

Capital psicológico e inflexibilidad psicológica asociados a la sintomatología ansioso-depresiva en universitarios ecuatorianos

Psychological capital and psychological inflexibility associated with anxiety–depressive symptoms in Ecuadorian university students

Capital psicológico e inflexibilidade psicológica associadas à sintomatologia ansioso-depressiva em universitários equatorianos

ARTÍCULO ORIGINAL



 **Marina del Rocío Ramírez Zhindón**
 mrramirez@utpl.edu.ec

 **Sandra Rocío Guevara Mora**
 srquevara@utpl.edu.ec

Universidad Técnica Particular de Loja. Loja, Ecuador

Escanea en tu dispositivo móvil
 o revisa este artículo en:
<https://doi.org/10.33996/repsi.v9i24.238>

Recibido 06 de mayo 2026 / Aceptado 30 de julio 2026 / Publicado 27 de agosto 2026

RESUMEN

La ansiedad y la depresión representan problemas de salud mental frecuentes en la población universitaria. El estudio tuvo como objetivo analizar la contribución del capital psicológico y la inflexibilidad psicológica sobre la sintomatología ansioso-depresiva en estudiantes universitarios ecuatorianos como fundamento para el diseño de estrategias de intervención preventiva en el contexto de la educación superior. Se utilizó un diseño cuantitativo, no experimental, transversal, con 470 estudiantes como muestra. Se aplicaron el Psychological Capital Questionnaire-12, el Acceptance and Action Questionnaire-II y el Patient Health Questionnaire-4. Los resultados mostraron que el capital psicológico se asoció de forma negativa con la sintomatología ansioso-depresiva ($r = -.414$), mientras que la inflexibilidad psicológica mostró una asociación positiva de mayor magnitud ($r = .686$). Ambas variables explicaron el 49.0 % de la varianza ($R^2 = .490$). Se concluye que la inflexibilidad psicológica constituye el factor de mayor peso explicativo, mientras que el capital psicológico actúa como recurso protector complementario en estudiantes universitarios ecuatorianos.

Palabras clave: Adaptación psicológica; Capital psicológico; Depresión; Estudiantes universitarios; Inflexibilidad psicológica; Salud mental

ABSTRACT

Anxiety and depression represent frequent mental health problems among the university population. This study aimed to analyze the contribution of psychological capital and psychological inflexibility to anxiety–depressive symptoms in Ecuadorian university students as a basis for designing preventive intervention strategies within the context of higher education. A quantitative, non-experimental, cross-sectional design was employed, with a sample of 470 students. The Psychological Capital Questionnaire-12, the Acceptance and Action Questionnaire-II, and the Patient Health Questionnaire-4 were administered. Results showed that psychological capital was negatively associated with anxiety–depressive symptoms ($r = -.414$), while psychological inflexibility showed a larger positive association ($r = .686$). Together, both variables explained 49.0% of the variance ($R^2 = .490$). It is concluded that psychological inflexibility constitutes the factor with the greatest explanatory weight, whereas psychological capital acts as a complementary protective resource in Ecuadorian university students.

Keywords: Psychological adaptation; Psychological capital; Depression; University students; Psychological inflexibility; Mental health

RESUMO

Ansiedade e depressão são problemas comuns de saúde mental entre estudantes universitários. Este estudo teve como objetivo analisar a contribuição do capital psicológico e da inflexibilidade psicológica para os sintomas de ansiedade e depressão em estudantes universitários equatorianos, como base para o desenvolvimento de estratégias de intervenção preventiva no contexto do ensino superior. Utilizou-se um delineamento transversal, quantitativo e não experimental, com uma amostra de 470 estudantes. Foram aplicados o Questionário de Capital Psicológico-12, o Questionário de Aceitação e Ação-II e o Questionário de Saúde do Paciente-4. Os resultados mostraram que o capital psicológico apresentou associação negativa com os sintomas de ansiedade e depressão ($r = -.414$), enquanto a inflexibilidade psicológica apresentou uma associação positiva mais forte ($r = .686$). Ambas as variáveis explicaram 49,0% da variância ($R^2 = .490$). Conclui-se que a inflexibilidade psicológica é o fator explicativo mais significativo, enquanto o capital psicológico atua como um recurso protetor complementar em estudantes universitários equatorianos.

Palavras-chave: Ajustamento psicológico; Capital psicológico; Depressão; Estudantes universitários; Inflexibilidade psicológica; Saúde mental

INTRODUCCIÓN

La ansiedad y la depresión constituyen dos de los trastornos mentales más prevalentes a nivel mundial y representan un desafío significativo para la salud pública en el contexto universitario. Diversos estudios recientes han documentado un incremento sostenido de estos cuadros clínicos en la población estudiantil, situación que se ha visto agravada por las consecuencias psicosociales derivadas de la pandemia de COVID-19. Las cifras reportadas por organismos internacionales revelan que una proporción considerable de estudiantes universitarios presenta síntomas de ansiedad y depresión, lo cual afecta su desempeño académico, su funcionamiento interpersonal y su calidad de vida (Ooi et al., 2022; Fernandes et al., 2023). Esta problemática adquiere especial relevancia en países de ingresos medios y bajos, donde los servicios de atención en salud mental resultan insuficientes para atender la demanda creciente de la población estudiantil (Piscoya-Tenorio et al., 2023).

En el contexto latinoamericano, la evidencia disponible señala que los estudiantes universitarios enfrentan niveles elevados de malestar emocional, con prevalencias de síntomas ansiosos y depresivos que superan las reportadas en poblaciones de la misma edad en otras regiones del mundo. Los factores académicos, socioeconómicos y

familiares contribuyen a configurar un escenario de vulnerabilidad psicológica que demanda la identificación de variables protectoras y de riesgo para la salud mental estudiantil. Investigaciones realizadas en Ecuador han confirmado esta tendencia, al hallar niveles significativos de ansiedad y depresión en estudiantes de educación superior, asociados con el apoyo social percibido y las condiciones del entorno familiar (Aveiro-Róbalo et al., 2023). Estos hallazgos fundamentan la necesidad de profundizar en la comprensión de los factores psicológicos que intervienen en el bienestar emocional de los universitarios ecuatorianos (Mena-Freire et al., 2023).

