

Investigación

ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE ENFERMERÍA DE QUERÉTARO, MÉXICO

ACADEMIC STRESS IN UNIVERSITY NURSING STUDENTS FROM QUERETARO, MEXICO

Sarahi Martínez Cruz

Estudiante de Enfermería en Servicio Social

Facultad de Enfermería, Universidad Autónoma de Querétaro. Querétaro, Querétaro, México

saritamartinez97.smc@gmail.com

Sarket Gizeh Juárez Nilo

Licenciada en Enfermería

Especialista en Salud Pública

Facultad de Enfermería, Universidad Autónoma de Querétaro. Querétaro, Querétaro, México
sarket.gizeh@gmail.com

René Rico Sánchez

Licenciado en Enfermería

Maestro en Ciencias de Enfermería

Facultad de Enfermería, Universidad Autónoma de Querétaro. Querétaro, Querétaro, México
renerico17@gmail.com

Adriana Martínez Díaz

Licenciada en Nutrición

Maestra en Ciencias

Facultad de Enfermería, Universidad Autónoma de Querétaro. Querétaro, Querétaro, México
nutrispot.qro@gmail.com

Ruth Magdalena Gallegos Torres

Licenciada en Enfermería

Doctora en Ciencias de la Salud

Maestra en Ciencias de Enfermería y Maestra en Inteligencia Emocional

Facultad de Enfermería, Universidad Autónoma de Querétaro. Querétaro, Querétaro, México
isisrmgx@gmail.com

Artículo recibido el 7 de enero de 2023. Aceptado en versión corregida el 18 de abril de 2023.

RESUMEN

INTRODUCCIÓN. Estudiar una carrera universitaria conlleva grandes retos académicos por lo que formarse como Licenciado en Enfermería no es la excepción, incluso se considera una carrera de grandes exigencias y sacrificios que pueden implicar una serie de cuadros depresivos, de ansiedad y sobre todo estrés. **OBJETIVO.** Determinar el nivel de estrés que existe en los estudiantes universitarios de la Licenciatura en Enfermería de una institución educativa privada, mediante la aplicación de un cuestionario con la finalidad de conocer la situación actual de dicha población. **METODOLOGÍA:** Estudio cuantitativo descriptivo transversal que incluyó estudiantes de Enfermería. Para la recolección de los datos se utilizó una encuesta sociodemográfica, así como la aplicación del inventario SISCO-21. El análisis de los datos se realizó mediante el programa SPSS versión 25. Se aplicó estadística descriptiva. Se consideraron los aspectos éticos para la investigación en humanos. **RESULTADOS:** Se aplicaron 78 cuestionarios, donde 83,3% fueron mujeres. 38,5% indicaron sentir un nivel de estrés superior a 3 de 5. Los factores estresantes fueron el tiempo para hacer tareas, la poca claridad de los profesores e incluso, la personalidad del docente. Como reacciones manifestaron ansiedad, el 21,8%, siempre. **CONCLUSIÓN:** El nivel general de estrés fue leve, aunque sí se encontraron casos de alumnos que reflejaron niveles moderados e intensos, por lo que es importante el monitoreo y apoyo de los casos de alumnos que requieran apoyo.

Palabras clave: Estrés académico, estudiantes universitarios, licenciatura en Enfermería.

ABSTRACT

INTRODUCTION. To study a university program implies academic challenges and being a nursing student is not an exception. Also, nursing it is a very demanding and sacrificed career who can pushed to every student into depressive situations, anxiety, but more, stress. **OBJECTIVE.** To determine the stress level on university students from Nursing School from a private school, thru a questionnaire trying to have an actual frame of the topic on these population. **METHODOLOGY.** Quantitative, cross sectional and descriptive study with nursing students. Data collection was made applying a sociodemographic cedula and the SISCO-21 inventory. Data analysis was made with SPSS 25th version program. Descriptive analysis was made. Ethical aspects were put in consideration. **RESULTS.** 78 instruments were applied; 83% of the students were female. 38.5% said to feel a superior level of stress, with 3 of 5. Stressors were time for homework, professors lack of clarity and, also, professors' personality. Some reactions were anxiety, always in 21.8% of students. **CONCLUSION.** The general stress level was low, although some students with moderate and high level were found. Monitoring and support it is important in case some students need support.

