

<https://doi.org/10.69639/arandu.v11i2.537>

Perfeccionismo y autoestima en estudiantes universitarios

Perfectionism and self-esteem in university students

Wilmer Stalin Molina Montaluisa

wmolina4349@uta.edu.ec

<https://orcid.org/0009-0005-1672-696X>

Universidad Técnica de Ambato
Ambato – Ecuador

Lenin Fabián Saltos Salazar

lf.saltos@uta.edu.ec

<https://orcid.org/0000-0001-9628-8106>

Universidad Técnica de Ambato
Ambato – Ecuador

Artículo recibido: 20 noviembre 2024 - Aceptado para publicación: 26 diciembre 2024
Conflictos de intereses: Ninguno que declarar

RESUMEN

El perfeccionismo se caracteriza por la imposición de estándares extremadamente altos y poco realistas sobre el propio desempeño, acompañado de un miedo persistente a cometer errores. Esta característica puede impactar significativamente diversos aspectos de la vida del individuo, siendo la autoestima uno de los más afectados. El objetivo de la investigación fue determinar la correlación entre el perfeccionismo y la autoestima en estudiantes universitarios. Se implementó un enfoque cuantitativo con un diseño no experimental, de corte transversal y alcance descriptivo-correlacional. Las variables se evaluaron mediante dos instrumentos: la Escala Multidimensional de Perfeccionismo (MPS) y la Escala de Autoestima de Rosenberg. Los resultados mostraron una correlación positiva entre el perfeccionismo adaptativo y la autoestima, mientras que el perfeccionismo desadaptativo presentó una correlación negativa respecto a la autoestima. Además, se evidenció que el perfeccionismo desadaptativo dominaba en la muestra, así como la autoestima elevada. Finalmente, no se encontraron diferencias significativas en la autoestima con respecto al sexo.

Palabras clave: autoestima, estudiantes universitarios, perfeccionismo

ABSTRACT

Perfectionism is characterized by the imposition of extremely high and unrealistic standards on one's own performance, accompanied by a persistent fear of making mistakes. This characteristic can significantly impact various aspects of the individual's life, with self-esteem being one of the most affected. For this reason, the objective of the research was to determine the correlation

between perfectionism and self-esteem in university students. A quantitative approach was implemented with a non-experimental, cross-sectional, descriptive-correlational design. The variables were assessed using two instruments: the Multidimensional Perfectionism Scale (MPS) and the Rosenberg Self-Esteem Scale. The results showed a positive correlation between adaptive perfectionism and self-esteem, while maladaptive perfectionism presented a negative correlation with respect to self-esteem. In addition, it was evident that maladaptive perfectionism was dominant in the sample, as well as high self-esteem. Finally, no significant differences were found in self-esteem with respect to sex.

Keywords: self-esteem, college student, perfectionism

Todo el contenido de la Revista Científica Internacional Arandu UTIC publicado en este sitio está disponible bajo licencia Creative Commons Attribution 4.0 International. 

INTRODUCCIÓN

El perfeccionismo se define como el planteamiento de estándares personales excesivamente altos y la preocupación por los errores (Frost et al., 1990). Según Burns (1980), también implica la fijación de metas inalcanzables y la autovaloración en función de la productividad y el logro.

Frost et al. (1993) indican que el perfeccionismo se manifiesta en dos formas: el perfeccionismo adaptativo, caracterizado por estándares personales, organización, perfeccionismo orientado al yo y hacia los demás; y el perfeccionismo desadaptativo, constituido por la preocupación por los errores, críticas de los padres, expectativas de los padres, dudas sobre las acciones y perfeccionismo socialmente prescrito.

Partiendo de esta clasificación, hoy en día se considera que el perfeccionismo puede ser positivo (adaptativo y saludable) o negativo (desadaptativo y perjudicial) (Ben-Shahar, 2011). Dado que el perfeccionismo puede comprender tanto aspectos adaptativos como desadaptativos, resulta esencial distinguir entre la búsqueda saludable de excelencia y el perfeccionismo patológico, que afecta negativamente al bienestar del individuo (Frost et al., 1990; Burns, 1980).

Para Burns (1980), el perfeccionismo inadaptado surge cuando el sujeto es muy crítico consigo mismo y no se satisfacen sus demandas personales, generando resultados contraproducentes, como una baja productividad, deterioro en la salud mental, dificultades en las relaciones personales y en la autoestima. Según Rosenberg (1965) la autoestima es una disposición favorable hacia la propia persona, determinada por medio de parámetros distintos para cada individuo.