Dentro de este marco, el capital psicológico, definido como un estado positivo constituido por los recursos de esperanza, autoeficacia, resiliencia y optimismo, constituye un factor protector frente al malestar emocional en contextos académicos. Los estudiantes con mayores niveles de capital psicológico muestran menores indicadores de ansiedad y depresión, así como un mayor bienestar psicológico general (Zhang, 2026). Los componentes del capital psicológico facilitan la adaptación ante las demandas universitarias, ya que la esperanza proporciona direccionalidad hacia las metas académicas, la autoeficacia fortalece la confianza en las propias capacidades, la resiliencia favorece la recuperación ante adversidades y el optimismo promueve expectativas positivas sobre

el porvenir académico y personal (Ramírez-Pérez, 2022; Gómez Borges et al., 2023).

Desde una perspectiva complementaria, la inflexibilidad psicológica, entendida como la tendencia a responder de forma rígida ante experiencias internas difíciles mediante procesos como la evitación experiencial y la fusión cognitiva, se reconoce como un proceso transdiagnóstico relevante en la comprensión del malestar emocional (Yao et al., 2024). La evidencia empírica reciente muestra que la inflexibilidad psicológica se asocia de forma constante con mayores niveles de ansiedad, depresión y estrés en diversas poblaciones, incluidos los estudiantes universitarios (Wang et al., 2023; Vaca-Gallegos et al., 2025). Este patrón de resultados se observa tanto en estudios transversales como en investigaciones longitudinales, lo cual refuerza la idea de que la rigidez en la relación con los pensamientos y emociones constituye un factor de riesgo para la salud mental en el contexto de la educación superior (De Souza-Martins y Figueroa-Ángel, 2023).

A pesar de los avances en la comprensión individual de cada constructo, la investigación que examina de forma conjunta la contribución del capital psicológico y la inflexibilidad psicológica sobre la sintomatología ansioso-depresiva en estudiantes universitarios latinoamericanos continúa limitada. En Ecuador, en particular, los

estudios disponibles han analizado estas variables de forma aislada, lo cual impide establecer comparaciones sobre su contribución relativa al malestar emocional (Quinde et al., 2026). Esta carencia resulta problemática si se considera que la inflexibilidad psicológica podría limitar el acceso a los recursos del capital psicológico, con un efecto interactivo sobre la sintomatología. Ante este escenario, surgen las siguientes interrogantes, ¿cuál es la contribución del capital psicológico y la inflexibilidad psicológica sobre los síntomas de ansiedad y depresión en estudiantes universitarios ecuatorianos? ¿cuál de estas dos variables posee un mayor peso explicativo sobre la sintomatología ansioso-depresiva?

Un estudio en este sentido contribuiría a ampliar la comprensión de los mecanismos psicológicos involucrados en la salud mental universitaria ecuatoriana, al integrar en un mismo modelo analítico variables procedentes de tradiciones teóricas diferentes como la Psicología Positiva y la Terapia de Aceptación y Compromiso (Li et al., 2022; Zhang et al., 2022). La identificación de la contribución relativa de cada constructo permitiría orientar el diseño de intervenciones preventivas más efectivas y eficientes en el contexto de la educación superior, lo cual resulta relevante ante la creciente demanda de servicios de salud mental estudiantil en las universidades ecuatorianas. Por ello, el presente estudio tuvo

como objetivo analizar la contribución del capital psicológico y la inflexibilidad psicológica sobre la sintomatología ansioso-depresiva en estudiantes universitarios ecuatorianos como fundamento para el diseño de estrategias de intervención preventiva en el contexto de la educación superior.

MÉTODO

La presente investigación adoptó un enfoque cuantitativo con alcance explicativo y un diseño no experimental de corte transversal. El estudio buscó analizar la contribución del capital psicológico y la inflexibilidad psicológica sobre la sintomatología ansioso-depresiva en estudiantes universitarios ecuatorianos. La recolección de datos se realizó mediante una encuesta en formato digital administrada a través de Google Forms. Los participantes recibieron un enlace por correo electrónico o teléfono móvil que les permitió acceder al consentimiento informado y a los objetivos del estudio. Tras aceptar su participación, completaron los instrumentos de evaluación psicológica. La tasa de completitud fue del 92 %, por lo que solo se incorporaron a la base de datos los cuestionarios finalizados en su totalidad para garantizar la calidad de la información.

Participaron 470 estudiantes universitarios ecuatorianos matriculados en instituciones de educación superior públicas y privadas de las

provincias de Loja y El Oro, pertenecientes a programas académicos de Ciencias de la Salud y Ciencias Administrativas. Los criterios de inclusión comprendieron tener 18 años o más, encontrarse matriculado en una institución de educación superior ecuatoriana y completar la totalidad de los instrumentos de evaluación. Se excluyeron los cuestionarios incompletos o con inconsistencias en las respuestas. La edad de los participantes osciló entre 18 y 33 años ($M = 20.09$; $DE = 2.04$). Del total de la muestra, el 59.1 % correspondió a mujeres ($n = 278$) y el 40.9 % hombres ($n = 192$). La mayoría se identificó como soltera (98.3 %, $n = 462$) y el 96.4 % ($n = 453$) reportó no tener hijos a cargo.