Keywords: Academic Stress, university students, Nursing students.

http://dx.doi.org/10.7764/Horiz_Enferm.34.1.63-73

INTRODUCCIÓN

El estrés en el contexto académico se encuentra aún en una fase de inicio en cuanto a su investigación y estudio, no obstante, es contemplado como un suceso de carácter adaptativo y sobre todo psicológico, en el que los estudiantes necesitan diversas estrategias de afrontamiento para enfrentar las condiciones de la vida académica, ya que si esto no se logra, como consecuencia se puede propiciar la aparición de síntomas que generan desequilibrio⁽¹⁾.

Derivado de no resolver las demandas académicas que exige el contexto universitario a través de hábitos de estudio, el estudiante suele estresarse, manifestándolo a través de desórdenes físicos, psicológicos y en su comportamiento⁽²⁾.

El constante estrés académico puede llegar a ocasionar enfermedades mentales como ansiedad y/o depresión. A nivel mundial, se estima que los trastornos mentales en el curso de la vida oscilan entre el 12,2% y 48,6%, mientras que la prevalencia anual fluctúa entre 8,4% y 29,1%, lo cual representa un relevante problema de salud pública. La enfermedad mental participa en el 13% de la carga global de enfermedad y constituye una de las tres primeras causas de mortalidad de personas entre 15-35 años, esto último influido por el suicidio⁽³⁾.

El estudiante universitario de Enfermería tiene como objetivo adquirir habilidades, capacidades y competencias

en el transcurso de su formación, las cuales serán de ayuda para su desempeño en la práctica profesional⁽⁴⁾. Por lo tanto, la formación académica de un estudiante de Enfermería se caracteriza por ser rigurosa y estricta, ya que es altamente demandante de energía y largas jornadas destinadas a clases o estudio, por lo que el estrés es inevitable⁽⁵⁾.

En países como Estados Unidos, al menos el 70% de las consultas médicas son por algún problema de estrés y una cuarta parte de los medicamentos más solicitados en las farmacias son antidepresivos. México se encuentra dentro de los países en donde 54% de sus habitantes presenta esta problemática, es decir 52 millones de individuos⁽⁶⁾.

Los estudiantes universitarios se caracterizan por ser individuos que llevan un estilo de vida ajetreado y con pocas horas de descanso, esto debido a que pasan por una etapa de transición fuerte, en donde requerirán esforzarse para lograr adaptarse y hacer frente a los nuevos horarios y demandas escolares, igualmente se les exigirá convertirse en personas responsables y competitivas. Cabe mencionar que en muchas ocasiones estos factores se multiplican en cuanto a su complejidad debido a que varios alumnos tienen que mudarse a la ciudad por no tener universidades cercanas a su lugar de residencia⁽⁷⁾.

De igual manera y no menos importante es el grado de responsabilidad que estos requieren como persona, el contacto personal que adquieren con los

compañeros y la manera de organización⁽⁸⁾. Asimismo, el estudiante de enfermería se enfrenta a momentos cruciales en los que deberá asistir a prácticas clínicas y utilizar sus conocimientos adquiridos en la teoría⁽⁹⁾.

El estrés es considerado un factor psicosocial que puede desencadenar la aparición de nuevas enfermedades, en donde los estudiantes universitarios se pueden reconocer como vulnerables, debido que los alumnos de Enfermería pueden llegar a estresarse no solo por el aspecto académico, sino por la interacción que tendrán con los pacientes al realizar los procedimientos, provocando que sobrepiensen y comiencen a cuestionarse sobre diferentes situaciones en torno a su carrera y los posibles errores que deben evitar⁽¹⁰⁾.

A pesar de que el estrés es un fenómeno común, las investigaciones al respecto son pocas. En un estudio realizado en 2013, de corte cuantitativo-descriptivo, transversal, se aplicó una cédula de datos personales y el Inventario SISCO del Estrés Académico a una muestra de 137 estudiantes de la Licenciatura en Enfermería del 2º al 8º ciclo; tuvo como objetivo evaluar la frecuencia e intensidad del estrés en los estudiantes de la Licenciatura en Enfermería, así como las reacciones estresantes físicas, psicológicas, conductuales; así mismo consideró las estrategias de afrontamiento. Se encontró que al menos 1 de cada 4 personas sufre de estrés grave, incrementándose a un 50% en las ciudades⁽¹¹⁾.