Así mismo, Pérez Villalobos (2019) menciona que la autoestima es un estado mental en el que la persona se percibe competente, capaz y merecedora de bienestar, viéndose afectada o configurada por una serie de situaciones únicas. Este estado se puede clasificar en tres niveles: elevada, media, baja; además, una autoestima baja puede tener como resultado el perfeccionismo.

El perfeccionismo, de manera positiva, puede ser atribuido como una cualidad relacionada con la obtención de logros académicos, cumplimiento de objetivos, organización y disciplina (Reivan-Ortiz et al., 2021), por el contrario, de forma negativa, se lo podría ligar con trastornos mentales como el alcoholismo, anorexia, disfunción eréctil, trastorno obsesivo-compulsivo de la personalidad, suicidio, depresión, etc.; y afectaciones físicas como el síndrome del intestino irritable, dolor abdominal, colitis ulcerosa, migrañas, etc. (Frost et al., 1990). Igualmente, la autoestima podría ser un predictor de trastornos psicológicos como la ansiedad, depresión, trastornos alimentarios, insomnio y suicidio (Pérez Villalobos, 2019).

Un estudio realizado en Pakistán con 320 estudiantes universitarios reveló que el 66.9% de las mujeres y el 66.3% de los hombres eran perfeccionistas inadaptados (Rafaqat et al., 2022); mientras que, un análisis del Reino Unido con una población estudiantil de 434 individuos, halló

que el perfeccionismo desadaptativo y la baja autoestima predisponen al sujeto a la depresión y ansiedad (Doyle & Catling, 2022).

Con respecto al contexto americano, en una investigación australiana con 514 participantes, ha encontrado que un elevado perfeccionismo clínico tiende a estar asociado con una baja autoestima (Duncan-Plummer et al., 2023). Una mirada más cercana a Latinoamérica revela que el perfeccionismo desadaptativo repercute negativamente en la autoestima, como se evidenció en un estudio argentino con 341 estudiantes universitarios (Helguera & Oros, 2018).

Investigaciones recientes han demostrado que el perfeccionismo desadaptativo predice un aumento en los niveles de ansiedad (Xiong et al., 2024), síntomas depresivos (Liu et al., 2024) y procrastinación académica (Huang et al., 2023; Sepiadou & Metallidou, 2023), además de estar relacionado con el fenómeno del impostor (Brennan-Wydra et al., 2021); por el contrario, el perfeccionismo positivo ha sido vinculado con una mejor salud mental y bajo consumo de alcohol (Nelsen et al., 2023). Asimismo, se ha hallado que el perfeccionismo, en general, se relaciona positivamente con el estrés académico (Gil et al., 2023), tendencia a la autolesión (Fatima et al., 2023), ideación suicida (Fernández-García et al., 2023) y trastornos alimentarios (Asl et al., 2022).

Con respecto a la autoestima, estudios actuales evidencian que esta mantiene una estrecha relación con la depresión (Sakellari et al., 2020), soledad (Bachi & Kadhim, 2021), satisfacción con la vida (Kacayi et al., 2020), mindfulness (Awad et al., 2022), autoeficacia académica (Cao & Liu, 2024), síndrome del impostor (El-Setouhy et al., 2024), comportamiento de los trastornos alimentarios (Gao et al., 2024), riesgo suicida e inteligencia emocional (Tabares et al., 2020), burnout académico (Mora et al., 2020) y ansiedad estado-rasgo (Rodrich, 2020).

El presente estudio tiene como finalidad determinar la relación entre el perfeccionismo y la autoestima en estudiantes universitarios, evaluar ambas variables de manera independiente, y comparar las medias de autoestima según el sexo.

Esta investigación cobra relevancia debido a la estrecha relación que mantiene esta temática con trastornos clínicos como la depresión, ansiedad, fobia social, trastornos de conducta alimentaria, insomnio y suicidio. Además, el Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales (DSM) incluye el perfeccionismo como segundo criterio diagnóstico para el trastorno obsesivo-compulsivo de la personalidad (Reivan-Ortiz et al., 2021; Pérez Villalobos, 2019).