El capital psicológico se evaluó mediante la versión en español del Psychological Capital Questionnaire-12 (PCQ-12), adaptada al contexto académico. Este instrumento incluyó de 12 ítems con formato de respuesta tipo Likert de seis puntos y evaluó los recursos de esperanza, autoeficacia, resiliencia y optimismo. En esta investigación mostró adecuados índices de consistencia interna ($\alpha = .93$; $\omega = .89$). La inflexibilidad psicológica se evaluó con la versión ecuatoriana del Acceptance and Action Questionnaire-II (AAQ-II), con de siete ítems con formato Likert de siete puntos que midieron la tendencia a responder de manera rígida ante experiencias internas desagradables. Los índices de fiabilidad resultaron satisfactorios ($\alpha = .93$; $\omega = .91$).

La sintomatología ansioso-depresiva se evaluó con el Patient Health Questionnaire-4 (PHQ-4), compuesto por cuatro ítems con formato Likert de cuatro puntos. Aunque el PHQ-4 incorpora subescalas para la evaluación de síntomas de ansiedad y depresión, en este estudio se utilizó la puntuación total como indicador global de malestar emocional. Esta decisión se fundamentó en la evidencia que respalda el uso del PHQ-4 como una medida breve de distrés emocional general en población universitaria. Los estudios previos señalan que la puntuación total del PHQ-4 posee adecuadas propiedades psicométricas y constituye un índice válido para la detección de malestar emocional en estudiantes universitarios. La escala presentó adecuados niveles de fiabilidad en la presente investigación ($\alpha = .87$; $\omega = .85$).

La investigación se desarrolló conforme a los principios éticos establecidos en la Declaración de Helsinki. Se garantizó la participación voluntaria, el consentimiento informado, la confidencialidad de la información, el anonimato de los participantes y el derecho a retirarse del estudio sin consecuencias. El procesamiento y análisis de los datos se llevaron a cabo mediante IBM SPSS Statistics versión 26. Antes de los análisis principales, se examinó la calidad de los datos y el cumplimiento de los supuestos estadísticos. Los valores atípicos univariados se identificaron mediante puntuaciones estandarizadas superiores

a ± 3.29 y los multivariados mediante la distancia de Mahalanobis con un criterio de $p < .001$.

Se calcularon estadísticos descriptivos y se estimó la consistencia interna mediante los coeficientes alfa de Cronbach y omega de McDonald. Las asociaciones bivariadas se examinaron mediante correlaciones producto-momento de Pearson, con interpretación de la magnitud conforme a los criterios de Cohen. Para contrastar las hipótesis se realizaron análisis de regresión lineal simple y múltiple mediante el método Enter a un nivel de significación bilateral de $\alpha = .05$. La adecuación de los modelos se evaluó con el estadístico Durbin-Watson, los índices de tolerancia y el factor de inflación de la varianza para examinar la posible presencia de multicolinealidad entre las variables predictoras del modelo de regresión múltiple.

La normalidad y homocedasticidad de los residuos se verificaron mediante histogramas y gráficos de probabilidad normal, con el fin de confirmar el cumplimiento de los supuestos requeridos para la aplicación de técnicas paramétricas. Los resultados se reportaron con coeficientes B, β , errores estándar, intervalos de confianza al 95 %, R^2 , R^2 ajustado, ΔR^2 , tamaño del efecto f^2 y pruebas F. La suficiencia del tamaño muestral se comprobó mediante un análisis de potencia con G*Power 3.1, para un tamaño del efecto medio ($f^2 = .15$), $\alpha = .05$ y potencia de .80

para un modelo de regresión múltiple. Los valores observados superaron con creces el tamaño mínimo requerido, lo cual garantizó una potencia estadística adecuada para el presente estudio.

RESULTADOS

A continuación, se presentan los resultados obtenidos en la investigación sobre la contribución del capital psicológico y la inflexibilidad psicológica en la sintomatología ansioso-depresiva de estudiantes universitarios ecuatorianos. El apartado incluye los estadísticos descriptivos de las tres variables evaluadas, las asociaciones bivariadas mediante correlaciones de Pearson, los modelos de regresión lineal simple para cada predictor por separado y el modelo de regresión lineal múltiple que incorpora ambas variables de forma conjunta como predictoras de la sintomatología ansioso-depresiva, con el propósito de determinar su contribución relativa dentro de un mismo marco analítico e identificar cuál de las dos variables posee un mayor peso explicativo

sobre el malestar emocional en la muestra de estudiantes universitarios ecuatorianos de las provincias de Loja y El Oro.

Respecto a las puntuaciones de las variables evaluadas, los datos de la Tabla 1 reflejan niveles moderados de capital psicológico y una inflexibilidad psicológica moderada-baja en los estudiantes universitarios participantes. La media del capital psicológico ($M = 54.40$) se ubica por encima del punto medio teórico del instrumento, lo cual sugiere una disponibilidad aceptable de recursos positivos en la muestra. La media de la inflexibilidad psicológica ($M = 25.91$) indica una tendencia moderada hacia la rigidez en la relación con las experiencias internas. Los valores de consistencia interna de los tres instrumentos superaron los umbrales recomendados en la literatura psicométrica, lo cual confirma la adecuación de las medidas empleadas en esta investigación para la evaluación de los constructos de interés en la población universitaria ecuatoriana.

Tabla 1. Estadísticos descriptivos y consistencia interna de las variables de estudio.

Variable	M	DE	Mín.	Máx.	α	ω
Capital psicológico	54.40	12.96	12	72	.93	.89
Inflexibilidad psicológica	25.91	11.29	7	49	.93	.91
Sintomatología ansioso-depresiva	4.60	3.13	0	12	.87	.85

Nota. $N = 470$. M = media; DE = desviación estándar; α = coeficiente alfa de Cronbach; ω = coeficiente omega de McDonald.

