

Entre mérito y fraude: síndrome del impostor y autoestima en estudiantes de la Universidad de Panamá

Between merit and fraud: impostor syndrome and self-esteem among students of the University of Panama

Kimberly Stanford¹, Yasibeth Quintana¹, Yizah Pinillo¹, Elisa Mendoza¹

¹Universidad de Panamá, Facultad de Ciencias Naturales, Exactas y Tecnología, Panamá

*Autor de correspondencia: elisa.mendoza@up.ac.pa

Fecha de recepción: 4 de marzo de 2026. Fecha de aceptación: 1 de junio de 2026.

Resumen. La investigación buscó determinar la prevalencia del síndrome del impostor y su relación con la autoestima en estudiantes de la Facultad de Ciencias Naturales, Exactas y Tecnología de la Universidad de Panamá. Se realizó un estudio cuantitativo, descriptivo, transversal y correlacional en una muestra de 132 estudiantes de cinco escuelas durante el primer semestre de 2025. La recolección de datos se efectuó mediante una encuesta estructurada que incluyó la Escala del Síndrome del Impostor de Clance y la Escala de Autoestima de Rosenberg. El 81,06% de los participantes presentó niveles frecuentes o intensos de síndrome del impostor, con mayor prevalencia en mujeres y en los primeros años académicos. En relación con la autoestima, el 50% reportó niveles bajos, el 28,79% niveles medios y el 21,21% niveles altos. Se evidenció una asociación significativa entre ambas variables, así como una relación inversa, indicando que a mayores niveles de autoestima corresponden menores niveles de síndrome del impostor. El síndrome del impostor es altamente prevalente en estudiantes universitarios y se relaciona de manera inversa con la autoestima, lo que resalta la necesidad de implementar estrategias de intervención psicoeducativa orientadas al fortalecimiento del bienestar estudiantil.

Palabras clave. Autoestima, bienestar psicológico, estudiantes universitarios, prevalencia, salud mental, síndrome del impostor.

Abstract. The study aimed to determine the prevalence of Impostor Syndrome and its relationship with self-esteem among students at the Faculty of Natural, Exact, and Technology Sciences of the University of Panama. A quantitative, descriptive, cross-sectional, and correlational study was conducted with a sample of 132 students from five academic schools during the first semester of 2025. Data were collected using a structured survey that included the Clance Impostor Phenomenon Scale and the Rosenberg Self-Esteem Scale. The results showed that 81.06% of participants experienced frequent or intense levels of Impostor Syndrome, with higher prevalence among women and students in the early years of their academic programs. Regarding self-esteem, 50% of participants reported low levels, 28.79% moderate levels, and 21.21% high levels. A significant association was found between the two variables, as well as an inverse relationship, indicating that higher levels of self-esteem corresponded to lower levels of Impostor Syndrome. These findings suggest that Impostor Syndrome is highly prevalent among university students and is inversely associated with self-esteem, highlighting the need to implement psychoeducational intervention strategies aimed at strengthening student well-being.

Keywords. Self-esteem, psychological well-being, university students, prevalence, mental health, impostor syndrome.

1. Introducción

El síndrome del impostor describe un patrón cognitivo-emocional en el que personas con evidencias objetivas de éxito dudan de sus capacidades, atribuyen sus logros a factores externos y sienten un persistente temor a ser “descubiertas” como un fraude [1]. Aunque no constituye un diagnóstico clínico formal, su presencia se ha vinculado con consecuencias

relevantes para la salud mental, tales como ansiedad, perfeccionismo desadaptativo y disminución del bienestar académico. Estos efectos resultan especialmente problemáticos en ambientes universitarios caracterizados por evaluación continua, exigencia académica y comparaciones sociales frecuentes [2].

La autoestima, entendida como la valoración global de la propia valía, opera como un factor modulador en la literatura: niveles más altos de autoestima tienden a proteger frente a experiencias de impostura, mientras que una autovaloración frágil puede facilitar la aparición de dudas persistentes sobre la propia competencia [3]. Estudios internacionales han documentado prevalencias significativas de impostorismo en estudiantes y su relación con variables emocionales y sociodemográficas, con variaciones según género y etapa formativa [2], [4], [5], [6]. No obstante, en el contexto panameño la evidencia es limitada, lo que dificulta el diseño de estrategias locales basadas en datos empíricos.