MATERIALES Y MÉTODOS

Diseño de investigación

Se utilizó un enfoque cuantitativo, caracterizado por la recolección de datos y análisis estadísticos para probar hipótesis; con un diseño no experimental, el cual consiste en observar y analizar los fenómenos en su contexto natural, sin manipular las variables; de corte transversal con alcance descriptivo-correlacional, que busca especificar las propiedades y características de

conceptos o fenómenos en un contexto determinado, además de medir y relacionar las variables en términos estadísticos (Hernández-Sampieri & Mendoza, 2018).

Población

Mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia, se seleccionaron 250 estudiantes universitarios (188 hombres y 62 mujeres), tomando en cuenta los siguientes criterios de inclusión: estar legalmente matriculado, tener 18 años o más y aceptar el consentimiento informado; excluyendo aquellos individuos que presentaran algún trastorno psicológico o psiquiátrico grave.

Instrumentos

El perfeccionismo se evaluó mediante la Escala Multidimensional del Perfeccionismo (MPS) en su versión ecuatoriana, adaptada por Reivan-Ortiz et al. (2021) del instrumento original de Frost et al. (1990). La escala consta de 35 ítems valorados en formato Likert, desde 1 “totalmente en desacuerdo” hasta 5 “totalmente de acuerdo”. El instrumento evalúa seis subescalas: exigencias personales, organización, preocupación por los errores, críticas paternas, dudas sobre las acciones y expectativas paternas. La interpretación puede llevarse a cabo al sumar la totalidad de sus ítems o con la suma de cada subescala. (Reivan-Ortiz et al., 2021).

Estas subescalas se agrupan en dos dimensiones: el perfeccionismo adaptativo (exigencias personales y organización) y el perfeccionismo desadaptativo (las cuatro subescalas restantes) (Frost et al., 1993). La consistencia del cuestionario es adecuada, con un alfa de Cronbach de 0,90 en su versión original (Frost et al., 1990) y de 0,87 en la adaptación ecuatoriana (Reivan-Ortiz et al., 2021).

Por otra parte, la autoestima fue medida con la Escala de Autoestima de Rosenberg, elaborada por Rosenberg (1965). Está compuesta por 10 enunciados, divididos en afirmaciones positivas y negativas de manera equilibrada. Las opciones de respuestas están presentadas en una escala Likert del 1 “muy en desacuerdo” al 4 “muy de acuerdo”. Para determinar el nivel de autoestima hay que tener en cuenta los siguientes rangos: 40 a 30, elevada; 29 a 26, media; menos de 25, baja. Con respecto a la consistencia interna, presenta un alfa de Cronbach de 0,837 en el contexto ecuatoriano (Bueno-Pacheco et al., 2020).

Procedimiento

Para iniciar el estudio, se solicitó la aprobación del protocolo de investigación por parte del Comité de Ética de la Investigación en Seres Humanos de la Universidad Técnica de Ambato. Posteriormente, se obtuvo la autorización a cargo del Decanato de la Facultad de Ciencias de la Salud para ejecutar el trabajo de titulación. Por último, se procedió con la firma de la carta de compromiso en la facultad electa para la investigación.

Con todos los requisitos mencionados en regla, se recopilaron los datos por medio de las escalas digitalizadas, en un solo formulario de Google, que contenía el consentimiento informado y los instrumentos de evaluación. La aplicación tuvo lugar en las aulas de clase, donde se comenzó

mencionando el tema, los objetivos de la investigación y la confiabilidad de los datos, para luego compartir el link del Google Forms a todo el grupo.

Los datos obtenidos se tabularon en una hoja de Excel para luego analizarlos estadísticamente en el programa Jamovi 2.6.2.0. Se comenzó verificando la normalidad de las variables con la prueba de Shapiro-Wilk, que arrojó incumplimiento en el criterio de normalidad, por lo cual, fue necesaria la prueba de Spearman para determinar la correlación entre las variables. Finalmente, para cumplir con los objetivos específicos, se utilizaron pruebas estadísticas descriptivas, la tabla de frecuencia y la U de Mann-Whitney.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Se presentan los resultados obtenidos después de la aplicación de los instrumentos y análisis de los datos, de acuerdo con los objetivos propuestos.

Correlación de las variables, perfeccionismo y autoestima

En la tabla 1 se presenta el análisis de la normalidad de las variables

Tabla 1

Prueba de normalidad

	Perfeccionismo Adaptativo	Perfeccionismo Desadaptativo	Autoestima
N	250	250	250
W de Shapiro-Wilk	0.977	0.993	0.979
Valor p de Shapiro-Wilk	<.001	0.289	<.001

Nota: extraído del programa Jamovi 2.6.2.0.

