas con sus estudiantes orientándose hacia el aprendizaje significativo y reducir barreras como el estrés académico.

Las necesidades que presentan los estudiantes son diversas, algunos aprenden mejor al contar con mayor apoyo emocional, unos cuantos requieren de actividades altamente estructuradas y otros priorizan tener un enfoque más activo. Es por esta razón que las estrategias neurodidácticas se clasifican en socioemocionales, operativas y metodológicas, pero lo que tienen en común es que buscan potenciar el aprendizaje y desarrollo de los alumnos.

Por una parte, las estrategias de tipo socioemocional incluyen la conexión entre el docente y el discente, así como también la interacción entre sus pares pues defiende que son esenciales para la mejora en el aprendizaje (Pizán Miranda, 2024). La técnica de mindfulness o atención plena, el aprendizaje basado en emociones y el aprendizaje colaborativo son ejemplos de estas estrategias, pues buscan fomentar el bienestar emocional en los alumnos y un ambiente de motivación en el aula, generando confianza y seguridad en la misma, lo que facilita la disposición que se tiene para aprender.

Además, el autor antes mencionado define al segundo tipo de estrategias neurodidácticas, que serían las operativas, como aquellas que representan estímulos dados con el fin de desarrollar contenidos específicos y se diseñan tomando en cuenta el contexto y los intereses de los estudiantes

(Pizán Miranda, 2024). En este caso, los ejercicios de memoria visual y secuencia, el aprendizaje multisensorial y los juegos mentales o de lógica son algunas técnicas más comunes para este tipo de estrategias ya que estimulan las funciones cognitivas como la memoria, la atención y el razonamiento.

Por último, el autor defiende que las estrategias neurodidácticas de tipo metodológicas son el conjunto de pasos que ejecutan los docentes para mejorar los aprendizajes y las experiencias educativas. Un ejemplo que ha ganado popularidad en los últimos años es la gamificación, aunque también se pueden mencionar otros como el aula invertida, conocida también como flipped classroom por su traducción al inglés y el aprendizaje basado en proyectos (ABP), entre otros métodos que promuevan la participación y el aprendizaje autónomo.

El diseño de las estrategias neurodidácticas tienen que responder a las necesidades de los estudiantes, entendiendo que cada uno aprende de una manera diferente e incluso a un ritmo diferenciado unos de otros, por lo que deben dar importancia a lo social, emocional e intelectual, con el propósito de aprovechar esa flexibilidad que se tiene actualmente en cuanto al área educativa y permitir la generación de experiencias y aprendizajes significativos.

## **Estrés Académico**

### ***Definición de Estrés Académico***

La Organización Mundial de la Salud (2023) define al estrés como una sensación de inquietud o tensión mental que suele darse a lugar después de pasar por un momento complicado, además, menciona que todas las personas tienen un cierto grado de presión, debido a que es una respuesta completamente natural que experimentan los individuos al estar frente a lo que podrían considerar una amenaza, pero esto no necesariamente es algo negativo.

Además, es importante recordar que el estrés por sí solo no es algo malo, de hecho, es una reacción normal del cuerpo siempre y cuando sea en bajo nivel y temporalmente y llega a ser beneficioso para actuar con rapidez, en ese caso toma el nombre de “eustrés”. Sin embargo; no hay que confundirlo con el enfoque del presente estudio, centrado en el estrés como una respuesta negativa y persistente que afecta el desarrollo académico y personal de los estudiantes.

Citando ya la definición dada por un organismo internacional como lo es la OMS, se procede a mencionar que, desde la perspectiva de Corrales Fernández y Gaibor Gonzalez (2022) el estrés académico es definido como el incremento de la presión que experimentan los alumnos como consecuencia de diversos factores relacionados al proceso de aprendizaje, lo cual puede

afectar su rendimiento académico y su salud mental si no se aplican estrategias adecuadas de afrontamiento.

Esta definición resalta que no es únicamente una reacción momentánea, sino un aumento sostenido que influye de manera directa en la experiencia educativa a causa de las exigencias y demandas que pueden sobrepasar el límite del estudiante, afectando su concentración, la perspectiva que tienen sobre el estudio y la manera en la que los conocimientos que se buscan sean significativos son asimilados.

En todo caso, tanto la Organización Mundial de la Salud como los autores Corrales Fernández y Gaibor González señalan que el estrés, aunque sea una reacción natural del cuerpo y necesaria en ciertas ocasiones, debe ser gestionado adecuadamente para evitar que se convierta en un obstáculo que interfiera en el aprendizaje, desempeño y bienestar de los alumnos, especialmente cuando su intensidad o duración sobrepasa la del afrontamiento.

### ***Factores que Influyen en el Estrés Académico***

Tratar el tema sobre el estrés académico implica comprender que está condicionado por múltiples elementos en la vida de la persona, como las exigencias académicas y la presión que sienten al aprender un nuevo idioma, por ejemplo. Por ello, es fundamental identificar algunos de los factores que inciden en esta condición para que se pueda llegar a intervenir de manera oportuna para lograr el equilibrio emocional.

Lo conveniente entonces es conocer qué acciones tomar ante tal circunstancia, es decir, comprender cómo reaccionar, pero no siempre es así. Existen ocasiones en las que las personas llegan a sentir que lo que estén pasando es más grande y fuerte que ellos, por lo que tienden a aumentar sus niveles de estrés y, al no saberlos controlar algunas áreas de su vida podrían verse perjudicadas.

La educación ha evolucionado a tal punto que actualmente considera al estudiante como un ser bio-psico-social, por lo que busca que su formación sea integral y esto, por supuesto, incluye el bienestar físico, pero también mental, por lo que es necesario saber qué estrategias usar, las necesidades de los estudiantes, los ritmos de aprendizaje de cada uno y el entorno emocional, entre otros aspectos.

El estrés académico puede deberse a condiciones del entorno educativo, como la carga y presión académica, la carencia de recursos, estrategias de enseñanza que no se adecúan a las necesidades del alumno, exigencias que expresan los familiares e incluso demandas autoimpuestas,

es decir, que el mismo estudiante establece un estándar a veces poco realista o solo enfocado a largo plazo, lo que perciben a modo de desafío.

Tovar Cardozo (2024) apoya esta idea al mencionar que las presiones de cumplir con las expectativas de los demás, las relaciones interpersonales y el preocuparse constantemente sobre el futuro pueden convertirse en factores significativos de estrés. Estas condiciones psicosociales tal como lo expresa el autor, pueden ser detonantes de una sobrecarga emocional y una barrera que impide el desarrollo pleno de los discentes.

Estos elementos, que pueden parecer naturales, adquieren un peso considerable cuando la gestión emocional no es del todo correcta. Las presiones, relaciones y preocupación generan una carga psicológica que puede desencadenar situaciones nada favorecedoras para la persona, recordando que en el presente trabajo se especifica en los estudiantes. En el contexto académico, también se encuentra la presión por los resultados que el docente y familia presenta y por alcanzar o mantener un buen rendimiento.

En ocasiones, los alumnos también cuentan con otras responsabilidades que no les corresponde en tal etapa del desarrollo, como trabajar para contribuir al sustento económico del hogar o el cuidado de algún otro integrante de la familia, como un hermano menor, por ejemplo, que, si bien es cierto pueden ayudar, existen casos en los que toda la responsabilidad cae sobre el hijo mayor, lo que puede ser otro elemento que cause desequilibrio emocional.

### ***Manifestaciones de Estrés Académico***

Como ya se ha manifestado, el estrés se presenta de manera física y psicológica. La Organización Mundial de la Salud (2023) menciona que existen varias manifestaciones que pueden observarse en el individuo, entre estas están dolor de cabeza, insomnio, malestar gástrico, siendo los más usuales la acidez, náuseas e inflamación, disminución de la concentración y pérdida del apetito, además de otras señales.

Los signos de estrés presentados no aparecen todos a la vez. Ante una misma situación, varias personas pueden reaccionar de formas diversas y eso pasa también con esta alteración, llegan a evidenciar síntomas emocionales, como la frustración; cognitivos, por ejemplo la dificultad para concentrarse; o físicos, entre ellos el insomnio. Así mismo, en el ámbito educativo puede verse reflejado en el rendimiento académico y problemas conductuales.

Al respecto, Tovar Cardozo (2024) menciona que los factores ya descritos en la sección previa pueden traer consecuencias físicas, psicológicas y conductuales. Esta afirmación cobra

relevancia al conocer ya que tales tensiones interfieren en el desarrollo de la persona que los padezca y puede llegar a disminuir su motivación, así como también limitar su rendimiento en distintas actividades de su vida diaria.

Por un lado, en las manifestaciones físicas que cita el autor se encuentran enfermedades cardíacas, obesidad y trastornos del sistema inmunológico, repercusiones que comprometen la salud corporal. A nivel psicológico, se presentan dificultades para mantener la atención, ansiedad y depresión, entre otras cosas que obstaculizan las interacciones sociales. Por último, en cuanto a lo conductual, se presentan como cambios en hábitos de alimentación, disminución en la eficacia de la toma de decisiones y habilidades para resolver problemas.

De esta manera, se puede inferir que las manifestaciones del estrés académico pueden desestabilizar la vida de una persona, afectando su calidad de vida no solo en el ámbito educativo sino abarcando otras esferas igual de importantes como la capacidad para adaptarse a nuevos entornos por lo que los signos no deben ser tomados por poco y es vital adoptar estrategias para su manejo adecuado.

### ***Estrategias de Afrontamiento***

Las estrategias de afrontamiento pueden ser entendidas como un conjunto de acciones que se toman para hacer frente al estrés. En este contexto, Riquelme Sepulveda et al. (2024) dividen en tres dimensiones a estas estrategias: el afrontamiento centrado en el problema, como establecer prioridades y horarios, el afrontamiento centrado en la emoción, por ejemplo, meditar o hablar con alguien de confianza y el afrontamiento centrado en estado positivos, así como dormir bien, comer equilibradamente y hacer ejercicio regularmente.

En esta misma línea, la OMS (2023) presenta una guía ilustrada, que tiene por nombre “En tiempos de estrés, haz lo que importa”, publicada en el año 2020 con el objetivo principal de proporcionar herramientas para enfrentarse ante este malestar emocional que afecta a personas de todas las edades. A pesar de que lleva ya algunos años divulgada, puede ser de gran ayuda para aquellos que buscan un apoyo e instrumentos para afrontar la tensión psicológica, incluida la de tipo escolar.

Dirigida a todos, la guía mencionada expone 5 secciones esenciales que incluyen estrategias de autoayuda que puedan ser aplicables para la vida diaria. La primera acción “poner los pies sobre la tierra” intenta centrar la atención mediante técnicas de respiración y conciencia corporal para minimizar la ansiedad, “desengancharse” por otro lado, implica reconocer esos

pensamientos complejos y no dejar que tomen el control en la persona, permitiendo darles paso sin juzgar o actuar de manera impulsiva.

Así mismo, la tercera sección, “actuar de acuerdo con tus valores” promueve orientar las decisiones en coherencia con los principios de cada uno. La siguiente, “ser amable”, impulsa el cultivo y cuidado de las relaciones con los demás y con sí mismo. Finalmente, “dejar espacio” demuestra la relevancia que tiene el aceptar también las emociones difíciles y aprender a gestionarlas en lugar de reprimirlas.

La OMS también recomienda, como estrategias de afrontamiento ante el estrés, seguir una rutina, dormir lo suficiente, mantener contacto con personas de confianza y expresar las preocupaciones, llevar una dieta saludable y equilibrada, hidratarse bien, hacer ejercicios intensos o solo caminar con regularidad y no pasar mucho tiempo viendo o leyendo noticias en redes sociales o televisión, de hecho, menciona que, de ser posible, se limite el uso de aparatos electrónicos, aunque sea antes de dormir, todo esto con el fin de conectar más con el exterior.

Además de esto, se resalta la implementación de técnicas de autorrelajación emocional y fortalecer el apoyo del entorno escolar y familiar. En los establecimientos educativos, los docentes pueden emplear estrategias de mindfulness, conocidas también bajo la traducción al español de atención plena. Tal como lo indican Velázquez-Paniagua et al. (2025), estas prácticas consisten en ser consciente de lo que se esté viviendo en ese momento e involucrarse con interés y aceptación, más no arrojando juicios.