En cuanto a las asociaciones bivariadas, los resultados de la Tabla 2 indican que el capital psicológico se relacionó de forma negativa tanto con la inflexibilidad psicológica ($r = -.421$, $r^2 = .18$) como con la sintomatología ansioso-depresiva ($r = -.414$, $r^2 = .17$), con efectos de magnitud moderada conforme a los criterios de Cohen. La asociación de mayor intensidad correspondió a la relación entre inflexibilidad psicológica y sintomatología ansioso-

depresiva ($r = .686$, $r^2 = .47$), la cual alcanzó una magnitud fuerte y representó la mayor proporción de varianza compartida entre todos los pares de variables evaluados. Estos resultados confirman que la inflexibilidad psicológica constituye la variable con mayor poder asociativo sobre el malestar emocional en la muestra de universitarios ecuatorianos.

Tabla 2. Correlaciones de Pearson entre las variables de estudio.

Variable	1	2	3
1. Capital psicológico	—	-.421***(.18)	-.414***(.17)
2. Inflexibilidad psicológica		—	.686***(.47)
3. Sintomatología ansioso-depresiva			—

Nota. Entre paréntesis se presenta r^2 (varianza compartida). N = 470. *** $p < .001$.

El modelo de regresión lineal simple planteado para examinar la influencia del capital psicológico sobre la sintomatología ansioso-depresiva, que se muestra en la Tabla 3, resultó estadísticamente significativo, $F(1, 468) = 96.90$, $*p < .001$, indicando que el predictor explica una parte relevante de la variabilidad en los niveles de ansiedad y depresión en la muestra de universitarios ecuatorianos. En concreto, el coeficiente de determinación ($R^2 = .172$) señala que el capital psicológico explica el 17.2% de la varianza total del criterio. El coeficiente estandarizado ($\beta = -0.414$) revela una asociación negativa de magnitud considerable, mientras que el no estandarizado ($B = -0.10$) establece que, por cada unidad de incremento en el capital

psicológico, se espera una disminución de 0.10 puntos en la sintomatología. Este hallazgo es robusto, respaldado por el IC 95% $([-0.12, -0.08])$ y un valor $*t*$ de -9.84.

El tamaño del efecto, $f^2 = .208$, se clasifica como moderado según los criterios de Cohen, otorgando relevancia clínica y estadística a la relación inversa hallada. Dicho resultado refuerza la noción de que el capital psicológico, compuesto por autoeficacia, esperanza, optimismo y resiliencia, actúa como un recurso protector fundamental ante el malestar emocional en el contexto universitario, sugiriendo que las intervenciones focalizadas en fortalecer estas competencias podrían ser estratégicas para mitigar la depresión y ansiedad en esta población.

Tabla 3. Regresión lineal simple del capital psicológico sobre la sintomatología ansioso-depresiva.

Predictor	B	EE	β	t	p	IC 95%	f ²
Constante	10.04	0.57	—	17.68	< .001	[8.93, 11.16]	
Capital psicológico	-0.10	0.01	-0.414	-9.84	< .001	[-0.12, -0.08]	.208

Nota. R = .414, R² = .172, R² ajustado = .170, F(1, 468) = 96.90, p < .001. f² = .208 (efecto moderado).

En la Tabla 4 se evidencia que el modelo de regresión lineal simple, que plantea la inflexibilidad psicológica como predictora del capital psicológico, resultó altamente significativo, F(1, 468) = 100.60, *p* < .001, mostrando una capacidad explicativa moderada (R² = .177). Esto indica que un 17.7% de la varianza del capital psicológico es atribuible a los niveles de inflexibilidad en la muestra de universitarios ecuatorianos. El coeficiente estandarizado (β = -0.421) refleja una relación inversa de magnitud media, mientras que el no estandarizado (B = -0.48) especifica que, por cada punto de aumento en la inflexibilidad psicológica, caracterizada por evitación experiencial y fusión cognitiva, se produce un decremento de casi medio punto en el capital psicológico total. La precisión de esta estimación se respalda en un IC 95% que no cruza el cero ([-0.58, -0.39]) y un valor *t* de -10.03.

El tamaño del efecto, f² = .215, supera el umbral de .15 para un efecto moderado, otorgando solidez clínica y estadística al hallazgo. Dicho resultado adquiere especial relevancia teórica, pues sugiere que la rigidez psicológica erosiona directamente los recursos motivacionales y actitudinales que conforman el capital psicológico (autoeficacia, esperanza, resiliencia y optimismo). En el contexto universitario ecuatoriano, donde las exigencias académicas son elevadas, mayores niveles de inflexibilidad podrían desactivar los mecanismos de afrontamiento adaptativos, reduciendo así la capacidad de los estudiantes para mantener un bienestar psicológico óptimo. Este patrón inverso complementa los hallazgos previos (Tabla 3) y posiciona a la inflexibilidad como un factor de riesgo clave que, al anteceder al capital psicológico, podría ser un blanco prioritario en futuras intervenciones preventivas y terapéuticas.

Tabla 4. Regresión lineal simple de la inflexibilidad psicológica sobre el capital psicológico.

Predictor	B	EE	β	t	p	IC 95%	f ²
Constante	66.91	1.36	—	49.19	< .001	[64.24, 69.59]	
Inflexibilidad psicológica	-0.48	0.05	-0.421	-10.03	< .001	[-0.58, -0.39]	.215

Nota. Variable dependiente: capital psicológico. R = .421, R² = .177, R² ajustado = .175, F(1, 468) = 100.60, p < .001. f² = .215 (efecto moderado).

Con igual relevancia, el modelo de regresión lineal múltiple de la Tabla 5 que incorpora conjuntamente el capital psicológico y la inflexibilidad psicológica para predecir la sintomatología ansioso-depresiva presenta un ajuste altamente significativo, $F(2, 467) = 224.27$, $*p* < .001$. El coeficiente de determinación ($R^2 = .490$) indica que ambos predictores explican el 49% de la varianza total del criterio, lo que supone un incremento sustancial del 31.8% ($\Delta R^2 = .318$) respecto al modelo simple con capital psicológico de la Tabla 3. Los diagnósticos de colinealidad (Tolerancia = .823; VIF = 1.215) descartan

solapamiento entre los predictores, confirmando que cada uno aporta varianza única y fiable.