La prueba de normalidad de Shapiro-Wilk reveló que las puntuaciones de perfeccionismo adaptativo y autoestima no seguían una distribución normal. En contraste, las puntuaciones de perfeccionismo desadaptativo sí cumplían con el criterio de normalidad.

Debido a la ausencia de normalidad en las puntuaciones mencionadas, se optó por aplicar la prueba de correlación Rho de Spearman, cuyos resultados se presentan en la tabla 2.

Tabla 2

Correlación de perfeccionismo y autoestima

	Perfeccionismo Adaptativo	Perfeccionismo Desadaptativo
Autoestima Rho de Spearman	0.329	-0.469
gl	248	248
valor p	<.001	<.001

Nota: extraído del programa Jamovi 2.6.2.0.

De acuerdo a la aplicación de la prueba Rho de Spearman se halló una correlación positiva baja entre perfeccionismo adaptativo y autoestima (Rho (248) = 0.329, $p < .001$); mientras que

entre perfeccionismo desadaptativo y autoestima se evidenció una correlación negativa moderada (Rho (248) = -0.469, $p < .001$)

Análisis de resultados de la variable perfeccionismo

En la tabla 3 se presentan los resultados de la variable perfeccionismo

Tabla 3

Perfeccionismo

Perfeccionismo	Frecuencias	% del Total
Adaptativo	43	17.2%
Desadaptativo	207	82.8%

Nota: extraído del programa Jamovi 2.6.2.0.

De los 250 participantes, el 17.2% presenta perfeccionismo adaptativo y el 82.8%, desadaptativo.

Niveles de autoestima

A continuación, en la tabla 4 se encuentran los resultados de los niveles de autoestima

Tabla 4

Niveles de autoestima

Nivel Autoestima	Frecuencias	% del Total
Elevada	113	45.2%
Media	64	25.6%
Baja	73	29.2%

Nota: extraído del programa Jamovi 2.6.2.0.

Del total de evaluados, el 45.2% tiene autoestima elevada, el 25.6% autoestima media y el 29.2% autoestima baja.

Análisis de comparación de la autoestima según el sexo

En la tabla 5, se presenta la prueba de normalidad para la variable autoestima.

Tabla 5

Prueba de normalidad Shapiro-Wilk

	W	P
Autoestima	0.984	0.008

Nota. Un valor p bajo sugiere una violación del supuesto de normalidad

Nota: extraído del programa Jamovi 2.6.2.0.

Los resultados arrojaron incumplimiento en el criterio de normalidad, por lo cual, se calculó la media y utilizó la prueba T para muestras independientes U de Mann-Whitney, resultados que se presentan en las tablas 6 y 7, en ese orden.

Tabla 6*Comparación de la autoestima en hombres y mujeres*

	Grupo	N	Media
Autoestima	Hombre	188	29.1
	Mujer	62	27.6

Nota: extraído del programa Jamovi 2.6.2.0.

Tabla 7*Prueba T para muestras independientes U de Mann-Whitney*

		Estadístico	p
Autoestima	U de Mann-Whitney	5232	0.227

Nota: extraído del programa Jamovi 2.6.2.0.

Por medio de la aplicación de la prueba para muestras independientes U de Mann-Whitney, se encontró que no existen diferencias estadísticamente significativas entre las medias de puntuación entre hombres $M=29.1$ y mujeres $M=27.6$ ($U= 5232$, $p= 0.227$).

DISCUSIÓN

Los resultados del presente estudio muestran la existencia de una correlación positiva entre el perfeccionismo adaptativo y la autoestima, mientras que, el perfeccionismo desadaptativo está negativamente correlacionado con la autoestima en estudiantes universitarios. En otras palabras, un aumento en el perfeccionismo adaptativo está asociado con un incremento en la autoestima; por el contrario, un mayor perfeccionismo desadaptativo se relaciona con la disminución de la misma. Estos hallazgos concuerdan con investigaciones anteriores, como las de Aydemir y Bayram Arlı (2020) y Taylor et al. (2016), quienes llegaron a conclusiones similares. Ambos trabajos hallaron una asociación positiva entre el perfeccionismo adaptativo y la autoestima, mientras que el perfeccionismo desadaptativo mostró un impacto negativo sobre esta última.