### **Sistema de Variables: Definición Conceptual y Operacional**

Desde el punto de vista conceptual, la variable “estrategias neurodidácticas” son aquellas técnicas y procedimientos pedagógicos que benefician de manera integral el proceso de aprendizaje en el ámbito educativo, por lo que reemplazan metodologías tradicionales poco efectivas y crean actitudes positivas que promueven el conocimiento significativo, aprovechando la comprensión del funcionamiento cerebral para estimular el desarrollo de habilidades cognitivas, emocionales y sociales en los sujetos que aprenden.

Así mismo, en relación a la variable “estrés académico” se menciona que consiste en una respuesta de carácter negativo que se puede llegar a manifestar en el proceso de enseñanza-aprendizaje como consecuencia de las exigencias académicas o metodologías pedagógicas inadecuadas que afectan tanto el rendimiento escolar como el bienestar físico y mental de los

alumnos, generando síntomas como dolor de cabeza, dificultad para concentrarse y desmotivación, en especial cuando se enfrentan a asignaturas percibidas como demandantes.

**Tabla 1**  
*Cuadro de operacionalización de variables*

VARIABLE	DIMENSIONES	SUBDIMENSIONES	INDICADORES
Estrategias neurodidácticas	Marco epistemológico	Fundamentos	Inteligencia emocional
			Neuroeducación
			Fundamentos neurocientíficos
	Bases neurobiológicas del aprendizaje	Funciones ejecutivas	Memoria
			Atención
		Mecanismos de adaptación y activación neuronal	Plasticidad cerebral
			Motivación
	Tipos	Socioemocionales	Técnica de mindfulness
			Aprendizaje basado en emociones
			Aprendizaje colaborativo
		Operativas	Ejercicios de memoria visual y secuencial
			Aprendizaje multisensorial
			Juegos mentales o de lógica
		Metodológicas	Gamificación
			Aula invertida
Aprendizaje basado en proyectos			
Factores que influyen	Condiciones psicosociales	Cumplimiento de expectativas	
		Relaciones interpersonales	
		Preocupación por el futuro	

Estrés académico		Condiciones del entorno educativo	Carga y presión académica
			Carencia de recursos
			Estrategias de enseñanza
	Manifestaciones	Físicas	Obesidad
			Dolor de cabeza
			Malestar gástrico
		Psicológicas	Disminución de concentración
			Ansiedad
			Depresión
		Conductuales	Cambios en hábitos alimenticios
			Disminución en la eficacia de la toma de decisiones
			Disminución en habilidad de resolución de problemas
	Estrategias de afrontamiento	Centrado en el problema	Establecimiento de prioridades
			Establecimiento de horarios
		Centrado en la emoción	Meditación
Diálogo con referente de confianza			
Centrado en estados positivos		Descanso eficaz	
		Alimentación equilibrada	
	Actividad física regular		

## CAPÍTULO III

### Marco Metodológico

#### **Paradigma**

Miranda Beltrán y Ortiz Bernal (2021) afirman que, en investigación, un paradigma Representa una acumulación de saber que se adhiere a la comprensión de ciertos fenómenos y permite resolver sus anomalías, y para las comunidades científicas representa tanto creencias como técnicas y valores que les permiten abordar los problemas y plantear sus soluciones (p. 5).

Los autores describen al paradigma como una manera de comprender cómo funciona el mundo y cómo se pueden enfrentar los problemas que van surgiendo, por tanto, se puede mencionar que el investigador debe tomar una decisión firme sobre cuál de ellos emplear en su estudio, ya que esto, al igual que otros aspectos, es primordial para guiar el camino que tomará la investigación, considerando hacia dónde se pretende llegar, qué es lo que busca comprender y de qué manera se quiere alcanzar a ese fin anhelado.

El presente trabajo consideró al paradigma positivista como apropiado para abordar la problemática de estudio. De acuerdo con los autores antes mencionados, la elección en particular “plantea la posibilidad de llegar a verdades absolutas en la medida en que se abordan los problemas y se establece una distancia significativa entre el investigador y el objeto de estudio” (p. 7), por tanto, permitió un análisis objetivo y medible del fenómeno de investigación.

En otras palabras, el modelo positivista engloba todo aquello que sea comprobable, es decir, en cuanto a la perspectiva de investigación, se inclina hacia lo cuantitativo, en donde datos estadísticos y numéricos son la clave para que el producto de la indagación pueda ser neutros, sin caer en la subjetividad del investigador, sino que, lo que se refleje en los resultados sea evidencia clara de la realidad.

Por tal motivo, considerando el contexto de la investigación, se puede mencionar que el paradigma positivista cumplió un papel fundamental al permitir abordar la problemática que se desea estudiar desde un punto de vista objetivo y medible, aportando confiabilidad en los resultados, pues permitió reflejar fielmente la realidad de los estudiantes del subnivel superior de Educación General Básica para entender con mayor claridad la influencia que es capaz de tener la implementación de estrategias neurodidácticas, específicamente en el área de inglés.

## **Enfoque**

El enfoque es “la perspectiva desde la cual se aborda el objeto de estudio y, por ende, la naturaleza de los resultados obtenidos” (Vizcaíno Zúñiga et al., 2023, p. 9726). Los mismos autores especifican que el investigador puede elegir entre un método cualitativo, cuantitativo o mixto dependiendo de lo que quiera lograr, para así llevar a cabo un trabajo metodológicamente adecuado al emplear el que se considere más apropiado para su objetivo en particular.

Se puede mencionar entonces que el enfoque constituye una parte sustancial en la planificación de un proyecto de indagación, ya que determina el punto de vista en cuanto a cómo se abordará lo que se pretende estudiar, por tanto, la selección de uno u otro panorama se reflejó también en la manera en la que se presentan los resultados al finalizar el proceso investigativo.

Los autores citados también mencionan que, en específico, el enfoque cuantitativo “se distingue por su énfasis en la medición y el análisis numérico de datos. Este método se caracteriza por la recopilación sistemática de información que puede ser cuantificada, seguida de un análisis riguroso mediante técnicas estadísticas” (p.9727).

Esta orientación cuantitativa también se caracteriza por su alcance, ya que, al ser más estandarizado, se puede aplicar a un grupo mayor de personas. El contenido informativo que se quiera recopilar se suele conseguir a través de diversas técnicas e instrumentos que pueden aplicarse tanto de manera directa, como indirecta, pero siempre enfocándose en que la medición de la información sea objetiva.

En este sentido, el enfoque cuantitativo resultó sustancial para alcanzar los objetivos propuestos en el presente trabajo relativos a las estrategias neurodidácticas y su uso para minimizar el estrés académico de alumnos de EGB superior. Dicho planteamiento específicamente permitió recopilar de forma objetiva y estructurada la información que posteriormente fue interpretada, por lo cual, aportó a la coherencia en lo referente a la metodología de estudio, asegurando la obtención de resultados claros, comparables y verificables.

## **Nivel**

En palabras de Arias Gonzáles y Covinos Gallardo (2021), el nivel “se basa en precisar hasta dónde quiere llegar el investigador con su estudio o el grado de profundidad” (p. 69). Además, mencionan que, en particular, el nivel descriptivo tiene como fin “especificar las propiedades, características, perfiles de grupos, comunidades, objeto o cualquier fenómeno” (p. 70).

En otras palabras, en el nivel descriptivo de un trabajo de investigación, se busca que lo que se quiere indagar sea descrito de manera puntual. Para ello, el investigador acude a técnicas e instrumentos agrupados en cualitativos, cuantitativos o mixtos, es decir, la unión de los primeros dos mencionados, dependiendo de los objetivos planteados. Esto, a su vez proporciona datos que, a futuro, estudios similares pueden tomar como referencia.

En el presente análisis, el empleo del nivel descriptivo tuvo un gran impacto al posibilitar que se detalle de qué manera se aplican las estrategias neurodidácticas en el área de inglés y la medida en la que inciden en la reducción del estrés académico. Además, el grado descrito, al centrarse en observar y caracterizar, brindó una visión precisa sobre la realidad educacional que viven los alumnos de EGB superior en la Institución Educativa “5 de Junio” y, por ende, se comprendió mejor cuáles son las acciones que se deben tomar para mejorar el bienestar de los estudiantes.

### **Tipo**

Antes de mencionar la categoría que abarca el presente trabajo, es fundamental comprender qué es un tipo de investigación. De acuerdo con Arias Gonzáles y Covinos Gallardo (2021) “hablar de tipos es referirse a una situación o a un contexto general, ya que tipos engloba muchas formas de caracterizar, tipificar o expresar distintos modelos del conocimiento” (p. 67).

Según lo expresado, se puede entender entonces como la manera en que se va a realizar la indagación, y toda la metodología que será empleada durante todo este proceso. Así mismo, se deduce que es una vía mucho más amplia de conocer la dirección hacia la cual la recolección de datos, cuáles serán las técnicas a utilizar y la forma o el lugar de donde se obtiene la información.

Dentro de este trabajo se consideró la aplicación de una investigación de campo. A continuación, se especifica un poco más acerca de lo que consiste:

Es aquella que se realiza en el mismo lugar y en el tiempo donde ocurre el fenómeno. Normalmente se utiliza en las Ciencias Sociales y Ciencias de la Salud, su objetivo es levantar la información de forma ordenada y relacionada con el tema de interés (Arias Gonzáles & Covinos Gallardo, 2021, p. 67).

Dicha clase de estudio brindó un gran aporte al actual, debido a que permitió conocer la realidad de los fenómenos de estudios obteniendo contenido válido y verificable al estar en contacto de manera directa con el lugar desde donde procede el problema, puesto que se observó de cerca las dinámicas reales que enfrentan los estudiantes en el aprendizaje de un idioma

extranjero, en este caso, el inglés, y cómo las estrategias neurodidácticas pueden mitigar el estrés académico si dicho malestar llega a presentarse.

### **Población y Muestra**

La población es parte imprescindible dentro de la investigación, ya que constituye la comunidad de la cual se obtendrá información necesaria para alcanzar los objetivos trazados. En palabras de Vizcaíno Zúñiga et al. (2023), “se refiere al conjunto completo de individuos, elementos o fenómenos que comparten una característica común y son objeto de estudio” (p. 9746). Esto, por supuesto, buscando que los datos recopilados sean representativos y directamente relacionados con la problemática que se aborda.

La población dentro de esta investigación consistió en el subnivel superior, integrada por 144 estudiantes que cursan 8<sup>vo</sup>, 9<sup>no</sup> y 10<sup>mo</sup> año de EGB, considerando todos los paralelos existentes en la Unidad Educativa “5 de Junio”, es por ello que el aporte de los autores resultó fundamental, al aportar en la comprensión sobre la importancia que tienen los sujetos participantes en la recolección de datos, puesto que en el estudio estuvo enfocado en conocer su perspectiva en cuanto a su bienestar en relación con el aprendizaje de una asignatura en particular.

Por otro lado, la fracción poblacional es parte valiosa dentro de las investigaciones para obtener datos válidos. Vizcaíno Zúñiga et al. (2023) afirman que “es esencial, por tanto, que la muestra se seleccione con rigor metodológico para garantizar que sea un reflejo adecuado y representativo del grupo o población en su totalidad” (p. 9750). En tal sentido, sostienen que es un subconjunto elegido del colectivo objetivo y que, usualmente se realiza este proceso cuando el conjunto participante es demasiado numeroso y casi no es posible estudiarla, lo que resultaría en complejidad para la aplicación los instrumentos.

Dada la necesidad de seleccionar una muestra, se seleccionó el muestreo probabilístico aleatorio estratificado. Klinger Angarita (2024) señala que

En este método se divide la población en subpoblaciones o partes llamadas estratos, en los cuales se debe buscar la homogeneidad de sus unidades y la heterogeneidad entre grupos. Posteriormente, se selecciona en forma independiente de cada estrato una muestra aleatoria simple y, finalmente, la muestra total será la suma de las muestras de cada uno de los estratos” (p. 40).