Un artículo similar realizado en Sinaloa titulado “*Estrés académico en estudiantes universitarios de enfermería*”, describe un estudio de corte cuantitativo,

descriptivo, transversal, en donde se utilizó la escala de estresores académicos de Cabanach; su objetivo fue determinar la prevalencia de los estresores académicos en estudiantes de enfermería y su relación con su rendimiento académico. Como resultados más relevantes se obtuvo que los principales estresores fueron la programación de exámenes con el 70,72%, posteriormente las deficiencias metodológicas del profesorado con un 64,5%, con un 54% la carencia del valor de los contenidos⁽¹²⁾.

Asimismo, una investigación cuantitativa, de diseño descriptivo y transversal que tiene como título “*Estrés académico en estudiantes de un programa de Enfermería - Montería 2019*”, tuvo la finalidad de determinar el estrés académico durante las prácticas formativas en estudiantes de un programa de enfermería de la Ciudad de Montería, Colombia trabajando con una muestra de 245 estudiantes, a los cuales aplicaron los instrumentos SISCO SV-21 y una encuesta sociodemográfica. Se obtuvieron resultados relevantes en donde el 96,32% de los participantes presentaron estrés, donde 66,94% lo clasificaron como moderado. El agente estresor más frecuente fue la forma de evaluación de los profesores, lo que generó sentimientos de depresión y tristeza y la estrategia mayormente utilizada fue el control sobre las emociones⁽¹⁰⁾.

De igual manera un artículo llamado “*Estrés académico en estudiantes de enfermería de Cartagena, Colombia*”, tuvo como objetivo describir el estrés académico. Fue un estudio descriptivo transversal que incluyó 587 estudiantes matriculados en los tres programas de

enfermería de la ciudad, seleccionados mediante un muestreo probabilístico. Para medir el estrés académico se utilizó el inventario SISCO. Los resultados arrojaron que, del total de participantes, el 89,6% (526) son mujeres, con una edad promedio de 20,2 años (DE = 2,52). Con relación al estrés, el 90,8% (533) manifestó haber tenido momentos de preocupación o nerviosismo durante el transcurso del semestre, el 42% (224) reportó un nivel medio de estrés, cuya fuente principal fue la sobrecarga académica derivada de la demanda de tareas de las asignaturas teóricas y prácticas con un 48,2% (257). La estrategia de afrontamiento más usada para canalizar el estrés fueron las actividades religiosas (41,7%)⁽¹¹⁾.

Por último, se revisó un estudio cuantitativo, descriptivo y correlacional que tuvo como objetivo determinar el nivel de estrés y su relación con las variables sexo y semestre en estudiantes de Licenciatura en Enfermería con una muestra conformada por 180 estudiantes seleccionados mediante muestreo probabilístico aleatorio estratificado donde aplicaron el inventario SISCO y una encuesta sociodemográfica. Para el análisis de resultados se utilizó el programa SPSS versión 22, obteniendo frecuencias, proporciones, medidas de tendencia central y variabilidad; se utilizó la prueba Chi-cuadrado. Los hallazgos mostraron que los estudiantes presentan un nivel de estrés moderado (87,8%) sin embargo no encontraron alguna asociación importante entre el nivel de estrés, semestre y sexo⁽¹²⁾.

Vinculado al estrés cotidiano, se agrega el hecho de que la formación

universitaria migró a clases en línea debido a la situación de pandemia. A pesar de que desde mediados del 2022 la presencialidad empezó a activarse en la ciudad de Querétaro, han tenido que mantenerse las clases híbridas (presenciales y virtuales) en las distintas instituciones educativas de la ciudad. En este sentido se reconoce que las clases en línea suponen un estrés adicional al proceso que los alumnos han tenido en la formación académica, aunado al confinamiento, las medidas de cuidado y control, entre otras, favoreciendo en los estudiantes la presencia de cambios en el patrón del sueño, evitación de la responsabilidad y más⁽¹³⁾.

Así, el objetivo de la presente investigación fue determinar el nivel de estrés académico presente en estudiantes universitarios de la Licenciatura en Enfermería de una institución educativa privada, mediante la aplicación de un cuestionario, con la finalidad de conocer la situación actual de dicha población.