Con respecto a las dimensiones de perfeccionismo, se observa un predominio del perfeccionismo desadaptativo con el 82.8% en los estudiantes. Según Stoeber et al. (2020) podrían experimentar un patrón de pensamiento y comportamiento caracterizado por una excesiva autocrítica y altos estándares personales, distinguiéndose por una intensa preocupación por cometer errores, acompañada de miedo a ser juzgado por otros si no se alcanza la “perfección”. Además, suelen percibir una brecha significativa entre sus expectativas idealizadas y su desempeño real, generando constante insatisfacción. Suelen reaccionar de manera desproporcionada ante un indicio de imperfección en sus resultados, lo cual impacta negativamente en su bienestar.

Por otro lado, para los mismos autores, el perfeccionismo adaptativo, también implica la búsqueda de excelencia y el establecimiento de estándares de rendimiento altos, pero orienta a

resultados positivos, dado que, este enfoque fomenta el crecimiento personal sin caer en la autocrítica destructiva, por ende, se centra en los estándares personales propios.

Los resultados obtenidos son semejantes a los del estudio de Al Kakoun et al. (2024), quienes, en condiciones similares, encontraron una prevalencia del perfeccionismo desadaptativo con el 68.5%, aunque utilizando un instrumento diferente: la Almost Perfect Scale Revised (APS-R). Cabe destacar que la inclusión de dicho estudio en la presente investigación, responde a la escasez de literatura científica reciente que emplee la misma escala en población universitaria. Estos cuestionarios comparten similitudes en la medición de las dimensiones adaptativas y desadaptativas del perfeccionismo, por lo que, permiten obtener una comprensión más integral del constructo en este grupo poblacional.

El análisis de los niveles de autoestima reveló una predominancia de la autoestima elevada (45.2%), seguida por la baja (29.2%) y, en menor medida, la media (25.6%). Orth et al. (2012) mencionan que los estudiantes con alta autoestima muestran una perspectiva positiva y mejor rendimiento, mientras que aquellos con baja autoestima presentan inseguridad y críticas autodestructivas. Los individuos con autoestima moderada exhiben características mixtas de ambos grupos.

Estos hallazgos son parcialmente consistentes con el estudio de Zapata et al. (2024), que, en condiciones similares, reportan una prevalencia de la autoestima elevada (50.98%); sin embargo, en su caso, la autoestima media (40.78%) fue más frecuente que la baja (8.24%). La discrepancia podría deberse a las diferencias en las características de la muestra, dado que, esta investigación se centra en un contexto específico de estudiantes universitarios, lo que podría influir en los niveles de autoestima observados.

El análisis comparativo de la autoestima entre sexos reveló que no existen diferencias estadísticamente significativas entre hombres y mujeres. Estos resultados concuerdan con lo documentado por Singhal y Prakash (2020), quienes sugieren que esto podría deberse a la evolución de los estereotipos de género, considerando que las transformaciones sociales han promovido una mayor equidad en las expectativas y oportunidades, lo que podría influir positivamente en la percepción de autoestima de ambos sexos.

CONCLUSIONES

Según los resultados, existe una correlación positiva baja entre perfeccionismo adaptativo y autoestima, lo que sugiere que un aumento en el perfeccionismo adaptativo se asocia ligeramente con un incremento en la autoestima. En contraste, se identificó una correlación negativa moderada con el perfeccionismo desadaptativo, indicando que a medida que este aumenta, la autoestima tiende a disminuir de una manera más notable.

En la muestra predominó el perfeccionismo desadaptativo y la autoestima elevada, por lo cual se presume que, si bien la mayoría de los estudiantes universitarios tienen una disposición

favorable hacia sí mismos, aquellos con un perfeccionismo desadaptativo pueden ser más propensos a experimentar baja autoestima, lo cual podría afectar su bienestar.

Por otro lado, se evidenció que no existen diferencias significativas entre hombres y mujeres, respecto a la autoestima. Esto implica que, el sexo no tiene un impacto relevante sobre los niveles de autoestima, sugiriendo que tanto hombres como mujeres presentan características similares en cuanto a su percepción personal y la manera en que se valoran, aceptan y respetan.