Para el presente trabajo, se aplicó este tipo de muestreo debido a que la población objeto de estudio (alumnos de subnivel superior) estuvo dividida en tres estratos, que corresponden a 8<sup>vo</sup>,

9<sup>no</sup> y 10<sup>mo</sup> año de EGB de los cuales se seleccionó aleatoriamente un paralelo, buscando la representación equitativa de todos los cursos mencionados. El proceso se llevó a cabo mediante un sorteo sencillo para que la probabilidad de ser elegidos sea igual para cada uno, asegurando la objetividad y ausencia de sesgos.

La delimitación adecuada tanto de la agrupación involucrada como del fragmento de la misma fue clave en el proyecto investigativo actual. El aporte en este caso radica en que, al trabajar con un segmento definido y porción muestral establecida, como lo fueron 78 alumnos en este caso, se posibilita una descripción más clara y precisa del contexto en el cual los alumnos de EGB superior de la Unidad Educativa “5 de Junio” adquieren conocimientos en cuanto al aprendizaje de inglés, asignatura que frecuentemente llega a considerarse “pesada” por los estudiantes pero que, a través de una modificación en las estrategias que se aplican, tal pensamiento puede cambiar.

## **Técnicas e Instrumentos de Recolección de Información**

### ***Técnica***

“Las técnicas de recopilación de datos son métodos, procedimientos y herramientas que permiten la recolección de información, con el objetivo de obtener datos, responder a preguntas de investigación y alcanzar conclusiones” (Acosta Fainete, 2023, p. 63).

La técnica seleccionada en este estudio para la recolección de elementos informativos consistió en la encuesta, ya que aportó en el análisis del material informativo, al permitir obtener información más precisa, estructurada y confiable a los datos para cumplir con los objetivos planteados para así llegar a conclusiones que cuenten con validez y fundamentación.

### ***Instrumento***

Para Acosta Fainete (2023) “los instrumentos describen las herramientas específicas utilizadas en cada técnica de recolección de datos, pueden ser cuestionarios, guías de entrevista, escalas de medición, diarios de campos, fichas, entre otros” (p. 63). En otras palabras, para el autor, son aquellos medios o recursos que se utilizan en relación al procedimiento a través del cual se llevará a cabo la recopilación de la información de una manera mucho más segura y sistemática.

Es vital entonces señalar que los instrumentos permitieron un registro más claro de datos que se desean obtener según las características propuestas hacia la muestra o población designada dentro del trabajo investigativo, con el fin de adquirir información indispensable para abordar el tema investigado estando en contacto con el fenómeno de estudio.

Siguiendo a Arias Gonzáles y Covinos Gallardo (2021) “la encuesta es una herramienta que se lleva a cabo mediante un instrumento llamado cuestionario, está direccionado solamente a personas y proporciona información sobre sus opiniones, comportamientos o percepciones” (p.81). Se puede mencionar entonces que este recurso es aquel seleccionado para la constancia de la obtención de conocimientos, compuesta por una serie de preguntas que serán aplicadas a la muestra determinada.

En la investigación vigente se consideró a la encuesta como la técnica más apropiada para ser implementada, debido a la problemática de estudio y con el fin de alcanzar los objetivos planteados. Puede ser aplicada de formas diferentes, en este caso fue de manera física, a través del empleo de un cuestionario, mismo que contiene varias preguntas estructuradas para cumplir el fin establecido.

Según la técnica delimitada, debe emplearse un instrumento que aporte a la recolección de información. Sánchez Martínez (2022) afirma que “los cuestionarios consisten en un grupo de preguntas que miden una o más variables que han sido establecidas en la investigación. Las preguntas establecidas pueden ser abiertas o cerradas” (p. 38). De acuerdo con lo mencionado, puede definirse que el medio a utilizar dentro del actual trabajo constituye una serie de ítems diseñados para la obtención de datos puntuales sobre los componentes de interés.

Estas interrogantes se plantearon con el fin de conseguir información confiable, precisa y veraz, provenientes de la perspectiva de la muestra elegida para dar repuesta a los objetivos propuestos. De tal modo, se garantizaron datos organizados y válidos, facilitando con posterioridad el análisis riguroso y fundamentado que aporte a la calidad y relevancia de los resultados, así como también a la validez del estudio.

La elección de la encuesta en calidad de la técnica de recolección de información y del cuestionario en función de instrumento aportó en la obtención de datos claros y cuantificables sobre el uso de estrategias neurodidácticas en el área de inglés y su impacto en la mitigación del estrés académico, permitiendo recopilar percepciones de los alumnos de subnivel superior de EGB, recordando la diversidad que existe en ellos pero que, a fin de cuentas, lo que se busca es la mejora en su bienestar físico y emocional, lo que se refleja en otros aspectos de sus vidas, como en el rendimiento escolar, por ejemplo.

## ***Validez y Confiabilidad***

Es importante conocer la importancia de la validez de la información dentro de las investigaciones cuantitativas. De acuerdo con Corral de Franco (2022)

La validez se refiere al grado en que un instrumento proporciona información con fidelidad de la población, relacionado con el atributo a medir, su autenticidad (fidedigna y veraz). Al establecer ésta, se precisa conceptualizar la variable criterio, saber cuáles son los indicadores (rasgos, características, categorías, factores) a estudiar (pp. 570-571).

De acuerdo con la cita anterior, se puede mencionar que la validez, dentro de una investigación, consiste en determinar si el instrumento realmente mide aquello que se propone medir, lo que implica evaluar la exactitud y efectividad del instrumento en relación con los objetivos propuestos, por lo cual es fundamental para garantizar resultados confiables y sólidas.

En el contexto de la investigación a realizar, la validez permitió medir adecuadamente el fenómeno de estudio conforme a lo que se propone, posibilitando la generación de conclusiones válidas, fidedignas y precisas. La validez asegura una medición correcta ya que, en ausencia de esta, los resultados pueden resultar imprecisos, por lo que es necesario garantizar que el instrumento mida efectivamente aquello que se pretende evaluar.

En cuanto a la confiabilidad, Corral de Franco (2022), señala que “la confiabilidad se asocia a la exactitud de la información aportada por los instrumentos; es la capacidad del instrumento de arrojar datos (respuestas o resultados) muy similares en ocasiones repetidas con una misma muestra y condiciones similares” (p. 576). La confiabilidad consiste en la consistencia y estabilidad de los resultados obtenidos mediante el instrumento de medición seleccionado. Como se señaló anteriormente, cuando la aplicación del instrumento se efectúa de forma repetitiva bajo condiciones similares, se espera que los resultados sean idénticos.

Como aporte fundamental de la confiabilidad al presente trabajo, se destaca que permitió verificar que los resultados obtenidos sean confiables y reproducibles y no que sean producto de variaciones aleatorias al ser aplicados bajo mismas condiciones contextuales. Es preciso enfatizar que, si se busca medir algo con exactitud durante el proceso de validación, se debe comprobar los resultados estables en cuestión de lo medido. En este sentido, un instrumento es confiable si al ser utilizado repetidamente en condiciones similares, los resultados son semejantes, respaldando la precisión y constancia del proceso de medición.

En el presente estudio, la confiabilidad del instrumento se determinó mediante el cálculo del coeficiente Alfa de Cronbach, a partir de los datos obtenidos en la aplicación del cuestionario a la muestra seleccionada. El resultado arrojó un valor de  $\alpha = 0,67$ , lo que indica un nivel de consistencia interna moderado, considerado aceptable para investigaciones de tipo descriptivo. Este resultado evidencia una adecuada coherencia entre los ítems que conforman el instrumento.

### ***Procesamiento de la Información***

Para la presente investigación, el procesamiento de la información se llevó a cabo por medio del análisis de datos estadísticos obtenidos gracias al empleo de un cuestionario, el cuál constó de preguntas relacionadas con las variables de estudio, a fin de dar respuesta a las interrogantes plasmadas en un inicio de manera objetiva.

Una vez que la información ya fue recolectada, los registros fueron organizados y tabulados a través de una hoja de cálculo del programa de Microsoft Excel, reconocido, entre otras cosas, por su eficiencia en el manejo, análisis y visualización de datos de manera estadística, tablas y gráficos para que su interpretación sea más ordenada, clara y comprensible.

## CAPÍTULO IV

En el presente capítulo se evidencian los resultados más relevantes de esta investigación para ofrecer un mejor panorama de los aspectos en los que se basa el estudio y su relación con los objetivos planteados.

### Análisis e Interpretación de Información

**Tabla 2**

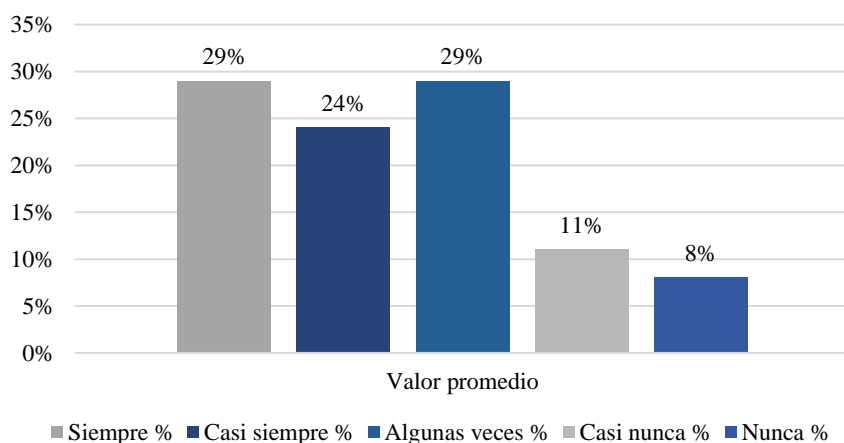
*Dimensión “Marco epistemológico”*

Ítems	Siempre		Casi siempre		Algunas veces		Casi nunca		Nunca	
	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%
P1	15	19%	10	13%	25	32%	15	19%	13	17%
P2	20	26%	23	29%	26	33%	4	5%	5	6%
P3	33	42%	23	29%	16	21%	6	8%	0	0%
Valor promedio	22,7	29%	18,7	24%	22,3	29%	8,3	11%	6	8%

*Nota.* Verduga Carrión & Velez Montes

**Figura 1**

*Dimensión. – Marco epistemológico*



*Nota.* Verduga Carrión & Velez Montes

De acuerdo con la tabla 1, correspondiente a la dimensión marco epistemológico de las estrategias neurodidácticas que tiene como desenlace las preguntas relacionadas con la inteligencia emocional, la neuroeducación y los fundamentos neurocientíficos, según el valor promedio de la pregunta se puede evidenciar que el 29% de los encuestados respondieron que siempre, el 24% señalaron casi siempre, mientras que en el rango medio se evidencio un 29% que manifestaron algunas veces, el 11% de los encuestados mencionaron que casi nunca y el 8% dieron como respuesta totalmente negativa que nunca. Gracias a los datos expuestos se contempla una igualdad como valores promedios superiores de las opciones siempre y algunas veces.

Casasola Rivera (2022) menciona que “gracias a nuevas investigaciones e instrumentos tecnológicos contamos con mayor evidencia sobre el funcionamiento cerebral. La aplicación de estos descubrimientos, bajo una fundamentación epistemológica consistente, puede proporcionarnos un modelo didáctico para trabajar la enseñanza y lograr un mejor aprendizaje” (p. 16).