Ante esta brecha, el presente estudio tiene como objetivo estimar la prevalencia del síndrome del impostor y analizar su relación con la autoestima en estudiantes de la Facultad de Ciencias Naturales, Exactas y Tecnología del Campus Octavio Méndez Pereira de la Universidad de Panamá. Para ello se emplean instrumentos estandarizados y un diseño descriptivo-correlacional, con el propósito de generar evidencia local que contribuya al diseño de intervenciones psicoeducativas orientadas al bienestar estudiantil.

2. Materiales y métodos

2.1 Tipo y diseño de investigación

Se empleó un enfoque cuantitativo con diseño descriptivo-correlacional y de corte transversal, orientado a estimar la prevalencia del síndrome del impostor y analizar su relación con la autoestima en estudiantes universitarios durante el primer semestre de 2025.

2.2 Población y muestra

La población estuvo constituida por estudiantes matriculados en cinco escuelas de la Facultad de Ciencias Naturales, Exactas y Tecnología, que para el primer semestre de 2024 contaba con un total de 2895 estudiantes. La muestra final estuvo conformada por 132 participantes ($N = 132$), quienes completaron voluntariamente el cuestionario digital durante el periodo de recolección de datos.

2.3 Técnica de muestreo

Se utilizó un muestreo no probabilístico por conveniencia, debido a limitaciones de tiempo y logística propias del contexto académico. La recolección de datos se realizó mediante la difusión del cuestionario a través de distintos canales institucionales, lo que permitió incluir participantes de diversas escuelas y años académicos.

2.4 Instrumentos

Se utilizó un instrumento digital que incluyó dos escalas psicométricas validadas internacionalmente:

- Escala de Síndrome del Impostor de Clance (CIPS): consta de 20 ítems con formato Likert de cinco puntos (1–5), diseñada para evaluar sentimientos asociados al síndrome del impostor, tales como atribución externa del éxito, miedo a ser descubierto y dudas sobre la propia competencia. El puntaje total permite clasificar los niveles en bajo (20–40), moderado (41–60), frecuente (61–80) e intenso (81–100). En este estudio, la escala presentó alta consistencia interna ($\alpha = 0.909$; $\omega = 0.911$).
- Escala de Autoestima de Rosenberg (RSES): instrumento de 10 ítems con formato Likert de cuatro puntos (1–4) que evalúa la autoestima global. Incluye ítems en sentido positivo y negativo, los cuales fueron recodificados previo al análisis. Los puntajes se clasifican en niveles alto, medio y bajo. La consistencia interna fue adecuada ($\alpha = 0.833$; $\omega = 0.833$).

Ambos instrumentos fueron seleccionados por su validez y amplio uso en población universitaria.

2.5 Procedimientos de recolección de datos

La recolección de datos se realizó mediante un cuestionario digital elaborado en Microsoft Forms, aplicado durante un periodo de tres semanas en el primer semestre de 2025. El enlace fue difundido a través de canales institucionales y redes internas de la facultad, lo que permitió la participación de estudiantes de distintas escuelas y años académicos.

El instrumento incluyó: (a) una sección de consentimiento informado, en la que se garantizó la participación voluntaria, anónima y confidencial; (b) variables sociodemográficas como género, escuela, año académico y edad; y (c) las escalas psicométricas descritas previamente: la Escala de Síndrome del Impostor de Clance y la Escala de Autoestima de Rosenberg.

2.6 Análisis estadístico

Los análisis se realizaron utilizando Microsoft Excel y el software estadístico Jamovi (versión 2.7.6). Se aplicó estadística descriptiva mediante el cálculo de frecuencias, porcentajes, medidas de tendencia central y dispersión.

Para el análisis inferencial, se empleó la prueba de Chi-cuadrado para evaluar la asociación entre variables categóricas, y el coeficiente de correlación de Pearson para determinar la relación entre los puntajes totales del síndrome del impostor y la autoestima. Se estableció un nivel de significancia de $\alpha = 0.05$. Los resultados se reportaron incluyendo el estadístico de prueba, grados de libertad, tamaño muestral y valor p .

3. Resultados y discusión

Los análisis descriptivos evidenciaron que todos los estudiantes presentaron algún nivel de síndrome del impostor. El 81.06% reportó niveles frecuentes (45.45%) o intensos (35.61%), mientras que solo el 1.52% presentó un nivel bajo (figura 1). Este resultado confirma una elevada prevalencia del fenómeno en la población estudiada, en concordancia con investigaciones previas que lo identifican como una problemática extendida en el ámbito universitario [2], [4].