METODOLOGÍA

La presente investigación se trata de un estudio cuantitativo, con enfoque transeccional descriptivo⁽¹⁴⁾. Se realizó en la institución educativa privada de la Ciudad de Querétaro, esta maneja diferentes áreas de estudio, dentro de la que destaca las Ciencias de la Salud, que contiene la Licenciatura en Nutrición, Fisioterapia y Enfermería; sin embargo, la investigación se aplicó únicamente con esta última, la cual tiene una duración de cuatro años dividida en once cuatrimestres.

Se consideraron a alumnos de ambos sexos, mayores de edad e inscritos en cualquiera de los cuatrimestres de la institución. El tipo de muestreo fue por conveniencia, debido a que por la situación de la pandemia por Covid-19 y a aspectos inherentes a grandes transformaciones de la ciudad de Querétaro, los alumnos aún se encontraban en clases en línea.

Para la recolección de datos se utilizó una encuesta sociodemográfica para la caracterización de la muestra y el inventario SISCO-21 para la obtención del nivel de estrés, el cual cuenta con una confiabilidad de 0,85 el cual consta de 23 ítems, distribuidos de la siguiente manera: un ítem de filtro con respuesta dicotómica (si-no), que permite determinar si el encuestado es candidato o no a contestar el inventario, un ítem con escalamiento tipo Likert de cinco valores numéricos (del 1 al 5, donde uno es poco y cinco mucho) que permite identificar el nivel de intensidad del estrés académico, los siguientes 21 ítems contienen un escalamiento tipo Likert de seis valores categoriales (nunca, casi nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre), de tal manera que permiten identificar la frecuencia de los estresores, frecuencia de los síntomas ante un estímulo estresor y la frecuencia de uso de las estrategias de afrontamiento. Los resultados se interpretan de la siguiente manera: 0 a 33% nivel leve de estrés, de 34 a 66% moderado y de 67 a 100% severo⁽¹⁵⁾.

La prueba piloto y la recolección final de dicho inventario se manejó mediante un formulario de Google, debido a la modalidad en línea que manejaba la institución como forma de prevención a través del aislamiento social por Covid-19.

Fue enviado a los alumnos participantes a través de profesores de la universidad para ser respondidos con adecuadas instrucciones agregadas en el formato. El pilotaje se aplicó con 36 alumnos, demostrado de esta manera la efectividad de la herramienta, así como su fácil entendimiento y aceptación para la población a estudiada.

Los datos fueron analizados a través de estadística descriptiva mediante el programa SPSS (Statistical Package for the Social Sciences) versión 25. La investigación fue aprobada por el Sub-Comité de Investigación y Bioética de la Universidad Autónoma de Querétaro, con número de registro 503/FE-SI-21-02022 (LE) y fecha del 21 de febrero de 2022, quienes determinaron que cumple con las pautas establecidas en el Código de Nuremberg, Declaración de Helsinki y Ley General de Salud para la realización de la misma.

RESULTADOS

Se aplicaron 90 cuestionarios a alumnos de diversos cuatrimestres de Enfermería, donde se descartaron 11 encuestas debido a que los participantes señalaron que no presentaban estrés, 8 mujeres y el resto hombres. De igual manera un cuestionario se eliminó debido a que se encontraba incompleto, quedando 78 cuestionarios para el análisis correspondiente.

Los resultados sociodemográficos arrojaron que, de los encuestados, 83,3% (65) son mujeres y 16,7% (13) hombres. La edad promedio de los participantes fue de 20,46 DE=2,94. Los cuatrimestres con mayor porcentaje de participantes fueron

primero, segundo y tercero con 71,8, 9,0 y 6,4%, respectivamente.

Para la valoración del nivel de estrés, sentida al momento del levantamiento de

los datos, se tomó en cuenta una escala donde 1 es poco y 5 mucho; los datos se muestran en la Figura 1.