Atendiendo a los coeficientes estandarizados, la inflexibilidad psicológica emerge como el predictor dominante ($\beta = 0.622$, $*p* < .001$), con un efecto positivo y robusto ($B = 0.17$), mientras que el capital psicológico retiene un efecto protector significativo, pero considerablemente más atenuado ($\beta = -0.153$, $B = -0.04$). El tamaño del efecto global ($f^2 = .961$) se clasifica como grande según los criterios de Cohen, otorgando una relevancia clínica y estadística sobresaliente al modelo.

Tabla 5. Regresión lineal múltiple para predecir la sintomatología ansioso-depresiva.

Predictor	B	EE	β	t	p	IC 95%	f^2
Predictor	B	EE	β	t	p	IC 95%	f^2
Constante	2.14	0.64	—	3.33	.001	[0.88, 3.41]	
Capital psicológico	-0.04	0.01	-0.153	-4.19	< .001	[-0.05, -0.02]	
Inflexibilidad psicológica	0.17	0.01	0.622	17.07	< .001	[0.15, 0.19]	.961

Nota. $R = .700$, $R^2 = .490$, R^2 ajustado = .488, $\Delta R^2 = .318$, $F(2, 467) = 224.27$, $p < .001$, $f^2 = .961$ (efecto grande), Tolerancia = .823, VIF = 1.215.

En conjunto, estos hallazgos revelan que, aunque el capital psicológico amortigua el malestar emocional, es la inflexibilidad psicológica, caracterizada por la evitación experiencial y la fusión cognitiva, el factor que ejerce la influencia más decisiva y adversa sobre la sintomatología ansioso-depresiva en los universitarios

ecuatorianos. Este patrón sugiere que las intervenciones orientadas a reducir la rigidez psicológica podrían ser incluso más eficaces que aquellas centradas exclusivamente en potenciar recursos positivos para aliviar la depresión y la ansiedad en este contexto académico.

DISCUSIÓN

Los resultados del presente estudio muestran que el capital psicológico y la inflexibilidad psicológica contribuyen de forma diferencial a la explicación de la sintomatología ansioso-depresiva en estudiantes universitarios ecuatorianos. El modelo múltiple explicó el 49.0 % de la varianza, lo cual representa un porcentaje elevado de variabilidad explicada en comparación con estudios previos que analizaron estas variables de forma individual. La inflexibilidad psicológica emergió como el predictor de mayor peso ($\beta = .622$), con una contribución que superó con creces a la del capital psicológico ($\beta = -.153$). Este hallazgo coincide con la perspectiva teórica de Ong et al. (2024), quienes postulan que la rigidez en la relación con las experiencias internas constituye un factor de riesgo central para el malestar emocional en el contexto universitario.

Cabe destacar que la asociación negativa entre el capital psicológico y la sintomatología ansioso-depresiva ($r = -.414$) coincide con lo reportado por Liu et al. (2023) y Yang et al. (2024), quienes encontraron que el capital psicológico actúa como un factor protector frente a los síntomas depresivos en estudiantes universitarios chinos. De igual forma, Huang et al. (2023) y Fan et al. (2024), documentaron que mayores niveles de capital psicológico se asociaban con menores

niveles de depresión en estudiantes de medicina, lo cual refuerza la idea de que los recursos de esperanza, autoeficacia, resiliencia y optimismo constituyen un amortiguador relevante frente al malestar emocional en el contexto académico. Estos resultados resultan consistentes, además, con los hallazgos de Mao et al. (2024), quienes reportaron que el capital psicológico explicó de forma individual el 24.7% de la varianza de la sintomatología ansioso-depresiva.

En otro orden de análisis, la asociación positiva entre la inflexibilidad psicológica y la sintomatología ansioso-depresiva ($r = .686$) se sitúa en la línea de lo reportado por Mursalzade et al. (2025), quienes concluyeron, a partir de una revisión sistemática, que la inflexibilidad psicológica representa uno de los factores más asociados con peores resultados de salud mental en estudiantes de educación superior. Asimismo, los hallazgos concuerdan con lo señalado por Sarnola et al. (2026), quienes identificaron que la inflexibilidad psicológica predice de forma significativa la sintomatología ansiosa y depresiva en muestras universitarias. La magnitud de la asociación observada en el presente estudio supera los valores típicos reportados en la literatura, lo cual podría reflejar las particularidades del contexto ecuatoriano y la vulnerabilidad específica de la muestra evaluada.

A este aspecto se une el hallazgo de que la inflexibilidad psicológica se asoció de forma negativa con el capital psicológico ($r = -.421$, $R^2 = .177$), lo cual sugiere que ambos constructos, aunque procedentes de marcos teóricos distintos, mantienen una relación complementaria. Este resultado guarda similitud con lo documentado por Banda-Castro (2023), quienes observaron que el capital psicológico se relaciona con procesos de afrontamiento adaptativo en estudiantes universitarios. La dirección de esta asociación indica que los estudiantes con menores recursos psicológicos positivos tienden a presentar una mayor rigidez en su forma de relacionarse con las experiencias internas, lo cual podría potenciar el impacto negativo sobre el bienestar emocional en el contexto de la educación superior ecuatoriana, un hallazgo que adquiere mayor relevancia si se considera la escasez de estudios previos que integren ambos constructos en un mismo modelo analítico en esta población.