Dentro de las estrategias neurodidácticas el marco epistemológico es favorable para el proceso del aprendizaje, es por ello que Bertot Casal et al. (2025) sostienen que:

Adentrarse en la temática de la neurodidáctica y su relación con el aprender, implica adoptar un posicionamiento epistemológico y metodológico imparcial y situado. Queda demostrado que, al integrar conocimientos sobre el funcionamiento del cerebro en las prácticas pedagógicas, se pueden crear experiencias de aprendizaje más efectivas, inclusivas y significativas. (p.1092)

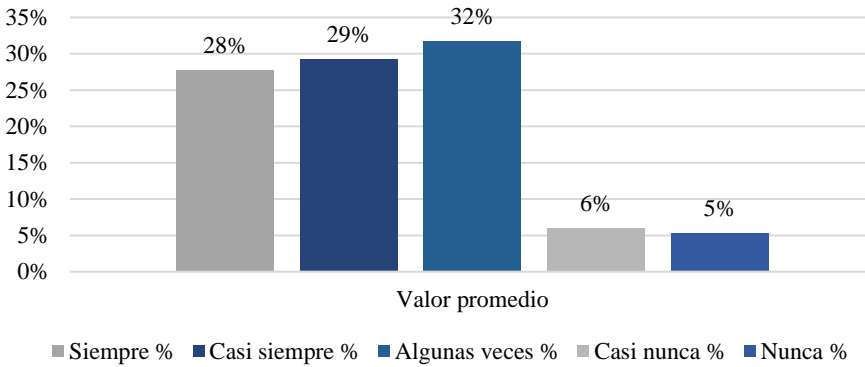
Los resultados obtenidos coinciden con los autores antes mencionados, quienes indican que dentro del marco epistemológico de las estrategias neurodidácticas se puede llegar a crear modelos didácticos que aporten el aprendizaje de manera efectiva mediante la implementación de estrategias según el funcionamiento del cerebro. Cabe destacar que según los resultados obtenidos los mayores porcentajes fueron obtenidos en el rango positivo, sin embargo, también existieron un porcentaje minoritario dentro del rango negativo, el cual conlleva a reflexionar acerca de que existen necesidades para fortalecer dentro de la Unidad Educativa “5 de Junio” mediante la implementación de estrategias o métodos que faciliten el aprendizaje mediante el funcionamiento del cerebro.

**Tabla 3**  
*Dimensión ‘Bases neurobiológicas del aprendizaje’*

Ítems	Siempre		Casi siempre		Algunas veces		Casi nunca		Nunca	
	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%
P4	15	19%	21	27%	31	40%	6	8%	5	6%
P5	24	31%	22	28%	25	32%	2	3%	5	6%
P6	19	24%	21	27%	23	29%	10	13%	5	6%
P7	29	37%	27	35%	20	26%	0	0%	2	3%
Valor promedio	21,75	28%	22,75	29%	24,75	32%	4,5	6%	4,25	5%

*Nota.* Verduga Carrión & Velez Montes

**Figura 2**  
*Dimensión. - Bases neurobiológicas del aprendizaje*



*Nota.* Verduga Carrión & Velez Montes

En función de los datos obtenidos en la tabla 2 correspondiente a la dimensión bases neurobiológicas del aprendizaje en las que tiene inmersa indicadores o preguntas relacionadas con la memoria, la atención, la plasticidad cerebral y la motivación. En base al valor promedio de las preguntas un 28% de los encuestados dieron como respuesta positiva que siempre, de la misma manera con un 29% manifestaron que casi siempre y con un 32% evidenciaron que algunas veces, en lo que respecta al rango negativo un 6% se encuentra casi nunca y un 5% nunca, según los datos expuestos se pudo evidenciar que el valor promedio más alto de las preguntas fue con la opción algunas veces.

En concordancia con Guízar-Sánchez et al. (2023) “las oscilaciones sincrónicas en la red amigdal-hipocampal crean periodos recurrentes en los que se facilitan las interacciones sinápticas entre estas estructuras, lo que favorece la plasticidad sináptica” (p. 72).

Agudelo-Valdeleón (2024) señala que “facilitando la detección oportuna y efectiva, profundizando en las bases neurobiológicas de determinadas condiciones, lo cual permite orientar adecuadamente a los maestros para que éstos adecuen los procesos pedagógicos de acuerdo a las necesidades de cada aprendiz” (p.226).

Los resultados concuerdan con lo mencionado por los autores antes mencionados quienes indican que las bases neurobiológicas del aprendizaje se caracterizan por adaptarse o permitir que adecuen los procesos pedagógicos para abordar las necesidades de los estudiantes, por ello es necesario que en la Unidad Educativa “5 de Junio” es de suma importancia que los docentes profundicen y aprovechen el proceso producido por las bases neurobiológicas para lograr aprendizajes significativos.

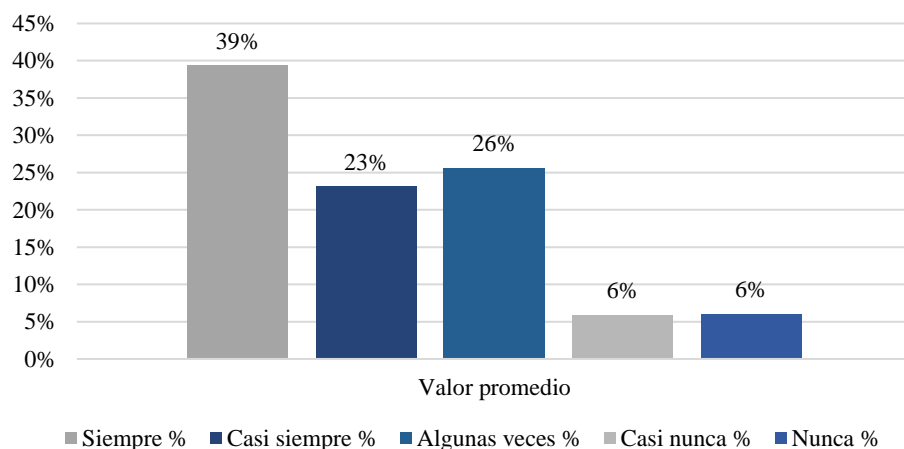
**Tabla 4**  
*Dimensión “Tipos”*

Ítems	Siempre		Casi siempre		Algunas veces		Casi nunca		Nunca	
	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%
P8	35	45%	22	28%	19	24%	2	3%	0	0%
P9	39	50%	9	12%	16	21%	8	10%	6	8%
P10	30	38%	22	28%	18	23%	5	6%	3	4%
P11	26	33%	19	24%	26	33%	4	5%	3	4%
P12	31	40%	19	24%	18	23%	3	4%	7	9%
P13	32	41%	14	18%	21	27%	5	6%	6	8%
P14	34	44%	15	19%	21	27%	5	6%	3	4%
P15	20	26%	23	29%	23	29%	6	8%	6	8%
P16	29	37%	20	26%	18	23%	4	5%	7	9%
Valor promedio	30,7	39%	18,1	23%	20	26%	4,7	6%	4,6	6%

*Nota.* Verduga Carrión & Velez Montes

**Figura 3**

*Dimensión. - Tipos*



*Nota.* Verduga Carrión & Velez Montes

Tomando en cuenta los datos expuestos en la tabla 3 con dimensión de tipos de estrategias neurodidácticas de la cual se desenlazan las preguntas relacionadas con técnicas de mindfulness, aprendizaje basado en emociones, aprendizaje colaborativo, ejercicios de memoria visual y secuencial, aprendizaje multisensorial, juegos mentales o de lógica, gamificación, aula invertida y aprendizaje basado en proyectos. Gracias al valor promedio de las preguntas se pudo identificar las respuestas obtenidas por los encuestados donde se manifestó positivamente que un 39% de ellos dieron como respuesta que siempre.

El 23% señalaron que casi siempre, mientras que un 26% con respuestas de algunas veces y con una igualdad de 6% de encuestados manifestaron que casi nunca y nunca, gracias a los datos expuestos se pudo evidenciar que el valor promedio más alto consiste en la opción de siempre.

Según Jácome Vera y Campos Yedra (2023) “la aplicación eficaz de estrategias, técnicas y métodos depende de la creación de ambientes emocionalmente positivos para el estudiante, donde disfrute de la actividad docente” (p. 16).

Como afirma Sánchez Tallabas et al. (2023) “este tipo de estrategias se busca asociar los contenidos escolares con la vida de los aprendices, evocando experiencias personales o preguntando directamente la relación entre el objeto de aprendizaje, su vida cotidiana y los sentimientos en el aula” (p. 69).

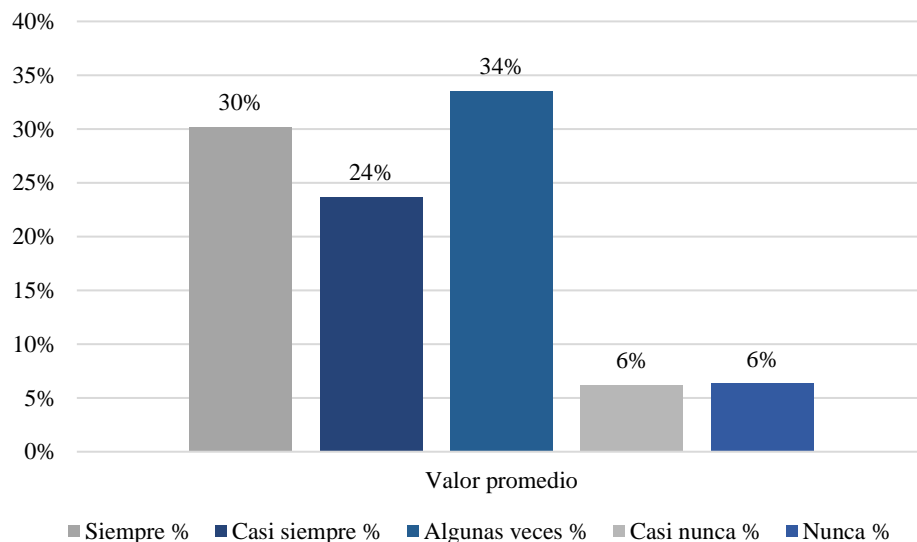
Los resultados obtenidos coinciden con los autores antes mencionados, quienes señalan que los tipos de estrategias neurodidácticas buscan crear ambientes sanos y ambientes donde se tomen en cuenta las experiencias personales y sobre todo buscan que los estudiantes se sientan bien realizando actividades para crear un aprendizaje significativo y que les ayude a comprender mejor las clases, de acuerdo a los resultados el mayor porcentaje es positivo pero a la vez presenta un bajo promedio de negatividad que puede crear desbalances en el aprendizaje, es por ello que dentro de la Unidad educativa “5 de Junio” es necesario que se tengan en cuenta estos aspectos y se fortalezcan este tipo de estrategias para crear interés en los estudiantes.

**Tabla 5**  
*Dimensión “Factores que influyen”*

Ítems	Siempre		Casi siempre		Algunas veces		Casi nunca		Nunca	
	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%
P17	36	46%	15	19%	20	26%	2	3%	5	6%
P18	27	35%	28	36%	20	26%	1	1%	2	3%
P19	28	36%	19	24%	22	28%	5	6%	4	5%
P20	19	24%	20	26%	35	45%	3	4%	1	1%
P21	15	19%	14	18%	23	29%	11	14%	15	19%
P22	16	21%	15	19%	37	47%	7	9%	3	4%
Valor promedio	23,5	30%	18,5	24%	26,2	34%	4,8	6%	5,0	6%

*Nota.* Verduga Carrión & Velez Montes

**Figura 4**  
*Dimensión. - Factores que influyen*



*Nota.* Verduga Carrión & Velez Montes

A partir de los resultados de la figura correspondiente a la dimensión “factores que influyen”, la cual agrupa las preguntas relacionadas con el cumplimiento de expectativas, relaciones interpersonales, preocupación por el futuro, carga académica, carencia de recursos y estrategias de enseñanza, la frecuencia de incidencia de dichos factores, se observa que en el valor promedio de las respuestas el 34% de los encuestados manifestó que estos se presentan algunas veces, seguido del 30% que indicó siempre y el 24% que señaló casi siempre. En cuanto a las respuestas negativas, el 6% afirmó que casi nunca influyen y el 6% que nunca lo hacen. Estos resultados evidencian que los valores más altos se concentran en las opciones siempre y algunas veces, lo que refleja una presencia recurrente de los factores analizados en la dimensión estudiada.

En palabras de García Moreno (2021) estos pueden ser

Exposiciones, parciales finales y reuniones. Ante esta realidad se va generando una sobrecarga para el cuerpo, ya que las acciones que se necesitan realizar aumentan en cantidad para el estudiante, generando efectos secundarios a nivel cognitivo, motor y fisiológico en las cuales se ve afectado el proceso educativo, con el agravante incluso que si no se asimila de forma eficiente la situación pueden venir deserciones (...), bajas calificaciones y disminución de interés para cumplir con las responsabilidades académicas” (p. 26).