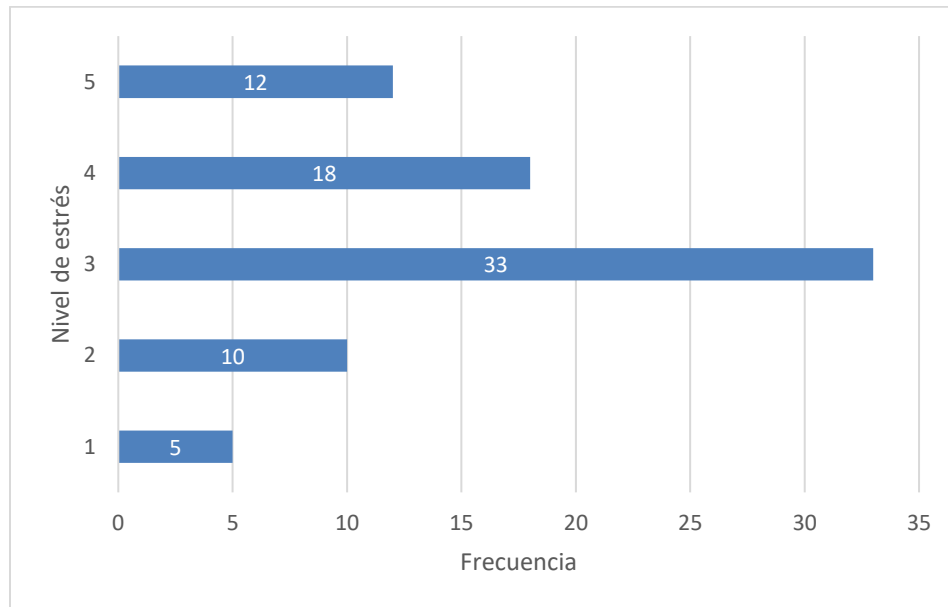


Figura 1. Nivel de estrés percibido por los alumnos. Fuente: inventario aplicado.

En cuanto a los estresores, el 28,2% indicó que casi siempre y siempre les estresa “tener tiempo limitado para hacer el trabajo que me encargan los/as profesores/as”; 39,7% indicó que algunas veces son “la sobrecarga de tareas y trabajos...”, por último, 48,8% indicó que rara vez y casi nunca es “la poca claridad que tengo sobre lo que quieren los/as profesores/as”. Lo que se refirió como menor motivo de estrés fue “la personalidad y el carácter de los/as profesores/as que me imparten clases” con 33,3%.

En lo que concierne a los síntomas o reacciones del estrés, manifestaron “ansiedad, angustia o desesperación”, algunas veces el 24,4% y siempre 21,8%; “problemas de concentración” 28,2% algunas veces y 20,5% casi siempre. Casi nunca (25,6%) y nunca (30,8%) presentan

“sentimientos de agresividad o aumento de irritabilidad” como respuesta a las situaciones estresantes. En cuanto a los conflictos, 39,7% indicó que nunca tiene la tendencia a hacer polémica y/o discutir como señal de estrés. 25,6% señaló que nunca se concentra en resolver las situaciones que les preocupa.

Por otro lado, de las estrategias de afrontamiento con mayor porcentaje de utilización para lograr una adaptación y rápida solución a la situación, 38,4% casi siempre y siempre refirieron recordar situaciones similares ocurridas anteriormente y pensar en cómo las solucionaron; otra forma de manejar el momento es a través de “mantener el control sobre las emociones para que no les afecte lo que les estresa” (26,9%) casi siempre y por último, algunas veces se recurre a “establecer soluciones concretas

para resolver las situaciones que les preocupa” (28,2%).

Con respecto a los resultados generales, se encontró que el nivel de estrés es leve, ubicándose este en un 5,6%. De la misma manera se encuentra el estrés con respecto a las tareas y aspectos vinculados con las asignaturas, donde el promedio fue de 14,5%. Un poco más elevado, más, aún leve, fue la intensidad de los síntomas, estando estos en el 15,3%.

DISCUSIÓN

En relación al nivel de estrés percibido, el 42,3% de los alumnos que participaron en esta investigación indicaron encontrarse en un 3 y 38,5% superior. Estos datos son similares a lo reportado en una investigación realizada en 255 alumnos de la Universidad de Aguascalientes, donde la media de estrés fue de 3⁽¹⁶⁾.

En cuanto a los estresores, de acuerdo a un artículo científico titulado “Estrés académico en estudiantes universitarios del área de la salud” y al igual que la presente investigación, se encontró que el tener tiempo limitado para realizar las tareas y la sobrecarga de estas, son estresores en común⁽¹⁶⁾.