Por su parte, el hallazgo de que ambas variables explican de forma conjunta el 49.0 % de la varianza de la sintomatología ansioso-depresiva difiere de lo reportado por Castro Torres et al. (2025), quienes encontraron que variables de capital social explicaban proporciones menores de la varianza de síntomas depresivos en universitarios. Esta diferencia podría deberse a que el presente estudio incorporó una variable

de riesgo (inflexibilidad psicológica) junto con una variable protectora (capital psicológico), lo cual permite capturar una mayor proporción de la variabilidad del malestar emocional. La combinación de factores protectores y de riesgo en un mismo modelo analítico representa un aporte metodológico relevante frente a los estudios que analizan estas variables de forma aislada en la literatura sobre salud mental universitaria, pues ofrece una visión más completa y ecuánime de los factores que inciden en el bienestar emocional de los estudiantes de educación superior en contextos latinoamericanos.

De igual forma, el mayor peso explicativo de la inflexibilidad psicológica ($\beta = .622$) frente al capital psicológico ($\beta = -.153$) en el modelo múltiple coincide con lo señalado por Kämper et al. (2025), quienes demostraron que las intervenciones basadas en la Terapia de Aceptación y Compromiso, que tienen como objetivo central la reducción de la inflexibilidad, producen mejoras significativas en el bienestar psicológico de los estudiantes universitarios. La fuerza de esta asociación sugiere que la forma en que los estudiantes se relacionan con sus experiencias internas podría ejercer un efecto más determinante sobre el malestar emocional que la mera disponibilidad de recursos psicológicos positivos, incluso en poblaciones con niveles aceptables de capital psicológico como la muestra evaluada en este estudio. Esta

interpretación guarda coherencia con el modelo teórico de Hsu et al. (2023), quienes consideran a la flexibilidad psicológica como proceso central del ajuste emocional.

En cuanto a las implicaciones aplicadas, los resultados sustentan la conveniencia de diseñar intervenciones universitarias, que según Ferolino et al. (2026), aborden de forma conjunta el fortalecimiento del capital psicológico y la reducción de la inflexibilidad psicológica. Se coincide con Carlos-Tepo et al. (2025), en que el capital psicológico constituye un recurso psicosocial que permite atenuar el impacto del estrés sobre el malestar psicológico en estudiantes universitarios. No obstante, los hallazgos del presente estudio sugieren que las intervenciones centradas en potenciar recursos positivos podrían resultar insuficientes si no se aborda de forma paralela la rigidez psicológica que interfiere con la utilización efectiva de dichos recursos. Los programas de bienestar estudiantil podrían integrar componentes de ambas tradiciones teóricas para maximizar su efectividad preventiva en el contexto de la educación superior ecuatoriana.

Es importante señalar que la investigación sobre la inflexibilidad psicológica en contextos universitarios latinoamericanos ha ganado relevancia en los últimos años. Se coincide con Agurto Cortez et al. (2025), en que el capital psicológico fortalece la capacidad de las personas para enfrentar dificultades en contextos

académicos. Sin embargo, los presentes resultados aportan evidencia novedosa al demostrar que, incluso al controlar de forma estadística el efecto del capital psicológico, la inflexibilidad psicológica mantiene una contribución significativa y de mayor magnitud sobre la sintomatología ansioso-depresiva. Este patrón sugiere que las estrategias preventivas en el ámbito universitario ecuatoriano deberían priorizar el desarrollo de la flexibilidad psicológica como componente central de sus programas de salud mental estudiantil, como sugieren Öztekin et al. (2025).

Los resultados del presente estudio deben interpretarse a la luz de varias limitaciones, el diseño transversal impide establecer relaciones causales entre las variables evaluadas, ya que los análisis de regresión permiten estimar capacidad predictiva estadística, pero no determinan direccionalidad causal. Por otra parte, el empleo de un muestreo no probabilístico por conveniencia limita la generalización de los hallazgos a la población universitaria ecuatoriana en su conjunto. Asimismo, el modelo analítico no incorporó variables sociodemográficas como covariables de control, lo cual podría haber influido en las estimaciones obtenidas. Por último, el uso de una medida global de sintomatología ansioso-depresiva impidió examinar de forma diferenciada las contribuciones específicas a los síntomas de ansiedad y de depresión por separado.

Futuras investigaciones podrían abordar estas limitaciones mediante diseños longitudinales que permitan examinar las relaciones temporales entre las variables evaluadas y determinar si los cambios en la inflexibilidad psicológica predicen cambios posteriores en la sintomatología emocional. Sería conveniente ampliar la muestra a estudiantes de otras regiones del Ecuador y de países vecinos para evaluar la estabilidad de los hallazgos en diferentes contextos latinoamericanos.

También se recomienda incluir variables sociodemográficas y académicas como covariables en modelos de regresión más complejos que permitan controlar el efecto de factores contextuales sobre el malestar emocional. Asimismo, el empleo de medidas separadas para ansiedad y depresión permitiría analizar si los patrones de asociación difieren según el tipo de sintomatología. Por último, se sugiere el diseño de estudios experimentales que evalúen la eficacia de intervenciones integradoras que combinen el fortalecimiento del capital psicológico con estrategias de la Terapia de Aceptación y Compromiso para la reducción de la inflexibilidad psicológica en universitarios ecuatorianos.

CONCLUSIONES

El capital psicológico y la inflexibilidad psicológica constituyen variables complementarias para la comprensión de la sintomatología

ansioso-depresiva en estudiantes universitarios ecuatorianos. El capital psicológico actúa como un recurso protector que se asocia con menores niveles de malestar emocional, mientras que la inflexibilidad psicológica emerge como el factor de mayor peso explicativo y de vulnerabilidad. Ambos constructos, integrados en un modelo de regresión múltiple, explicaron una proporción sustancial de la varianza de la sintomatología ansioso-depresiva ($R^2 = .490$), lo cual respalda la pertinencia de adoptar perspectivas teóricas integradoras para el estudio de la salud mental universitaria en el contexto ecuatoriano. La mayor contribución de la inflexibilidad psicológica señala la necesidad de priorizar este constructo en las intervenciones preventivas dirigidas a esta población.