Por su parte, Montevilla Castillo (2024) defiende que estos factores podrían ser “sobrecarga de tareas y trabajos, competencia con compañeros, tiempo limitado para tareas, trastornos del sueño, fatiga crónica, dolores de cabeza y migrañas” (p. 5063).

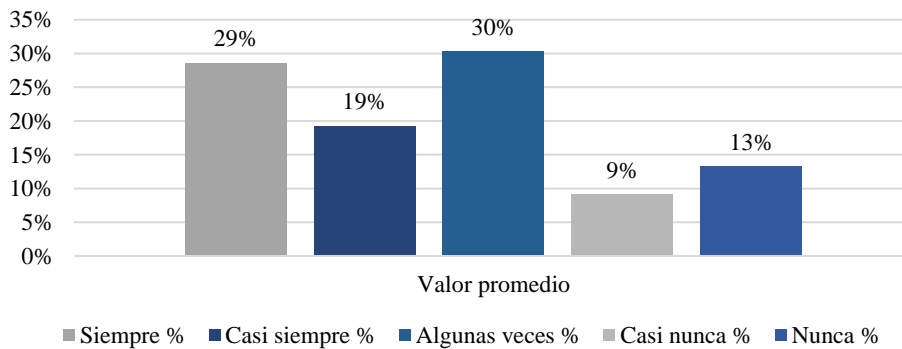
Los resultados confirman lo señalado por los autores, al evidenciar que los factores académicos generadores de estrés se presentan con una frecuencia considerable en el contexto educativo. La predominancia de las opciones “siempre” y “algunas veces” indica que las demandas académicas, como la carga de tareas, las evaluaciones y la exigencia docente, forman parte habitual de la experiencia estudiantil. Esto resalta la necesidad de ajustar las prácticas pedagógicas para equilibrar las exigencias académicas y favorecer el bienestar de los estudiantes.

**Tabla 6**  
*Dimensión “Manifestaciones”*

Ítems	Siempre		Casi siempre		Algunas veces		Casi nunca		Nunca	
	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%
P23	17	22%	12	15%	23	29%	9	12%	17	22%
P24	31	40%	16	21%	17	22%	9	12%	5	6%
P25	27	35%	12	15%	16	21%	3	4%	20	26%
P26	10	13%	20	26%	35	45%	7	9%	6	8%
P27	36	46%	10	13%	21	27%	6	8%	5	6%
P28	14	18%	21	27%	22	28%	8	10%	13	17%
P29	19	24%	12	15%	22	28%	11	14%	14	18%
P30	28	36%	14	18%	27	35%	6	8%	3	4%
P31	18	23%	18	23%	29	37%	4	5%	9	12%
Valor promedio	22,2	29%	15,0	19%	23,6	30%	7,0	9%	10,2	13%

*Nota.* Verduga Carrión & Velez Montes

**Figura 5**  
*Dimensión. – Manifestaciones*



*Nota.* Verduga Carrión & Velez Montes

Tomando en cuenta la figura correspondiente a la dimensión “manifestaciones”, la cual recoge las preguntas relacionadas con la obesidad, dolor de cabeza, malestar gástrico, disminución de concentración, ansiedad, depresión, cambios de hábitos alimenticios, disminución en la eficacia de la toma de decisiones y disminución en habilidades de resolución de problemas, la frecuencia con la que se presentan determinadas manifestaciones, se observa que en el valor promedio de las respuestas el 30% de los encuestados indicó que estas se presentan algunas veces, seguido del 29% que señaló siempre y el 19% que respondió casi siempre.

En cuanto a las respuestas negativas, el 9% manifestó que casi nunca se presentan y el 13% que nunca lo hacen. Estos resultados evidencian que las manifestaciones analizadas se presentan con una frecuencia moderada a alta, predominando las opciones algunas veces y siempre.

En cuanto a esta dimensión, Abarca Castro y Talavera Peña (2025) afirman que los síntomas más frecuentes son “ansiedad, angustia, desesperación, dificultad para concentrarse, pérdida de interés en las actividades académicas y cambios en los patrones de sueño y alimentación”.

Ahuananchi Añazco et al., (2025) apoyan esta idea al indicar que el estrés académico incluye:

Ansiedad, insomnio y nerviosismo. También se reportan manifestaciones físicas como tensión muscular, problemas gastrointestinales y cambios en el apetito. Estos resultados evidencian el impacto del estrés en la salud física y mental de los estudiantes, lo que podría afectar su desempeño académico y bienestar general (p. 8646).

Los resultados obtenidos guardan coherencia con lo señalado por los autores, al evidenciar que las manifestaciones del estrés académico se presentan con una frecuencia significativa en los estudiantes, especialmente aquellas de carácter emocional y físico. La predominancia de las respuestas “algunas veces” y “siempre” refleja que estas manifestaciones forman parte habitual de la experiencia académica y pueden afectar tanto el bienestar como el rendimiento escolar. En este sentido, se vuelve necesario considerar estrategias de intervención que permitan mitigar su impacto y favorecer un desarrollo académico más equilibrado.

**Tabla 7**  
*Dimensión “Estrategias de afrontamiento”*

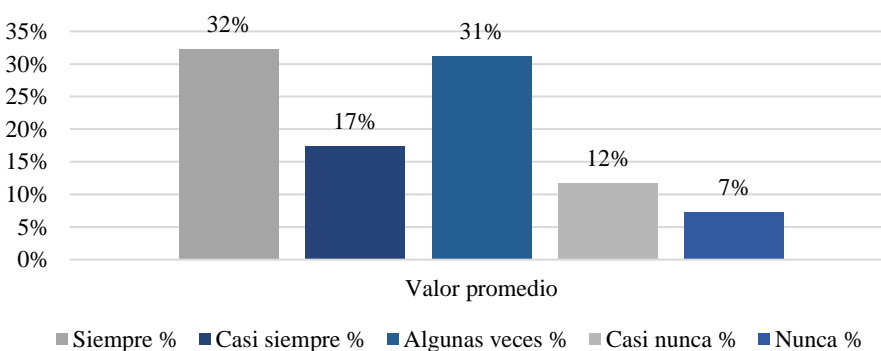
Ítems	Siempre		Casi siempre		Algunas veces		Casi nunca		Nunca	
	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%
P32	35	45%	16	21%	20	26%	5	6%	2	3%
P33	26	33%	10	13%	32	41%	5	6%	5	6%

P34	28	36%	15	19%	26	33%	6	8%	3	4%
P35	19	24%	12	15%	18	23%	19	24%	10	13%
P36	21	27%	10	13%	29	37%	12	15%	6	8%
P37	25	32%	21	27%	21	27%	7	9%	4	5%
P38	23	29%	11	14%	24	31%	11	14%	9	12%
Valor promedio	25,3	32%	13,6	17%	24,3	31%	9,3	12%	5,6	7%

*Nota.* Verduga Carrión & Velez Montes

**Figura 6**

*Dimensión. - Estrategias de afrontamiento*



*Nota.* Verduga Carrión & Velez Montes

Considerando la figura correspondiente a la dimensión “estrategias de afrontamiento”, la cual agrupa las preguntas relacionadas con el establecimiento de prioridades, establecimiento de horarios, meditación, diálogo con referente de confianza, descanso eficaz, alimentación equilibrada y actividad física regular, la frecuencia de uso de dichas estrategias, se observa que en el valor promedio de las respuestas el 32% de los encuestados manifestó que siempre las emplea, seguido del 31% que indicó algunas veces y del 17% que señaló casi siempre. En cuanto a las respuestas negativas, el 12% afirmó que casi nunca utiliza estas estrategias y el 7% que nunca lo hace. Estos resultados reflejan una tendencia favorable hacia el uso de estrategias de afrontamiento, predominando las opciones siempre y algunas veces.

Respecto a la dimensión de estrategias de afrontamiento, Talavera Salas et al., (2021) menciona que las estrategias más utilizadas son “la habilidad asertiva, escuchar música o ver televisión, concentrarse en resolver la situación, elogiar la forma de actuar, establecer soluciones concretas y hacer ejercicio físico” (p. 1680).

Así mismo, Páez Lucina y Vásquez de la Bandera Cabezas (2024) determinan que “un adecuado afrontamiento al estrés académico es un factor protector ante la presencia de

impulsividad en adolescentes; es decir, a mayor capacidad de afrontamiento, menores niveles de impulsividad” (p. 1).

Los resultados obtenidos son coherentes con lo señalado por los autores, ya que evidencian una tendencia favorable hacia el uso de estrategias de afrontamiento frente a las demandas académicas. La predominancia de las respuestas “siempre” y “algunas veces” indica que los estudiantes recurren con relativa frecuencia a recursos personales y conductuales para manejar el estrés, lo que puede contribuir a reducir sus efectos negativos. En este sentido, el uso adecuado y constante de estas estrategias actúa como un factor protector que favorece el autocontrol, el bienestar emocional y una mejor adaptación al entorno académico.

## CAPÍTULO V

### Conclusiones

En función del objetivo general de la investigación, se concluye que la aplicación de estrategias neurodidácticas en el área de inglés constituye un recurso pedagógico esencial para minimizar el estrés académico en los estudiantes del subnivel superior de Educación General Básica de la Unidad Educativa “5 de Junio”. Dichas estrategias favorecen un ambiente de aprendizaje más dinámico, participativo y emocionalmente seguro, lo que permite que los alumnos afronten el aprendizaje del idioma inglés con mayor motivación, disminuyendo la percepción de presión académica u obligación y fortaleciendo su bienestar emocional y, por tanto, favoreciendo a su formación integral.

Con respecto al diagnóstico de la aplicación de estrategias neurodidácticas, se evidencia que estas son empleadas de manera parcial en el área de inglés en la institución antes mencionada, lo que incide en la presencia de niveles moderados de estrés académico en los educandos. Si bien es cierto que algunos docentes incorporan prácticas orientadas al bienestar emocional y cognitivo, aún persisten metodologías tradicionales, en las que no se consideran las necesidades del alumnado y no se valora el bienestar emocional y mental, pues se ubica por debajo del rendimiento académico.

En relación con la identificación de las estrategias neurodidácticas aplicadas en el área de inglés en el establecimiento educativo, se determina que, cuando son empleadas, predominan aquellas de carácter socioemocional, en el que predomina el trabajo colaborativo; y metodológico, como el aprendizaje basado en proyectos. Sin embargo, el uso de otras estrategias como la gamificación, aprendizaje multisensorial y aprendizaje basado en emociones no es habitual, lo que sugiere la necesidad de fortalecer su implementación para potenciar de manera más efectiva la disminución del estrés académico en el aprendizaje del idioma inglés.

Finalmente, al caracterizar las estrategias neurodidácticas utilizadas en el área de inglés en este plantel educativo, se concluye que estas se orientan principalmente al fomento de emociones positivas, la motivación y la interacción social, aspectos fundamentales para un aprendizaje significativo. Sin embargo, se identifica la necesidad de una planificación más estructurada y consciente de dichas estrategias, que permita atender de forma integral las dimensiones cognitivas, emocionales y sociales de los estudiantes, contribuyendo así a una reducción sostenida del estrés académico.

## **Recomendaciones**

Se recomienda que en la Unidad Educativa “5 de Junio” se promueva de manera más constante el uso de estrategias neurodidácticas en el área de inglés, con el fin de crear un ambiente de aprendizaje más agradable y emocionalmente seguro para los estudiantes del subnivel superior de EGB. La incorporación de estas estrategias en la planificación docente puede contribuir a que los estudiantes se sientan más motivados y con menor nivel de estrés académico durante el proceso de aprendizaje de esta asignatura en específico, que suele ser considerada como desafiante.

Se sugiere que los docentes del área de inglés del establecimiento escolar realicen un seguimiento periódico sobre cómo se están aplicando las estrategias neurodidácticas en el aula, considerando tanto el rendimiento académico como el estado emocional de los estudiantes. Esto permitirá identificar a tiempo las dificultades presentes y realizar ajustes en las prácticas pedagógicas que favorezcan la reducción del estrés académico.