Como manifestación del estrés académico se tiene que los problemas de concentración son el síntoma o reacción más presentada cuando el estudiante se enfrenta con un proceso estresante; lo mismo se señala en una investigación recientemente realizada y enfocada al estrés académico en estudiantes de enfermería durante la pandemia de COVID-19⁽¹⁷⁾. En comparación con otra investigación realizada con estudiantes de medicina de la Universidad Autónoma de

Querétaro, se encontró que la ansiedad, angustia y desesperación están presentes con un 29,9% algunas veces y 33,9% casi siempre; al respecto, en este estudio los estudiantes marcaron 28,2% algunas veces y 20,5% casi siempre⁽¹⁸⁾.

En cuanto a las estrategias de afrontamiento, en esta investigación se encontró como primer lugar el recordar situaciones similares ocurridas con anterioridad y pensar en la solución que utilizaron. Estos datos son distintos a los hallazgos de Llorente Pérez en su artículo de “Estrés académico en estudiantes de un programa de Enfermería”, donde menciona que la estrategia mayormente utilizada, fue mantener el control sobre las emociones con 36,02%⁽¹⁰⁾.

CONCLUSIONES

Si bien los alumnos que participaron en el estudio no presentan, en el general, niveles elevados de estrés, sí hay quienes se sienten agobiados. Esto probablemente por las características de la situación de pandemia, las clases en línea y el hecho de que la gran mayoría de estos estudiantes trabaja para poder sustentar sus estudios. Vale el señalamiento, de que los alumnos de esta universidad están en la escuela de enfermería de nivel privado, más costosa del estado. Dentro de la dinámica de evaluación, sin excepción, en todas las materias se aplica un examen bimestral y un examen final.

Sin embargo, a pesar de los casos que hay de altos niveles de estrés, es de reconocer que es favorable el hecho de que los estudiantes tengan adecuadas estrategias de afrontamiento y esto les ayude a lidiar

con las situaciones académicas y personales.

Aún así, es relevante que los directivos de la institución monitoreen a los alumnos para verificar que los niveles de estrés académico siguen leves o bien, manejándose adecuadamente. Para ello se sugiere personal de apoyo, como psicología, que pueda atender la demanda de atención que se presente.

Actualmente, la institución cuenta con asesorías personalizadas que sólo se otorgan cuando el alumno lo solicita o bien, cuando está en amenaza de reprobación. No hay un sistema de tutorías, aunque, de la coordinación, se verifica el estado académico de cada alumno.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Zárate-Depraect N, Soto-Decuir MG, Martínez-Aguirre EG, Castro-Castro ML, García-Jau RA, López-Leyva NM. Hábitos de estudio y estrés en estudiantes del área de la salud. *Revista de la Fundación Educación Médica* [Internet]. 2021 [citado el 16 de abril de 2023];21(3):153–7. Disponible en: <https://scielo.isciii.es/pdf/fem/v21n3/2014-9832-fem-21-3-153.pdf>
2. Secretaría de Salud. Programa de Acción Específico. Atención Psiquiátrica [Internet]. 2013 [citado el 13 de abril de 2023]. Disponible en: https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/317956/Programa_de_Accion_Especifico_SAP_2013-2018.pdf
3. Asenjo-Alarcón JA, Linares-Vásquez O, Díaz-Dávila YY. Nivel de estrés académico en estudiantes de enfermería durante la pandemia de COVID-19. *Revista Peruana de Investigación en Salud* [Internet]. el 7 de abril de 2021 [citado el 13 de abril de 2023];5(2):59–66. Disponible en: <https://revistas.unheval.edu.pe/index.php/repis/article/view/867>
4. Rodríguez Suárez RE, Chan Hernández J, Hernández Juárez JL, Jasso Macossay PE, Sánchez Sánchez K. Análisis del estrés académico en estudiantes de enfermería de una IES en Tabasco. *International Journal of Business and Management Invention (IJBMI) ISSN* [Internet]. 2021 [citado el 13 de abril de 2023];10:37–42. Disponible en: [https://www.ijbmi.org/papers/Vol\(10\)4/Ser-1/E1004013742.pdf](https://www.ijbmi.org/papers/Vol(10)4/Ser-1/E1004013742.pdf)
5. Rivas Acuña V, Jiménez Palma C del C, Méndez Méndez HA, Cruz Arceo M de los ángeles, Magaña Castillo M, Victorino Barra A. Frecuencia e intensidad del estrés en estudiantes de Licenciatura en Enfermería de la DACS. *Horizonte sanitario* [Internet]. 2014;13(1):162–9. Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=457845146002>
6. Restrepo JE, Sánchez OA, Castañeda Quirama T. Estrés académico en estudiantes universitarios. *Psicoespacios* [Internet]. el 26 de mayo de 2020 [citado el 13 de abril de 2023];14(24):17–37. Disponible en: <https://revistas.iue.edu.co/index.php/Psicoespacios/article/view/1331>
7. de Dios Duarte MJ, Varela Montero I, Lorenzo Braschi D, Sánchez Muñoz E. Estrés en estudiantes de enfermería. *Educación Médica Superior*