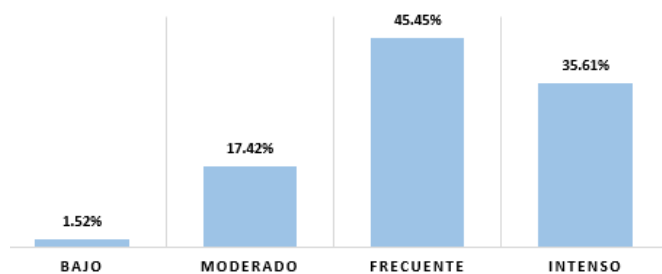


Figura 1. Estudiantes universitarios según nivel de síndrome del impostor.

En relación con la autoestima, el 50.00% de los participantes presentó niveles bajos, el 28.79% niveles medios y el 21.21% niveles altos (figura 2). Estos resultados evidencian la necesidad de fortalecer la autovaloración en estudiantes universitarios, dado que la baja autoestima se asocia con mayores dificultades emocionales y académicas.

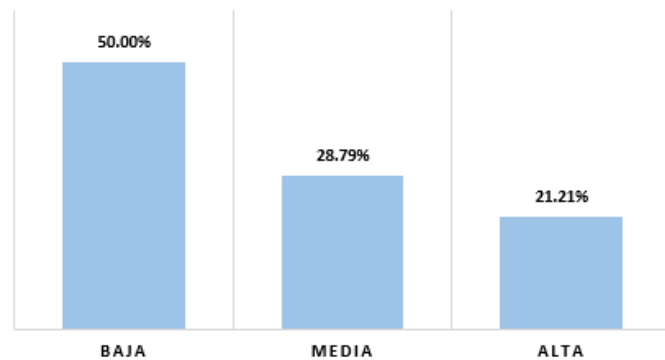


Figura 2. Estudiantes universitarios según nivel de autoestima.

Al analizar por sexo, el nivel de autoestima mostró un promedio ligeramente superior en hombres (26 puntos) en comparación con mujeres (25), con menor dispersión en el grupo masculino (figura 3). En cuanto al síndrome del impostor, las mujeres presentaron un promedio de 74.89 puntos frente a 71.40 en los hombres, así como mayor dispersión, lo que sugiere mayor vulnerabilidad en este grupo (figura 4). Estos resultados son consistentes con estudios previos [4].

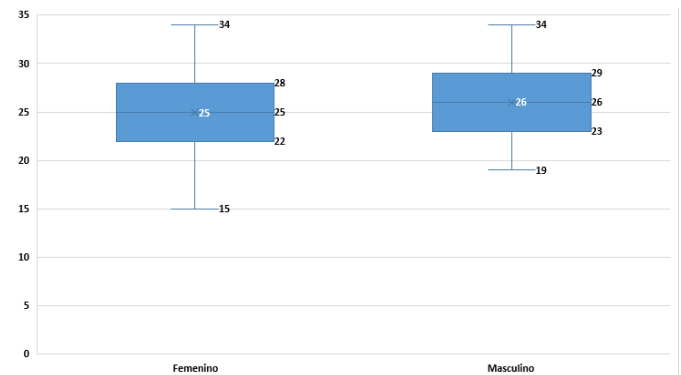


Figura 3. Nivel de autoestima promedio según sexo.

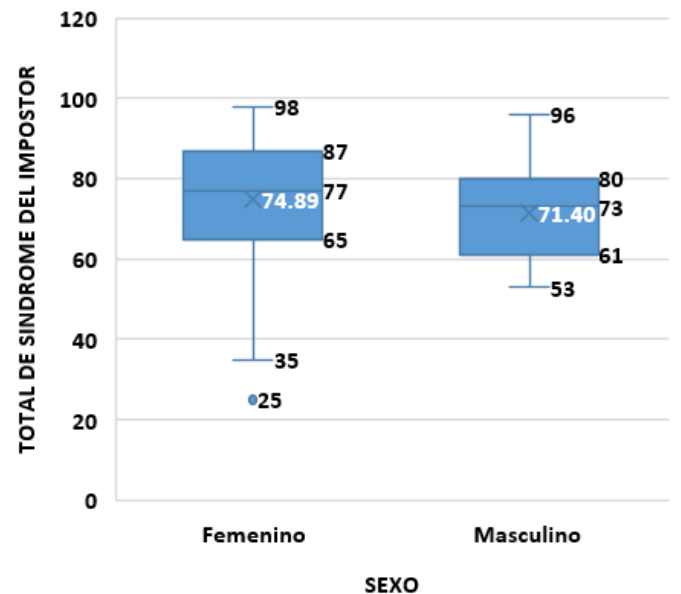


Figura 4. Nivel promedio del síndrome del impostor según sexo.