Se recomienda a los docentes del área de inglés de dicha institución variar el uso de estrategias neurodidácticas, incorporando actividades dinámicas como juegos educativos para aprender e incluso evaluar contenidos con participación activa o técnica de mindfulness para mejorar la concentración y regular emociones. Estas estrategias pueden hacer que el aprendizaje del idioma sea más interesante y menos estresante para los estudiantes.

Se sugiere que dentro de la entidad educativa previamente mencionada se planifiquen las clases de inglés considerando actividades que integren lo cognitivo y lo emocional, favoreciendo la participación y la interacción entre los estudiantes. Además, es recomendable que se promuevan espacios de capacitación docente sobre estrategias neurodidácticas, con el fin de fortalecer la práctica educativa y mejorar el bienestar emocional de los estudiantes.

## Referencias

- Abarca Castro, E. A., & Talavera Peña, A. K. (2025). Manifestaciones del estrés académico en universitarios mexicanos: estresores, síntomas, afrontamiento y su relación con la calidad de vida. *XVII Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología*. Buenos Aires: Acta Académica. <https://www.aacademica.org/000-004/569>
- Acosta Fainete, S. F. (2023). Criterios para la selección de técnicas e instrumentos de recolección de datos en las investigaciones mixtas. *Revista Honoris Causa*, 15(2), 62-83. <https://revista.uny.edu.ve/ojs/index.php/honoris-causa/article/view/303>
- Agudelo-Valdeleón, O. L. (2024). El impacto de la neuropsicopedagogía en la mejora del aprendizaje. *Journal of Economic and Social Science Research*, 226-245. <https://doi.org/10.55813/gaea/jessr/v4/n2/109>
- Ahuananchi Añazco, Y. D., Suquisupa Alvarado, C. L., & Figueroa Samaniego, S. E. (mayo-junio de 2025). Determinantes del estrés académico y su impacto en el rendimiento estudiantil. *Ciencia Latina*, 9(3). <https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/18501?>
- Arias Gonzáles, J., & Covinos Gallardo, M. (2021). *Diseño y metodología*. Arequipa, Perú: Enfoques Consulting EIRL. [https://gc.scalahed.com/recursos/files/r161r/w26022w/Arias\\_S2.pdf](https://gc.scalahed.com/recursos/files/r161r/w26022w/Arias_S2.pdf)
- Bertot Casal, D. d., Vinent Mendo, M. B., Suarez Rodríguez, C. O., & Rodríguez González, A. (2025). Aportes neurodidácticos para el funcionamiento del aprendizaje: valoraciones en la formación posgraduada del educador. *Maestro Y Sociedad*, 1091-1098. <https://maestrosociedad.uo.edu.cu/index.php/MyS/article/view/6899/8586>

- Briones-Cedeño, G. C., Intriago-Loor, M. E., Real-Loor, C. M., & Solórzano-Coello, D. L. (2021). Influencia de la neurodidáctica en el aprendizaje significativo. *Dialnet*, 4(7), 4-17. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8976568>
- Carrasco Rojas, M. C. (2021). *Estrategias neurodidácticas en la educación preescolar: Una revisión sistemática*. Lima: Universidad César Vallejo. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/99718>
- Carrillo Cusme, Z., & Zambrano Montes, L. (2021). Estrategias neurodidácticas aplicadas por los docentes en la escuela Ángel Arteaga de Santa Ana. *Revista San Gregorio*, 1(46), 144-157. [http://scielo.senescyt.gob.ec/scielo.php?pid=S2528-79072021000200144&script=sci\\_arttext](http://scielo.senescyt.gob.ec/scielo.php?pid=S2528-79072021000200144&script=sci_arttext)
- Casasola Rivera, W. (2022). La neurodidáctica en los procesos de enseñanza y aprendizaje ¿un nuevo paradigma en educación? *redalyc*, 7, 1-21. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=563579384005>
- Casasola Rivera, W. (2022). La neurodidáctica en los procesos de enseñanza y aprendizaje ¿un nuevo paradigma en educación? *Revista Científica Arbitrada de la Fundación MenteClara*, 7, 1-21. <https://www.redalyc.org/pdf/5635/563579384005.pdf>
- Cazar Tituaña, P. G., Luna Sánchez, E. E., & Ortiz Aguilar, W. (2024). Estrategias neurodidácticas para fortalecer el desarrollo emocional de educación general básica media. *Sinergia Académica*, 7(3), 255-274. <https://sinergiaacademica.com/index.php/sa/article/view/190>
- Condori Chavez, G. P. (2023). *Estrés académico y el logro de aprendizaje del área de inglés en estudiantes de la IESA JEC DANTE NAVA de Patambuco, Sandia*. Puno, Perú: Universidad Nacional del Altiplano de Puno.

<https://www.proquest.com/openview/cc91724bede4463aa425f58694d4d648/1?cbl=2026366&diss=y&pq-origsite=gscholar>

Coral-Melo, C., Martínez-Rubio, S., Maya-Calpa, N., & Marroquín-Yerovi, M. (2021). La neuroeducación y aprendizaje significativo. Estudio experimental en tres instituciones del nivel de básica primaria. *Revista UNIMAR*, 39(2), 50-83.

<https://revistas.umariana.edu.co/index.php/unimar/article/view/2616/2890>

Corral de Franco, Y. (2022). Validez y confiabilidad en instrumentos de investigación: una mirada teórica. *Revista Ciencias de la Educación*, 562-586.

<https://servicio.bc.uc.edu.ve/educacion/revista/60/art06.pdf>

Corrales Fernández, H., & Gaibor Gonzalez, I. (2022). Estrés académico y su relación con la resiliencia en adolescentes. *Revista Multidisciplinar Ciencia Latina*, 6(6), 10435-10449.

<https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/4140/6323>

García Moreno, A. M. (2021). Factores psicoemocionales y su incidencia sobre el estrés académico de los estudiantes de enfermería. *Revista RenovaT*, 6(1), 19-44.

<https://revistas.sena.edu.co/index.php/rnt/article/view/4403/4669>

González Sánchez, J. (2021). *Estrategia neurodidáctica en la comprensión del aprendizaje en estudiantes de segundoo bachillerato, Unidad Educativa Dr. Teodoro Alvarado Olea, Guayaquil-2020*. Piura: Universidad César Vallejo.

[https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/54111/González\\_SJR-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/54111/González_SJR-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Guízar-Sánchez, D., Sampieri-Cabrera, R., Martínez-Tapia, R. J., & Inclán-Rubio, V. (2023).

Bases neurobiológicas del aprendizaje y la memoria. Sus implicaciones en el desarrollo

- de trastornos específicos. Una revisión bibliográfica. *APM Asociación Psiquiátrica Mexicana*, 67-86.
- Jácome Vera, A. M., & Campos Yedra, H. M. (2023). Estrategias neurodidácticas y rendimiento académico en la práctica docente latinoamericana. *TESLA*, 1-19.  
<https://tesla.puertomaderoeditorial.com.ar/index.php/tesla/article/view/109/141>
- Jurado-Botina, L., Montero-Bolaños, C., Carlosama-Rodríguez, D., & Tabares-Díaz, Y. (2021). Estrés académico en estudiantes universitarios de Iberoamérica: una revisión sistemática. *Cuadernos Hispanoamericanos de Psicología*, 1-18.  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9724851>
- Klinger Angarita, R. (2024). *Muestreo estadístico: métodos básicos*. Cali: Universidad del Valle.  
[https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=LCEdEQAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA15&dq=tipos+de+muestreo&ots=aCR2ggowNl&sig=npQ4zoZU81WiozQJHacp\\_b7nZu4#v=onepage&q=tipos%20de%20muestreo&f=false](https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=LCEdEQAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA15&dq=tipos+de+muestreo&ots=aCR2ggowNl&sig=npQ4zoZU81WiozQJHacp_b7nZu4#v=onepage&q=tipos%20de%20muestreo&f=false)
- Miranda Beltrán, S., & Ortiz Bernal, J. A. (2021). Los paradigmas de la investigación: un acercamiento teórico para reflexionar desde el campo de la investigación educativa. *RIDE. Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*, 11(21).  
[https://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S2007-74672020000200164&script=sci\\_abstract](https://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S2007-74672020000200164&script=sci_abstract)
- Montevilla Castillo, I. (2024). Impacto del estrés académico en el rendimiento estudiantil, un estudio descriptivo-correlacional en Bolivia. *Revista Latina Ciencia Latina*, 8(5), 5055-5070. <https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/13949>
- Mordt, M. (14 de octubre de 2022). Preocupación y estrés en Ecuador le colocan en quinto puesto de los países con esa problemática. *El Comercio*.

<https://www.elcomercio.com/sociedad/preocupacion-estres-ecuador-paises-problematica.html>

Ocampo Eyzaguirre, D. (2020). Estrategia Neurodidáctica para la formación de investigadores sociales. *Revista científica Inicc-Perú*, 3(3), 14-27. <https://revista.inicc-peru.edu.pe/index.php/delectus/article/view/82/93>

Organización Mundial de la Salud (OMS). (21 de febrero de 2023). *Estrés*. <https://www.who.int/es/news-room/questions-and-answers/item/stress>

Páez Lucina, J., & Vásquez de la Bandera Cabezas, F. A. (2024). Afrontamiento al estrés académico y su relación con la impulsividad en adolescentes. *Prometeo - conocimiento científico*, 4(1), 1-14. <https://prometeojournal.com.ar/index.php/prometeo/article/view/67>

Pinto Aragón, E. E., Villa Navas, A. R., & Pinto Aragón, H. A. (2022). Estrés académico en estudiantes de la Universidad de La Guajira, Colombia. *Revista de Ciencias Sociales*, 28(5), 87-99. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8471675>

Pizán Miranda, F. R. (2024). *Estrategias neurodidácticas para el desarrollo del aprendizaje*. Trujillo: Universidad César Vallejo. [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/153438/S\\_Pizan\\_MFR-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/153438/S_Pizan_MFR-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Riquelme Sepulveda, C., Robles Pizarro, P., Suarez Carvajal, M., Salinas Moreno, C., & Mella Díaz, S. (2024). Estrés académico, estrategias de afrontamiento y desempeño ocupacional en estudiantes de la Facultad de Medicina de la Universidad de Chile durante el año 2023. *Revista Chilena de Terapia Ocupacional*, 25, 1-18. <https://revistas.uchile.cl/index.php/RTO/article/view/73397/77315>

Sánchez Martínez, D. (2022). Técnicas e instrumentos de recolección de datos en investigación.

*TEPEXI Boletín Científico De La Escuela Superior Tepeji Del Río*, 9(17), 38-39.

<https://doi.org/10.29057/estr.v9i17.7928>

Sánchez Tallabas, N. E., Valadez Mena, V., Luna García, M. d., & Valadez Mena, M. E. (2023).

Las estrategias neurodidácticas para aprender a aprender. *RELEP*, 55-72.

<https://iquatroeditores.org/revista/index.php/relep/article/view/1125/646>

Silva-Ramos, M. F., López-Cocotle, J. J., & Meza-Zamora, M. E. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios. *redalyc*, 75-83.

<https://www.redalyc.org/journal/674/67462875008/67462875008.pdf>

Talavera Salas, I. X., Zela Pacori, C. E., Calcina Cuevas, S. C., & Castillo Machaca, J. E. (2021).

Impacto de la COVID-19 en el estrés académico en estudiantes universitarios. *Dialnet*,

7(4), 155. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8383988>

Tovar Cardozo, G. (2024). Efectos del estrés en estudiantes universitarios. *AG Salud*.

<https://agsalud.ageditor.org/index.php/agsalud/article/view/60/61>

Velázquez-Paniagua, M., Gómez-Chavarín, B. M., & Sampieri-Cabrera, R. (2025). Influencia

del mindfulness en la regulación del estrés crónico para un desarrollo integral del ser

humano. *SciELO*, 68(1), 8-19. [https://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S0026-](https://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S0026-17422025000100008&script=sci_arttext)

[17422025000100008&script=sci\\_arttext](https://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S0026-17422025000100008&script=sci_arttext)

Vidal Moruno, M. (2024). Neurodidáctica como estrategia de aprendizaje: Un enfoque desde las

Neurociencias. *Revista científica Ciencia & Sociedad*, 4(3), 193-210.