Desde una perspectiva teórica, la dinámica observada entre las variables estudiadas sustenta una comprensión integral del bienestar emocional en el contexto académico, al reunir en un mismo marco explicativo los aportes de la Psicología Positiva y de la Terapia de Aceptación y Compromiso. Los resultados indican que el bienestar psicológico depende no solo de la presencia de recursos personales positivos, sino también de la capacidad para responder de forma flexible ante pensamientos, emociones y experiencias internas difíciles. La mayor contribución relativa de la inflexibilidad psicológica sugiere que el trabajo terapéutico orientado a la

aceptación y la flexibilidad cognitiva podría tener un impacto más inmediato sobre el malestar emocional que las intervenciones centradas de forma exclusiva en el fortalecimiento de recursos positivos.

Desde una perspectiva aplicada, los análisis realizados fundamentan la implementación de estrategias universitarias orientadas a potenciar el capital psicológico y, de forma prioritaria, promover la flexibilidad psicológica como recursos protectores frente al malestar emocional. Este enfoque integral podría contribuir a la prevención de la ansiedad y la depresión y a la promoción del bienestar en estudiantes universitarios ecuatorianos. El estudio aporta evidencia empírica original en población ecuatoriana y proporciona una base sólida para futuras investigaciones que examinen mecanismos explicativos más complejos mediante diseños longitudinales y modelos de mediación o moderación en el contexto de la educación superior latinoamericana, con el propósito de profundizar en la comprensión de las relaciones entre estos constructos y su impacto diferencial sobre la salud mental de la población estudiantil ecuatoriana.

CONFLICTO DE INTERESES: Las autoras declaran que no existe conflicto de interés para la publicación del presente artículo científico.

REFERENCIAS

- Agurto Cortez, M. B., Barrera Gálvez, C. E., Troya Palomino, D., & Cruzado Vásquez, E. (2025). Relación entre el capital psicológico y engagement: Caso de una institución educativa de nivel básico en el nororiente peruano. *Revista San Gregorio*, 1(62), 30–39. <https://doi.org/10.36097/rsan.v1i62.3559>
- Aveiro-Róbalo, T. R., Garlisi-Torales, L. D., Nati-Castillo, H. A., Valeriano-Paucar, J. R., García-Arévalo, C. M., Ayala-Servín, N., Flores-Enriquez, J. F., Rios-González, C. M., & Rodríguez-Morales, A. J. (2023). Ansiedad y depresión en estudiantes de medicina de Latinoamérica durante la pandemia del COVID-19. *Revista de Salud Pública del Paraguay*, 13(1), 40–45. <https://doi.org/10.18004/rspp.2023.abril.06>
- Banda-Castro, A. L. (2023). Capital psicológico que influye a la motivación intrínseca de universitarios del noroeste de México. Interdisciplinaria. *Revista de Psicología y Ciencias Afines*, 40(2), 169–180. <https://doi.org/10.16888/interd.2023.40.2.10>
- Carlos-Tepo, L. D., Gómez-Larrea, X. V., Núñez-Sandoval, M. G., & Guerrero-Alcedo, J. M. (2025). Estrés y rendimiento académico: rol mediador del capital psicológico en estudiantes universitarios del Perú. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 43(1), 1–15. <https://doi.org/10.12804/revistas.urosario.edu.co/apl/a.13524>
- Castro Torres, M. E., Vargas-Piérola, P. M., Layme Mamani, A. M., Murillo Toro, A. K., Ribera Domínguez, A., & Pinto, C. F. (2025). Effects of social capital on depression in university students. *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education*, 15(5), 83. <https://doi.org/10.3390/ejihpe15050083>

- De Souza-Martins, M., & Figueroa-Ángel, M. X. (2023). Factores psicológicos de los estudiantes universitarios y calidad de vida: Una revisión sistemática prepandemia. *Interdisciplinaria*, 40(1), 25–41. <https://doi.org/10.16888/interd.2023.40.1.2>
- Fan, J., Chang, Y., Li, L., Jiang, N., Qu, Z., Zhang, J., Li, M., Liang, B., & Qu, D. (2024). The relationship between medical staff burnout and subjective wellbeing: The chain mediating role of psychological capital and perceived social support. *Frontiers in Public Health*, 12, 1408006. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2024.1408006>
- Fernandes, M. da S. V., Mendonça, C. R., da Silva, T. M. V., Noll, P. R. e S., de Abreu, L. C., & Noll, M. (2023). Relationship between depression and quality of life among students: A systematic review and meta-analysis. *Scientific Reports*, 13(1), 6715. <https://doi.org/10.1038/s41598-023-33584-3>
- Ferolino, A. J. P., Villamero, D. M. B., & Espinosa, M. A. S. (2026). *An evaluation of an experiential-based psychological capital intervention to enhance perceived future employability among final-year university students. Industry and Higher Education*. <https://doi.org/10.1177/09504222261417789>
- Gómez Borges, A., Peñalver, J., Martínez, I. M., & Salanova, M. (2023). Academic engagement in university students. The mediator role of Psychological Capital as personal resource. *Educación XX1*, 26(2), 51–70. <https://doi.org/10.5944/educxx1.35847>
- Hsu, T., Adamowicz, J. L., & Thomas, E. B. K. (2023). The effect of acceptance and commitment therapy on the psychological flexibility and inflexibility of undergraduate students: A systematic review and three-level meta-analysis. *Journal of Contextual Behavioral Science*, 30, 169–180. <https://doi.org/10.1016/j.jcbs.2023.10.006>
- Huang, Y., Lin, X., Yang, J., Bai, H., Tang, P., & Yuan, G. F. (2023). Association between psychological capital and depressive symptoms during COVID-19: The mediating role of perceived social support and the moderating effect of employment pressure. *Frontiers in Public Health*, 11, 1036172. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.1036172>
- Kämper, E., Katajavuori, N., & Asikainen, H. (2025). Effects of an ACT-based online intervention on university students' psychological flexibility, well-being and study skills. *Journal of University Teaching & Learning Practice*, 22(2), Article pgspe36. <https://doi.org/10.53761/pgspe36>
- Li, Z., Shang, W., Wang, C., Yang, K., & Guo, J. (2022). Characteristics and trends in acceptance and commitment therapy research: A bibliometric analysis. *Frontiers in Psychology*, 13, 980848. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.980848>
- Liu, Y., Yu, H., Shi, Y., & Ma, C. (2023). The effect of perceived stress on depression in college students: The role of emotion regulation and positive psychological capital. *Frontiers in Psychology*, 14, 1110798. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1110798>
- Mao, W., Shalaby, R., Agyapong, B., Obuobi-Donkor, G., Da Luz Dias, R., & Agyapong, V. I. O. (2024). Devastating wildfires and mental health: Major depressive disorder prevalence and associated factors among residents in Alberta and Nova Scotia, Canada. *Behavioral Sciences*, 14(3), 209. <https://doi.org/10.3390/bs14030209>
- Mena-Freire, M., Ruíz-Olarte, A., & Moreta-Herrera, R. (2023). Subjective Well-being and Mental Health in College Students from Ecuador. Latent Relationship Analysis with SEM. *Actualidades en Psicología*, 37(135), 55–68. <https://doi.org/10.15517/ap.v37i135.53576>
- Mursalzade, G., Escriche-Martínez, S., Valdivia-Salas, S., Jiménez, T. I., & López-Crespo, G. (2025). Factors associated with psychological flexibility in higher education students: A systematic review. *Sustainability*, 17(12), 5557. <https://doi.org/10.3390/su17125557>
- Ong, C. W., Barthel, A. L., & Hofmann, S. G. (2024). The relationship between psychological inflexibility and well-being in adults: A meta-analysis of the Acceptance and Action Questionnaire. *Behavior Therapy*, 55(1), 26–41. <https://doi.org/10.1016/j.beth.2023.05.007>