Referente a las limitaciones, cabe mencionar la escasa información reciente entre las variables propuestas. Además, el estudio se centró en una muestra específica de estudiantes universitarios, lo que puede limitar la generalización de los hallazgos a otras poblaciones o contextos. Por lo cual, futuros estudios, podrían ampliar la muestra para incluir estudiantes de diferentes contextos académicos. Asimismo, sería beneficioso utilizar diversos instrumentos de evaluación del perfeccionismo para comparar los resultados de manera más precisa y evaluar la consistencia de los mismos, en diferentes poblaciones. Finalmente, sería recomendable realizar investigaciones longitudinales para analizar cómo evoluciona la relación entre perfeccionismo y autoestima a lo largo del tiempo en los estudiantes universitarios.

REFERENCIAS

- Al Kakoun, N., Boy, F., & Xavier, P. (2024). Don't let perfect be the enemy of good: How perfectionism influences human-centred designing engagement and communal design production in civil engineering. *Research in Engineering Design*, 35(2), 171–189. <https://doi.org/10.1007/s00163-023-00428-0>
- Asl, E. M., Rostami, H., Sadegh, A. M., Abdi, L., & Behrouzian, F. (2022). Mediating Role of Self-esteem and Self-efficacy in the Relationship of Perfectionism and Negative Reactivity with Eating Disorders. *Iranian Journal of Psychiatry and Behavioral Sciences*, 16(1), Article 1. <https://doi.org/10.5812/ijpbs.111449>
- Awad, E., Hallit, S., & Obeid, S. (2022). Does self-esteem mediate the association between perfectionism and mindfulness among Lebanese university students? *BMC Psychology*, 10(1), 256. <https://doi.org/10.1186/s40359-022-00964-9>
- Aydemir, M., & Bayram Arlı, N. (2020). Investigation of Students' Perceptions of Multidimensional Perfectionism with Self-Esteem and Stress. *PAMUKKALE UNIVERSITESI EGITIM FAKULTESI DERGISI-PAMUKKALE UNIVERSITY JOURNAL OF EDUCATION*. <https://doi.org/10.9779/pauefd.537739>
- Bachi, D. M., & Kadhim, N. S. (2021). Loneliness and Self-esteem among Nursing College Students at Basra University. *BAHRAIN MEDICAL BULLETIN*, 43(4), 705–708.
- Ben-Shahar, T. (2011). *La búsqueda de la felicidad: Por qué no serás feliz hasta que dejes de perseguir la perfección*. Grupo Planeta Spain.
- Brennan-Wydra, E., Chung, H. W., Angoff, N., ChenFeng, J., Phillips, A., Schreiber, J., Young, C., & Wilkins, K. (2021). Maladaptive Perfectionism, Impostor Phenomenon, and Suicidal Ideation Among Medical Students. *ACADEMIC PSYCHIATRY*, 45(6), 708–715. <https://doi.org/10.1007/s40596-021-01503-1>
- Bueno-Pacheco, A., Lima-Castro, S., Arias-Medina, P., Peña-Contreras, E., Aguilar-Sizer, M., & Cabrera-Vélez, M. (2020). Estructura Factorial, Invarianza y Propiedades Psicométricas de la Escala de Autoestima de Rosenberg en el Contexto Ecuatoriano. [Factor structure, invariance and psychometric properties of the Rosenberg Self-Esteem Scale in the Ecuadorian context.]. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación Psicológica*, 56(3), 87–100. <https://doi.org/10.21865/RIDEP56.3.07>
- Burns, D. (1980). THE PERFECTIONIST'S SCRIPT FOR SELF-DEFEAT. *Psychology today*. <https://www.semanticscholar.org/paper/THE-PERFECTIONIST%27S-SCRIPT-FOR-SELF-DEFEAT-Burns/44485a1579b6bfc73acde544f983dd50e0ac7192>
- Cao, X., & Liu, X. (2024). Self-esteem as a predictor of anxiety and academic self-efficacy among Chinese university students: A cross-lagged analysis. *CURRENT PSYCHOLOGY*, 43(22), 19628–19638. <https://doi.org/10.1007/s12144-024-05781-4>