Por escuelas, los estudiantes de Química registraron el promedio más alto de síndrome del impostor (83.00), seguidos por Matemáticas (79.12) y Física (75.28). En contraste, Biología (73.17) y Estadística (69.12) presentaron valores más bajos, aunque esta última mostró mayor dispersión (figura 5). Esto sugiere que la intensidad del fenómeno puede estar asociada a la exigencia académica percibida en determinadas carreras.

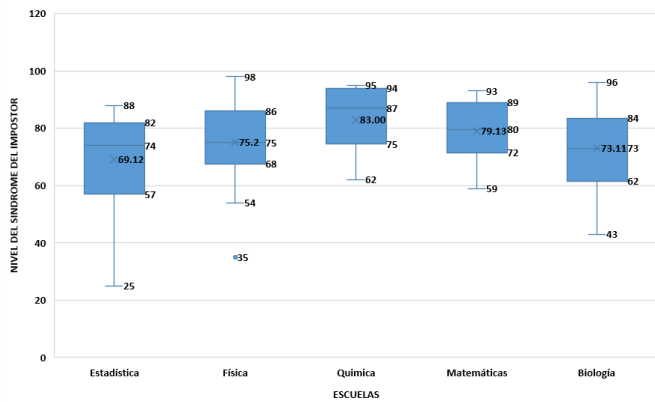


Figura 5. Nivel promedio de síndrome del impostor según escuela.

Por año académico, el segundo año presentó los niveles más altos (80.28), seguido de cuarto y tercer año. Los valores más bajos se observaron en primero (69.57) y quinto (69.86), aunque en primero se evidenció mayor variabilidad (figura 6). Este patrón sugiere un incremento del fenómeno en etapas intermedias de la formación académica, posiblemente asociado a mayores demandas académicas [7].

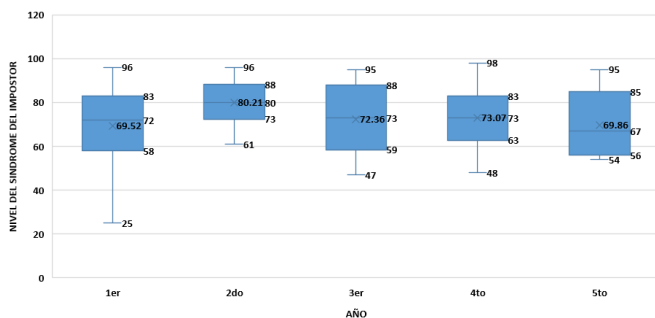


Figura 6. Nivel promedio de síndrome del impostor según año académico.

Prueba/variable	Valor	gl	N	P	r de Pearson	Interpretación
Chi-cuadrado (χ^2)	53.3	6	132	< .001	-	Asociación significativa.
Correlación e Pearson	-	-	132	< .001	-0.605	Correlación negativa moderada-fuerte.

Tabla 1. Resultados de las pruebas de Chi-cuadrado y correlación de Pearson.

El análisis de correlación mostró una relación negativa moderada entre el síndrome del impostor y la autoestima ($r = -0.605$), lo que indica que a mayores niveles de autoestima corresponden menores niveles de impostorismo (figura 7). Asimismo, la prueba de Chi-cuadrado evidenció una asociación significativa entre ambas variables ($\chi^2 = 53.3$; $gl = 6$; $n = 132$; $p < 0.001$).

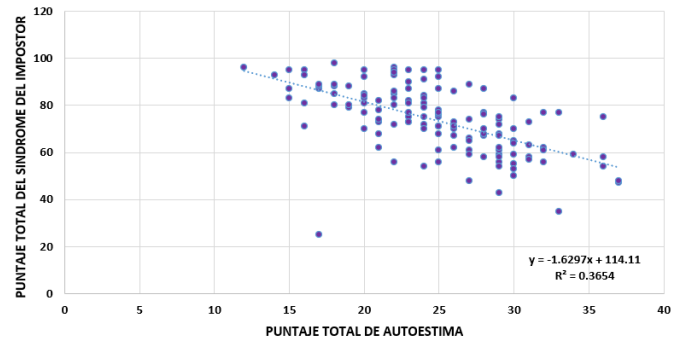


Figura 7. Correlación entre síndrome del impostor y autoestima.