- Ooi, P. B., Khor, K. S., Tan, C. C., & Ong, D. L. T. (2022). Depression, anxiety, stress, and satisfaction with life: Moderating role of interpersonal needs among university students. *Frontiers in Public Health*, 10, 958884. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.958884>
- Öztekin, G. G., Gómez-Salgado, J., & Yıldırım, M. (2025). Future anxiety, depression and stress among undergraduate students: Psychological flexibility and emotion regulation as mediators. *Frontiers in Psychology*, 16, 1517441. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1517441>
- Piscocoya-Tenorio, J. L., Heredia-Rioja, W. V., Morocho-Alburqueque, N., Zeña-Ñañez, S., Hernández-Yépez, P. J., Díaz-Vélez, C., Failoc-Rojas, V. E., & Valladares-Garrido, M. J. (2023). Prevalence and factors associated with anxiety and depression in Peruvian medical students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(4), 2907. <https://doi.org/10.3390/ijerph20042907>
- Quinde, L., López-Guerra, V., & Guevara-Mora, S. (2026). Psychological capital and mental health in Ecuadorian university students: The mediating role of negative stress. *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education*, 16(6), 76. <https://doi.org/10.3390/ejihpe16060076>
- Ramírez-Pérez, M. A. (2022). The relationship between academic psychological capital and academic coping stress among university students. *Terapia Psicológica*, 40(2), 279–305. <https://doi.org/10.4067/S0718-48082022000200279>
- Sarnola, K. M., Väliälo, H., Kraav, S.-L., Therman, S., Kurkinen, K., Ruuska, S.-M., Kekkonen, V., Kivimäki, P., Lehto, S. M., & Tolmunen, T. (2026). The change in trait resilience predicts the alleviation of transdiagnostic depressive symptoms in outpatient adolescents: The mediating role of the change in psychological inflexibility/experiential avoidance. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 33(2), e70268. <https://doi.org/10.1002/cpp.70268>
- Vaca-Gallegos, S. L., Peñaherrera-Aguirre, M., Batallas, D., Paladines-Costa, B. M., López-Núñez, C., & Ruisoto, P. (2025). Alone and under pressure: The transdiagnostic role of loneliness, stress, and psychological inflexibility in university students. *Frontiers in Public Health*, 13, 1642529. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2025.1642529>
- Wang, J., Fang, S., Yang, C., Tang, X., Zhu, L. & Nie, Y. (2023). The relationship between psychological flexibility and depression, anxiety and stress: A latent profile analysis. *Psychology research and Behavior Management*, 16, 997-1007. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S400757>
- Yang, D., Zheng, W., Li, N., Wang, X., Chen, W., Liu, Z., Fang, J., Wen, H., Feng, X., Heng, C., Zhang, Q., Wang, M., & Yan, Y. (2024). The mediating role of psychological capital on the relationship between perceived stress and self-directed learning ability in nursing students. *BMC Nursing*, 23(1), 404. <https://doi.org/10.1186/s12912-024-02094-6>
- Yao, X., Chan, K. L., Chen, S., & Gao, S. (2024). Associations between psychological flexibility and mental health problems during the COVID-19 pandemic: A three-level meta-analytic review. *Current Psychology*, 43(26), 22734–22753. <https://doi.org/10.1007/s12144-024-05628-y>
- Zhang, Z. (2026). Psychological capital and mental health among Chinese university students: A systematic review and meta-analysis. *BMC Psychology*, 14(1), 207. <https://doi.org/10.1186/s40359-025-03929-w>
- Zhang, Z., Leong Bin Abdullah, M. F. I., Shari, N. I., & Lu, P. (2022). Acceptance and commitment therapy versus mindfulness-based stress reduction for newly diagnosed head and neck cancer patients: A randomized controlled trial assessing efficacy for positive psychology, depression, anxiety, and quality of life. *PLOS ONE*, 17(5), e0267887. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0267887>