- Doyle, I., & Catling, J. C. (2022). The Influence of Perfectionism, Self-Esteem and Resilience on Young People's Mental Health. *The Journal of Psychology*, *156*(3), 224–240. <https://doi.org/10.1080/00223980.2022.2027854>
- Duncan-Plummer, T., Hasking, P., Tonta, K., & Boyes, M. (2023). The relationship between clinical perfectionism and nonsuicidal self-injury: The roles of experiential avoidance, self-esteem, and locus of control. *Journal of Clinical Psychology*, *79*(8), 1799–1815. <https://doi.org/10.1002/jclp.23506>
- El-Setouhy, M., Makeen, A. M., Alqassim, A. Y., Jahlan, R. A., Hakami, M. I., Hakami, H. T., Mahzari, I. M., Thubab, H. A. A., Haroobi, K. Y., Alaraj, H. A., & El-Hariri, H. M. (2024). Prevalence and correlates of imposter syndrome and self-esteem among medical students at Jazan University, Saudi Arabia: A cross-sectional study. *PLoS ONE*, *19*(5), e0303445. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0303445>
- Fatima, S., Shams, A., Saleem, S., & Zahra, S. T. (2023). A STUDY OF PERFECTIONISM AND SELF-HARM IN MEDICAL AND NURSING STUDENTS: THE MEDIATING ROLE OF PERCEIVED SOCIAL SUPPORT. *Journal of Postgraduate Medical Institute*, *37*(2), Article 2. <https://doi.org/10.54079/jpmi.37.2.3145>
- Fernández-García, O., Gil-Llario, M. D., Castro-Calvo, J., Morell-Mengual, V., Ballester-Arnal, R., & Estruch-García, V. (2023). Academic Perfectionism, Psychological Well-Being, and Suicidal Ideation in College Students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *20*(1), Article 1. <https://doi.org/10.3390/ijerph20010085>
- Frost, R. O., Heimberg, R. G., Holt, C. S., Mattia, J. I., & Neubauer, A. L. (1993). A comparison of two measures of perfectionism. *Personality and Individual Differences*, *14*(1), 119–126. [https://doi.org/10.1016/0191-8869\(93\)90181-2](https://doi.org/10.1016/0191-8869(93)90181-2)
- Frost, R. O., Marten, P., Lahart, C., & Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research*, *14*(5), 449–468. <https://doi.org/10.1007/BF01172967>
- Gao, Z., Zhao, J., Peng, S., & Yuan, H. (2024). The Relationship and Effects of Self-Esteem and Body Shape on Eating Disorder Behavior: A Cross-Sectional Survey of Chinese University Students. *HEALTHCARE*, *12*(10), 1034. <https://doi.org/10.3390/healthcare12101034>
- Gil, T. C., Obando, D., García-Martín, M. B., & Sandoval-Reyes, J. (2023). Perfectionism, Academic Stress, Rumination and Worry: A Predictive Model for Anxiety and Depressive Symptoms in University Students From Colombia. *Emerging Adulthood*, *11*(5), 1091–1105. <https://doi.org/10.1177/21676968231188759>
- Helguera, G. P., & Oros, L. B. (2018). *Perfeccionismo y autoestima en estudiantes universitarios argentinos*. <https://doi.org/10.16925/pe.v14i23.2266>
- Hernández-Sampieri, R., & Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. Mc Graw Hill Education.