- [Internet]. 2017;31(3):110–23. Disponible en: <http://scielo.sld.cu>
8. Enríquez Reyna MC, Chavarría Saucedo KM. Estresores percibidos por los estudiantes de enfermería durante las prácticas clínicas. Diferencias entre programas educativos. *Index Enferm.* 2019;28(2):1.
 9. Garay Núñez JR, Santos Quintero MI, Félix Amézquita MA, Beltrán Montenegro M del C, Jiménez Barraza VG. Estrés académico en estudiantes universitarios de enfermería. *Paraninfo Digital* [Internet]. 2018;12(28):166–8. Disponible en: <http://www.index-f.com/para/n28/e166.php>
 10. Llorente Pérez YJ, Herrera Herrera JL, Hernández Galvis DY, Padilla Gómez M, Padilla Choperena CI. Estrés académico en estudiantes de un programa de Enfermería - Montería 2019. *Revista Cuidarte* [Internet]. el 1 de septiembre de 2020 [citado el 13 de abril de 2023];11(3):1–9. Disponible en: <http://www.scielo.org.co/pdf/cuid/v11n3/2346-3414-cuid-11-3-e1108.pdf>
 11. Castillo Ávila IY, Barrios Cantillo A, Alvis Estrada LR. Estrés académico en estudiantes de enfermería de Cartajena, Colombia. *Investigación en Enfermería* [Internet]. 2018;20(2):1–12. Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?>
 12. Silva Ramos MF, López Cocotle JJ, Sánchez de la Cruz O, González Angulo P. Estrés académico en estudiantes de Licenciatura en Enfermería. *Revista Científica de Enfermería* [Internet]. el 23 de diciembre de 2019 [citado el 13 de abril de 2023];(18):25. Disponible en: https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/100448/1/RECIEN_18_03.pdf
 13. Luque Vilca OM, Bolívar Espinoza N, Achahui Ugarte VE, Gallegos Ramos JR. Estrés académico en estudiantes universitarios frente a la educación virtual asociada al covid-19. *Puriq* [Internet]. el 10 de enero de 2022 [citado el 16 de abril de 2023];4:1–10. Disponible en: <http://revistas.unah.edu.pe/index.php/puriq/article/view/200/337>
 14. Hernández-Sampieri R, Mendoza Torres CP. Metodología de la Investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta. McGraw Hill Education, editor. 2018. 1–753 p.
 15. Barraza-Macías A. Inventario SISCO SV-21 [Internet]. 2018 [citado el 16 de abril de 2023]. Disponible en: 21/Inventario_sistémico_cognoscitivista_para_el_estudio_del_estrés.pdf
 16. Valencia Guzmán MJ, Martínez Ávila B, García Valenzuela MLR, Anguiano Morán AC, Lozano Zúñiga MM, Flores Mendoza E. Estrés académico en estudiantes universitarios del área de la salud. *Paraninfo Digital* [Internet]. 2018;12(28):98–103. Disponible en: <http://www.index-f.com/para/n28/e098.php>
 17. Carreón-Gutiérrez CA, De los Reyes-Nieto LR, Vázquez-Treviño MGE. Estrés académico en estudiantes de enfermería durante la pandemia de COVID-19. *Revista Salud y Cuidado* [Internet]. 2022 [citado el 13 de abril de 2023];1(1):1–14. Disponible en:

- <https://revistasaludycuidado.uaemex.mx/article/view/18237/13401>
18. Sánchez Camacho DL, Gachuzo Elías MM, Gallegos Torres RM. Consumo de drogas y estrés en estudiantes de Medicina de la ciudad de Querétaro, México. *European Scientific Journal*, ESJ [Internet]. el 30 de junio de 2021 [citado el 13 de abril de 2023];17(21):366. Disponible en: <https://eujournal.org/index.php/esj/article/view/14419>