<https://www.cienciaysociedaduatf.com/index.php/ciesocieuatf/article/view/153/102>

Villafuerte Martillo, B. S., Jiménez Miranda, K. E., Bernal Cerza, R. E., & Vergal Parejo, E. E.

(2024). Estrategia neurodidáctica para el desarrollo emocional de los estudiantes del

cuarto año de Educación General Básica de la escuela Mariscal Sucre. *Sinergia Académica*, 7(3), 29-61.

[https://www.researchgate.net/publication/382769797\\_Estrategia\\_neurodidactica\\_para\\_el\\_desarrollo\\_emocional\\_de\\_los\\_estudiantes\\_del\\_cuarto\\_ano\\_de\\_Educacion\\_General\\_Basica\\_de\\_la\\_Escuela\\_Mariscal\\_Sucre](https://www.researchgate.net/publication/382769797_Estrategia_neurodidactica_para_el_desarrollo_emocional_de_los_estudiantes_del_cuarto_ano_de_Educacion_General_Basica_de_la_Escuela_Mariscal_Sucre)

Vizcaíno Zúñiga, P. I., Maldonado Palacios, I. A., & Cedeño Cedeño, R. J. (2023). Metodología de la investigación científica: guía práctica. *Ciencia Latina: Revista Científica Multidisciplinar*, 7(4), 1-40.

<https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/7658/11619>

Zambrano-Vélez, W. A., & Tomalá-Chavarría, M. D. (2022). Diagnóstico de estrés académico en estudiantes universitarios. *Revista Docentes 2.0*, 14(2), 42-47.

<https://doi.org/10.37843/rtd.v14i2.330>

## ANEXOS

### Anexo 1.- Permiso para ingreso a la escuela avalado por la Universidad



REPÚBLICA  
DEL ECUADOR

Ministerio de Educación,  
Deporte y Cultura

El Carmen, 24 de Octubre de 2025  
Oficio Nro.239-ASRE-2025

Dr.  
Temístocles Bravo Tuarez  
DECANO ULEAM EXTENSION EL CARMEN  
Presente. -

De mi consideración:

En respuesta al oficio Nro. Uleam-D-TBT-2025-467-OF de fecha 23 de octubre de 2025, donde solicita autorización a los estudiantes de noveno semestre de la carrera de Educación Básica para aplicar instrumentos de investigación a los estudiantes de diversas instituciones, al respecto me permito indicar lo siguiente:

**Acuerdo Ministerial Nro. 2023-00073-A** que expide el Procedimiento para el Ingreso de Personas Externas a las Instituciones Educativas, en su Art. 4 determina: *Los programas proyectos o actividades que sean aceptados para realizarse por personas externas en Instituciones educativas, particularmente, aquellas que incluya a estudiantes, se enmarcarán en procesos educativos pedagógicos que aporten al desarrollo integral del grupo estudiantil y serán concordantes con las políticas, planes proyectos y programas educativos adoptados por los distintos niveles desconcentrados de la Autoridad Educativa Nacional. De conformidad con la Normativa vigente y aplicables.* Se prohíbe de forma expresa al interior de las Instituciones Educativas:

- Realizar cualquier tipo de actividad proselitista política.
- Realizar cualquier tipo de actividad con contenido violento, discriminatorio, que propicie temor o que vulnere derechos.

En cumplimiento a la normativa legal citada anteriormente me permito indicar que al no ser una actividad ajustada netamente al que hacer pedagógico de las instituciones educativas, sin embargo se ramifica en una diligencia para el desarrollo de la comunidad Educativa y de concientización, deberá coordinar con el personal del DECE distrital de Educación para que dé a conocer el proyecto a realizar, detallando: tiempo, duración y personal a ingresar, a su vez puedan recibir la capacitación de protocolos de actuación frente a situaciones de violencia detectadas o cometidas en el sistema educativo.

Además, se adjunta una carta de compromiso de protección y no vulneración de derechos a niños, niñas y adolescentes que deberá ser suscrita de manera personal, indelegable e intransferible.

**Dirección:** Ciudadela San José, Primera y Cuarta transversal  
**Código postal:** 130111 / Portoviejo - Ecuador  
**Teléfono:** +593-2 396-1300  
[www.educacion.gob.ec](http://www.educacion.gob.ec)

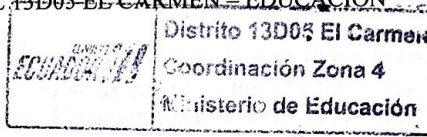
EL NUEVO  
**ECUADOR**



Finalmente se deberá coordinar con la autoridad de la Institución Educativa su ingreso, sin que se afecte de manera prolongada las actividades pedagógicas de los estudiantes, presentando la documentación a la que se ha hecho referencia.

Particular que comunico para los fines consiguientes.

Ing. Evelyn Verónica Zuñiga Basantes  
DIRECTORA DISTRITAL 13D05-EL CARMEN - EDUCACIÓN



ELABORADO POR: Vanessa Velez Vera  
ANALISTA DE APOYO, SEGUIMIENTO Y REGULACIÓN.  
REG. 2750



## Anexo 2.- Consentimiento institucional

### CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA EL ESTUDIO

**Título del Proyecto:** Estrategias Neurodidácticas para Reducir el Estrés Académico Relacionado con el Área de Inglés en el Subnivel Superior de la Unidad Educativa “5 de Junio” del Cantón el Carmen Manabí, Periodo Lectivo 2025-2026.

**Investigadores Principales:** Arely Jenifer Velez Montes & Nina Alejandra Verduga Carrión.

Yo, Lic. Marleni Álava Álava Mg.

Declaro que:

- He leído la hoja de información que me han facilitado.
- He podido formular las preguntas que he considerado necesarias acerca del estudio.
- He recibido la información adecuada y suficiente por los investigadores abajo indicados sobre:
  - Los objetivos del estudio y sus procedimientos.
  - Los beneficios e inconvenientes del proceso.
  - Que mi participación es voluntaria y altruista.
  - El procedimiento y la finalidad con que se utilizarán mis datos personales y las garantías de cumplimiento de la legalidad vigente.
  - Que en cualquier momento puedo revocar mi consentimiento sin necesidad de explicar el motivo y sin que ello afecte a mi atención indicada, y solicitar la eliminación de mis datos personales.
  - Que tengo derecho de acceso y rectificación a mis datos personales.

**CONSIENTO EN LA PARTICIPACIÓN EN EL PRESENTE ESTUDIO**

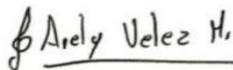
SÍ       NO

**Para dejar constancia de todo ello, firmo a continuación:**

  
**Lic. Marleni Álava Álava Mg.**

**Rectora de la Institución Educativa**

**Firma de los investigadores:**



Srta. Arely Jenifer Velez Montes



Srta. Nina Alejandra Verduga Carrión

**Anexo 3.- Instrumento de investigación**

**UNIVERSIDAD LAICA “ELOY ALFARO DE MANABÍ”**  
**EXTENSIÓN EL CARMEN**  
**CARRERA DE EDUCACIÓN BÁSICA**  
**CUESTIONARIO DIRIGIDO A ESTUDIANTES DEL SUBINVEL SUPERIOR DE LA**  
**UNIDAD EDUCATIVA “5 DE JUNIO”**

**Instrucciones:** Marque con una X la alternativa que más se adapte a su opinión.

**I PARTE. ESTRATEGIAS NEURODIDÁCTICAS**

Ítems	Enunciado: Con respecto a la asignatura de inglés, con qué frecuencia:	Alternativa de respuesta				
		Siempre	Casi siempre	Algunas veces	Casi nunca	Nunca
1	¿Habla con sus compañeros cuando no se siente bien?					
2	¿Siente que las clases son más fáciles cuando la maestra utiliza dibujos?					
3	¿Se siente cómodo cuando se valoran sus avances?					
4	¿Suele olvidar las clases que le explican cuando no las practica?					
5	¿Presta atención cuando los docentes están explicando las clases?					
6	¿Intenta aprender algo nuevo así sea muy difícil?					
7	¿Se siente motivado cuando se esfuerza practicando y logra aprender cosas nuevas?					
8	¿Se siente bien al realizar un momento de relajación cuando está cansado?					
9	¿Se siente mejor cuando realiza trabajos en equipos con sus compañeros?					
10	¿Acepta las ideas de los demás compañeros cuando trabajan en grupo?					
11	¿Logra recordar con facilidad el orden que se da para realizar alguna actividad?					
12	¿Aprende mejor al realizar actividades donde utiliza todos sus sentidos (oído, tacto, vista, gusto y olfato)?					
13	¿Disfruta resolver actividades que representen un desafío mental?					
14	¿Comprende mejor los temas cuando las clases incluyen juegos?					
15	¿Se siente más preparado para participar cuando revisa los contenidos antes de la clase?					
16	¿Al realizar un proyecto se le facilita al trabajar en equipos?					

## II PARTE. ESTRÉS ACADÉMICO

Ítems	Enunciado: Con respecto a la asignatura de inglés, con qué frecuencia:	Alternativa de respuesta				
		Siempre	Casi siempre	Algunas veces	Casi nunca	Nunca
17	¿Se siente mal cuando se esfuerza y no logra cumplir sus responsabilidades?					
18	¿Le gusta crear relaciones amistosas para que todos se lleven bien?					
19	¿Siente preocupación al no saber qué ocupación elegir?					
20	¿Siente que las tareas son demasiado pesadas?					
21	¿Se le dificulta hacer sus tareas por falta de materiales?					
22	¿Las explicaciones que dan sus docentes le resultan difíciles de entender?					
23	¿Suele comer más de lo habitual cuando se siente estresado/a por la escuela?					
24	¿Siente dolor de cabeza cuando tiene muchas tareas?					
25	¿Ha sentido dolor de estómago cuando está nervioso/a antes de una exposición?					
26	¿Le cuesta concentrarse cuando el/la docente explica la clase?					
27	¿Se siente nervioso/a antes de presentar alguna exposición?					
28	¿Ha sentido que no tiene ganas de estudiar por preocupaciones de la escuela?					
29	¿Durante días de estudio intenso suele comer diferente a lo que normalmente hace?					
30	¿Le cuesta elegir qué tarea terminar primero cuando tiene varias pendientes?					
31	¿Nota que tomar decisiones le lleva más tiempo en días con mucha presión?					
32	¿Suele organizar sus tareas empezando por las más importantes?					
33	¿Suele terminar tus tareas sin tener que dejar otras cosas pendientes, aunque sean importantes?					
34	¿Busca maneras de tranquilizarse antes de actividades que le generen presión?					
35	¿Habla con alguien de confianza cuando se siente preocupado por sus estudios?					
36	¿Suele dormir un promedio de 8 horas?					
37	¿Consume frutas o verduras en sus comidas diarias?					
38	¿Suele realizar actividad física durante la semana?					

**Anexo 4.- Validación y prueba de confiabilidad del instrumento**

**UNIVERSIDAD LAICA “ELOY ALFARO DE MANABÍ”  
EXTENSIÓN EL CARMEN  
CARRERA DE EDUCACIÓN BÁSICA**

Apreciado(a) Experto(a): Lic. Marlene Jaramillo Argandoña, Mg.

En reconocimiento a su meritoria trayectoria profesional, nos dirigimos a usted en la oportunidad de solicitar su colaboración en el sentido de realizar la validación al instrumento diseñado para la recolección de información de la investigación titulada “ESTRATEGIAS NEURODIDÁCTICAS PARA REDUCIR EL ESTRÉS ACADÉMICO RELACIONADO CON EL ÁREA DE INGLÉS EN EL SUBNIVEL SUPERIOR DE LA UNIDAD EDUCATIVA 5 DE JUNIO DEL CANTON EL CARMEN MANABÍ, PERIODO LECTIVO 2025-2026”.

En este sentido, los objetivos de la investigación son:

**Objetivo general:**

Describir la aplicación de las estrategias neurodidácticas en el área de inglés para reducir el estrés académico en los estudiantes del subnivel superior de EGB.