- Huang, H., Ding, Y., Liang, Y., Wan, X., Peng, Q., Zhang, Y., Kong, D., & Chen, C. (2023). The association between perfectionism and academic procrastination among undergraduate nursing students: The role of self-efficacy and resilience. *Nursing Open*, 10(10), 6758–6768. <https://doi.org/10.1002/nop2.1922>
- Kacayi, Z., Cutuk, S., Ciris, V., & Cutuk, Z. A. (2020). Self-Esteem and Life Satisfaction in University Students: A Study Report. *AMBIENT SCIENCE*, 7, 139–143. <https://doi.org/10.21276/ambi.2020.07.sp1.0a16>
- Liu, X., Zhang, S., Zheng, R., Yang, L., Cheng, C., & You, J. (2024). Maladaptive perfectionism, daily hassles, and depressive symptoms among first-year college students in China. *Journal of American College Health*, 72(4), 1094–1102. <https://doi.org/10.1080/07448481.2022.2068014>
- Mora, V. K. B., Díaz, A. J. P., & Guerrero, C. A. Z. (2020). Relación entre el Burnout Académico y la Autoestima, en estudiantes de pregrado de Medicina. *Informes Psicológicos*, 20(1), Article 1. <https://doi.org/10.18566/infpsic.v20n1a02>
- Nelsen, S. K., Kayaalp, A., & Page, K. J. (2023). Perfectionism, substance use, and mental health in college students: A longitudinal analysis. *Journal of American College Health*, 71(1), 257–265. <https://doi.org/10.1080/07448481.2021.1891076>
- Orth, U., Robins, R. W., & Widaman, K. F. (2012). Life-span development of self-esteem and its effects on important life outcomes. *Journal of Personality and Social Psychology*, 102(6), 1271–1288. <https://doi.org/10.1037/a0025558>
- Pérez Villalobos, H. (2019). Autoestima, teorías y su relación con el éxito personal [Recurso electrónico en línea]. *Alternativas en psicología*, 22–32.
- Rafaqat, W., Sami, A., Ibrahim, M. T., Ibad, H., Awais, S., Memon, A., Shahbaz, F. F., Ahmed, D., Zindani, S., Leghari, A. L., & Saleem, S. (2022). Impact of Perfectionism and Resilience on Empathy in Medical Students: A Cross-Sectional Study. *Journal of Patient Experience*, 9, 23743735221106603. <https://doi.org/10.1177/23743735221106603>
- Reivan-Ortiz, G. G., Pesantes, X. A. C., Méndez, R. G. Y., Coronel, A. A. R., & Martínez-Suárez, P. C. (2021). *Adaptación y validación para el contexto ecuatoriano de la Escala Multidimensional de Perfeccionismo (MPS)*. <https://doi.org/10.5281/zenodo.5224540>
- Rodrich, A. (2020). Autoestima y ansiedad estado-rasgo en adultos universitarios de Lima. *Interacciones*, e107–e107. <https://doi.org/10.24016/2020.v6n2.107>
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the Adolescent Self-Image*. Princeton University Press. <https://www.jstor.org/stable/j.ctt183pjhh>
- Sakellari, E., Vasiliou, E., Konstantinou, C., Chrisanthou, A., Georgiou, A., Papadini, M., Vlachou, V., & Sapountzi-Krepia, D. (2020). Anxiety, Self-Esteem, and Depression: A Correlational Study Between Economic Sciences and Nursing Science University Students.

International Journal of Mental Health and Addiction, 18(5), 1458–1465.
<https://doi.org/10.1007/s11469-019-00188-w>

- Sepiadou, I., & Metallidou, P. (2023). Academic hardiness as a moderator of the relation between perfectionism and academic procrastination in university students. *European Journal of Psychology of Education*, 38(3), 1053–1071. <https://doi.org/10.1007/s10212-022-00648-3>
- Singhal, S., & Prakash, N. (2020). Relationship between Self-esteem and Psychological Well-being among Indian College Students. *ResearchGate*.
https://www.researchgate.net/publication/352151190_Relationship_between_Self-esteem_and_Psychological_Well-being_among_Indian_College_Students
- Stoeber, J., Madigan, D. J., & Gonidis, L. (2020). Perfectionism is adaptive and maladaptive, but what's the combined effect? *Personality and Individual Differences*, 161, 109846.
<https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.109846>
- Tabares, A. S. G., Núñez, C., Osorio, M. P. A., Caballo, V. E., Tabares, A. S. G., Núñez, C., Osorio, M. P. A., & Caballo, V. E. (2020). Riesgo suicida y su relación con la inteligencia emocional y la autoestima en estudiantes universitarios. *Terapia psicológica*, 38(3), 403–426. <https://doi.org/10.4067/S0718-48082020000300403>
- Taylor, J. J., Papay, K. A., Webb, J. B., & Reeve, C. L. (2016). The good, the bad, and the interactive: Evaluative concerns perfectionism moderates the effect of personal strivings perfectionism on self-esteem. *Personality and Individual Differences*, 95, 1–5.
<https://doi.org/10.1016/j.paid.2016.02.006>
- Xiong, Z., Liu, C., Song, M., & Ma, X. (2024). The Relationship between Maladaptive Perfectionism and Anxiety in First-Year Undergraduate Students: A Moderated Mediation Model. *Behavioral Sciences*, 14(8), Article 8. <https://doi.org/10.3390/bs14080628>
- Zapata, Á. E. T., Ceballos, J. E. M., & Cruz, T. del J. B. (2024). Autoestima en estudiantes universitarios del área de Nutrición. *Dilemas contemporáneos: Educación, Política y Valores*. <https://doi.org/10.46377/dilemas.v11i3.4153>