En conjunto, los resultados evidencian una alta prevalencia del síndrome del impostor en la población estudiantil, con mayor impacto en mujeres y en etapas intermedias de formación. La relación inversa con la autoestima respalda la necesidad de implementar estrategias institucionales orientadas al fortalecimiento del bienestar psicológico (tabla 1). El estudio se circunscribió a estudiantes de la Facultad de Ciencias Naturales, Exactas y Tecnología de la Universidad de Panamá, lo que limita la generalización de los resultados a otras poblaciones. Asimismo, se emplearon instrumentos de autorreporte, lo que puede implicar sesgos de respuesta asociados a la percepción individual de los participantes. El diseño transversal impide establecer relaciones de causalidad entre las variables analizadas.

4. Conclusiones

Los resultados evidencian una alta prevalencia del síndrome del impostor en la población estudiada, donde el 81.06% de los estudiantes presentó niveles frecuentes o intensos. Asimismo, se identificó que una proporción considerable de participantes presenta niveles bajos de autoestima.

Los análisis inferenciales confirmaron una relación inversa y estadísticamente significativa entre el síndrome del impostor y la autoestima, lo que indica que a mayores niveles de autoestima corresponden menores niveles de impostorismo.

Adicionalmente, se observaron diferencias relevantes según sexo, área académica y año de estudio, con mayor afectación en mujeres y en etapas intermedias de formación universitaria.

Estos hallazgos resaltan la importancia de implementar estrategias institucionales orientadas al fortalecimiento de la autoestima, así como programas de psicoeducación y acompañamiento académico que contribuyan al bienestar psicológico de los estudiantes.

AGRADECIMIENTOS

Se agradece a la Facultad de Ciencias Naturales, Exactas y Tecnología de la Universidad de Panamá por el respaldo institucional durante el desarrollo de la investigación. Asimismo, se reconoce la participación voluntaria de los estudiantes que hicieron posible la recolección de los datos.

CONFLICTO DE INTERESES

Los autores declaran no tener algún conflicto de interés.

REFERENCIAS

- [1] P. R. Clance y S. A. Imes, "The impostor phenomenon in high achieving women: Dynamics and therapeutic intervention," *Psychother. Theory Res. Pract.*, vol. 15, no. 3, pp. 241–247, 1978.
- [2] M. El-Ashry, A. Hassan, H. E. Abdelrahman y A. M. Eldin, "Prevalence of impostor phenomenon among nursing students in Egypt," *Int. J. Ment. Health Nurs.*, vol. 33, no. 1, pp. 45–53, 2024.
- [3] M. Rosenberg, *Society and the Adolescent Self-Image*. Princeton, NJ: Princeton University Press, 1965.
- [4] M. Vilchez-Cornejo, L. R. Quiroz, D. Ramírez y F. Torres, "Síndrome del impostor y su asociación con síntomas depresivos en estudiantes de medicina en Perú," *Rev. Peru. Med. Exp. Salud Publica*, vol. 38, no. 2, pp. 217–224, 2021.
- [5] J. C. Cokley, C. McClain, N. Enciso y M. Martinez, "An examination of the impact of impostor feelings on the mental health of ethnic minority college students," *J. Multicult. Couns. Devel.*, vol. 41, no. 2, pp. 82–95, 2013.
- [6] L. Hutchins y J. Rainbolt, "What triggers impostor phenomenon among academic faculty? A critical incident study," *Int. J. Educ. Res.*, vol. 83, pp. 64–73, 2017.
- [7] D. M. Bravata, S. A. Watts, A. L. Keefer, D. K. Madhusudhan, K. T. Taylor, D. M. Clark, R. S. Nelson, K. O. Cokley y H. K. Hagg, "Prevalence, predictors, and treatment of impostor syndrome: A systematic review," *J. Gen. Intern. Med.*, vol. 35, no. 4, pp. 1252–1275, 2020, doi:10.1007/s11606-019-05364-1 [Online]. Available: <https://doi.org/10.1007/s11606-019-05364-1>