**Objetivos específicos:**

- Diagnosticar la aplicación de estrategias neurodidácticas en el área de inglés para reducir el estrés académico en los estudiantes del subnivel superior de EGB.
- Identificar el tipo de estrategias neurodidácticas aplicadas para disminuir el estrés académico en el área de inglés en los estudiantes del subnivel superior de EGB.
- Caracterizar las estrategias neurodidácticas en el área de inglés para reducir el estrés académico en los estudiantes del subnivel superior de EGB.

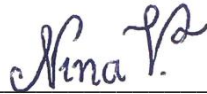
Para ello, se incluye una matriz que le permite emitir su opinión con respecto a la pertinencia (ítems expresados de acuerdo con el contexto de la investigación), congruencia (relación de los ítems con las dimensiones e indicadores) y claridad (redacción clara y entendible). En tal sentido, se sugiere lo siguiente:

Emita su opinión con relación a cada criterio, según la siguiente escala:

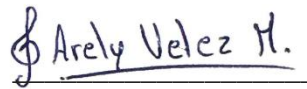
- Dejar
- Modificar
- Eliminar

En el caso de estar en “modificar o eliminar”, sírvase hacer la correspondiente observación.  
Reiterando mi agradecimiento y confianza en su cooperación.

Atentamente;



Nina Verduga Carrión  
ESTUDIANTE



Arely Velez Montes  
ESTUDIANTE

**UNIVERSIDAD LAICA “ELOY ALFARO DE MANABÍ”**

**EXTENSIÓN EL CARMEN CARRERA DE EDUCACIÓN BÁSICA**


**VALIDACIÓN: JUICIO DE EXPERTOS**

<b>Ítems</b>	<b>Enunciado:</b> Con respecto a la asignatura de inglés, con qué frecuencia:	<b>Dejar</b>	<b>Modifica</b>	<b>Eliminar</b>	<b>Observaciones</b>
1	¿Habla con sus compañeros cuando no se siente bien?	X			
2	¿Siente que las clases son más fáciles cuando la maestra utiliza dibujos?	X			
3	¿Se siente cómodo cuando se valoran sus avances?	X			
4	¿Suele olvidar las clases que le explican cuando no las practica?	X			
5	¿Presta atención cuando los docentes están explicando las clases?	X			
6	¿Intenta aprender algo nuevo así sea muy difícil?	X			
7	¿Se siente motivado cuando se esfuerza practicando y logra aprender cosas nuevas?	X			
8	¿Se siente bien al realizar un momento de relajación cuando está cansado?	X			
9	¿Se siente mejor cuando realiza trabajos en equipos con sus compañeros?	X			
10	¿Acepta las ideas de los demás compañeros cuando trabajan en grupo?	X			
11	¿Logra recordar con facilidad el orden que se da para realizar alguna actividad?	X			
12	¿Aprende mejor al realizar actividades donde utiliza todos sus sentidos (oído, tacto, vista, gusto y olfato)?	X			
13	¿Disfruta resolver actividades que representen un desafío mental?	X			

14	¿Comprende mejor los temas cuando las clases incluyen juegos?	X			
15	¿Se siente más preparado para participar cuando revisa los contenidos antes de la clase?	X			
16	¿Al realizar un proyecto se le facilita al trabajar en equipos?	X			
17	¿Se siente mal cuando se esfuerza y no logra cumplir sus responsabilidades?	X			
18	¿Le gusta crear relaciones amistosas para que todos se lleven bien?	X			
19	¿Siente preocupación al no saber qué ocupación elegir?	X			
20	¿Siente que las tareas son demasiado pesadas?	X			
21	¿Se le dificulta hacer sus tareas por falta de materiales?	X			
22	¿Las explicaciones que dan sus docentes le resultan difíciles de entender?	X			
23	¿Suele comer más de lo habitual cuando se siente estresado/a por la escuela?	X			
24	¿Siente dolor de cabeza cuando tiene muchas tareas?	X			
25	¿Ha sentido dolor de estómago cuando está nervioso/a antes de una exposición?	X			
26	¿Le cuesta concentrarse cuando el/la docente explica la clase?	X			
27	¿Se siente nervioso/a antes de presentar alguna exposición?	X			
28	¿Ha sentido que no tiene ganas de estudiar por preocupaciones de la escuela?	X			
29	¿Durante días de estudio intenso suele comer diferente a lo que normalmente hace?	X			
30	¿Le cuesta elegir qué tarea terminar primero cuando tiene varias pendientes?	X			
31	¿Nota que tomar decisiones le lleva más tiempo en días con mucha presión?	X			
32	¿Suele organizar sus tareas empezando por las más importantes?	X			

33	¿Suele terminar sus tareas sin tener que dejar otras cosas pendientes, aunque sean importantes?	X			
34	¿Busca maneras de tranquilizarse antes de actividades que le generen presión?	X			
35	¿Habla con alguien de confianza cuando se siente preocupado por sus estudios?	X			
36	¿Suele dormir un promedio de 8 horas?	X			
37	¿Consume frutas o verduras en sus comidas diarias?	X			
38	¿Suele realizar actividad física durante la semana?	X			

### DATOS DEL VALIDADOR

<b>Nombres y Apellidos</b>	Marlene Jaramillo Argandoña
<b>Número de documento de identidad</b>	1708964901
<b>Título de mayor nivel</b>	Magíster
<b>Lugar de trabajo</b>	ULEAM
<b>Fecha</b>	27 de octubre de 2025
<b>Firma</b>	

**UNIVERSIDAD LAICA “ELOY ALFARO DE MANABÍ”**  
**EXTENSIÓN EL CARMEN**  
**CARRERA DE EDUCACIÓN BÁSICA**

Apreciado(a) Experto(a): Lic. Michael Argenis Román Loor, Mg.

En reconocimiento a su meritoria trayectoria profesional, nos dirigimos a usted en la oportunidad de solicitar su colaboración en el sentido de realizar la validación al instrumento diseñado para la recolección de información de la investigación titulada “ESTRATEGIAS NEURODIDÁCTICAS PARA REDUCIR EL ESTRÉS ACADÉMICO RELACIONADO CON EL ÁREA DE INGLÉS EN EL SUBNIVEL SUPERIOR DE LA UNIDAD EDUCATIVA 5 DE JUNIO DEL CANTON EL CARMEN MANABÍ, PERIODO LECTIVO 2025-2026”.

En este sentido, los objetivos de la investigación son:

**Objetivo general:**

Describir la aplicación de las estrategias neurodidácticas en el área de inglés para reducir el estrés académico en los estudiantes del subnivel superior de EGB.

**Objetivos específicos:**

- Diagnosticar la aplicación de estrategias neurodidácticas en el área de inglés para reducir el estrés académico en los estudiantes del subnivel superior de EGB.
- Identificar el tipo de estrategias neurodidácticas aplicadas para disminuir el estrés académico en el área de inglés en los estudiantes del subnivel superior de EGB.
- Caracterizar las estrategias neurodidácticas en el área de inglés para reducir el estrés académico en los estudiantes del subnivel superior de EGB.

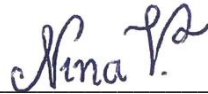
Para ello, se incluye una matriz que le permite emitir su opinión con respecto a la pertinencia (ítems expresados de acuerdo con el contexto de la investigación), congruencia (relación de los ítems con las dimensiones e indicadores) y claridad (redacción clara y entendible). En tal sentido, se sugiere lo siguiente:

Emita su opinión con relación a cada criterio, según la siguiente escala:

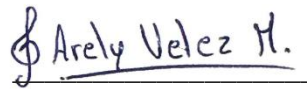
- Dejar
- Modificar
- Eliminar

En el caso de estar en “modificar o eliminar”, sírvase hacer la correspondiente observación.  
Reiterando mi agradecimiento y confianza en su cooperación.

Atentamente;



Nina Verduga Carrión  
ESTUDIANTE



Arely Velez Montes  
ESTUDIANTE

**UNIVERSIDAD LAICA “ELOY ALFARO DE MANABÍ”**

**EXTENSIÓN EL CARMEN CARRERA DE EDUCACIÓN BÁSICA**


**VALIDACIÓN: JUICIO DE EXPERTOS**

<b>Ítems</b>	<b>Enunciado:</b> Con respecto a la asignatura de inglés, con qué frecuencia:	<b>Dejar</b>	<b>Modificar</b>	<b>Eliminar</b>	<b>Observaciones</b>
1	¿Habla con sus compañeros cuando no se siente bien?	X			Sugerencia: ¿Expresa sus emociones o busca apoyo entre compañeros cuando se siente mal en clases?
2	¿Siente que las clases son más fáciles cuando la maestra utiliza dibujos?	X			Quizás ubicar ambos géneros.
3	¿Se siente cómodo cuando se valoran sus avances?	X			
4	¿Suele olvidar las clases que le explican cuando no las practica?	X			
5	¿Presta atención cuando los docentes están explicando las clases?	X			
6	¿Intenta aprender algo nuevo así sea muy difícil?	X			
7	¿Se siente motivado cuando se esfuerza practicando y logra aprender cosas nuevas?	X			
8	¿Se siente bien al realizar un momento de relajación cuando está cansado?	X			
9	¿Se siente mejor cuando realiza trabajos en equipos con sus compañeros?	X			
10	¿Acepta las ideas de los demás compañeros cuando trabajan en grupo?	X			
11	¿Logra recordar con facilidad el orden que se da para realizar alguna actividad?	X			
12	¿Aprende mejor al realizar actividades donde utiliza todos sus sentidos (oído, tacto, vista, gusto y olfato)?	X			
13	¿Disfruta resolver actividades que representen un desafío mental?	X			

14	¿Comprende mejor los temas cuando las clases incluyen juegos?	X			
15	¿Se siente más preparado para participar cuando revisa los contenidos antes de la clase?	X			
16	¿Al realizar un proyecto se le facilita al trabajar en equipos?	X			
17	¿Se siente mal cuando se esfuerza y no logra cumplir sus responsabilidades?	X			
18	¿Le gusta crear relaciones amistosas para que todos se lleven bien?	X			
19	¿Siente preocupación al no saber qué ocupación elegir?	X			
20	¿Siente que las tareas son demasiado pesadas?	X			
21	¿Se le dificulta hacer sus tareas por falta de materiales?	X			
22	¿Las explicaciones que dan sus docentes le resultan difíciles de entender?	X			
23	¿Suele comer más de lo habitual cuando se siente estresado/a por la escuela?	X			
24	¿Siente dolor de cabeza cuando tiene muchas tareas?	X			
25	¿Ha sentido dolor de estómago cuando está nervioso/a antes de una exposición?	X			
26	¿Le cuesta concentrarse cuando el/la docente explica la clase?	X			
27	¿Se siente nervioso/a antes de presentar alguna exposición?	X			
28	¿Ha sentido que no tiene ganas de estudiar por preocupaciones de la escuela?	X			
29	¿Durante días de estudio intenso suele comer diferente a lo que normalmente hace?	X			
30	¿Le cuesta elegir qué tarea terminar primero cuando tiene varias pendientes?	X			
31	¿Nota que tomar decisiones le lleva más tiempo en días con mucha presión?	X			
32	¿Suele organizar sus tareas empezando por las más importantes?	X			

33	¿Suele terminar sus tareas sin tener que dejar otras cosas pendientes, aunque sean importantes?	X			
34	¿Busca maneras de tranquilizarse antes de actividades que le generen presión?	X			
35	¿Habla con alguien de confianza cuando se siente preocupado por sus estudios?	X			
36	¿Suele dormir un promedio de 8 horas?	X			
37	¿Consume frutas o verduras en sus comidas diarias?	X			
38	¿Suele realizar actividad física durante la semana?	X			

### DATOS DEL VALIDADOR

<b>Nombres y Apellidos</b>	Michael Argenis Román Loor
<b>Número de documento de identidad</b>	1308228558
<b>Título de mayor nivel</b>	Magíster en la enseñanza del idioma inglés
<b>Lugar de trabajo</b>	Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí Extensión en El Carmen
<b>Fecha</b>	26/10/2025
<b>Firma</b>	

Anexo 5.- Fotografías de encuestados



