

Capítulo 16

Estrés académico y autoestima relacionado con rendimiento académico en estudiantes de enfermería

Gregorio Cota Valenzuela¹
Eric Raidé Betancourt Torres²
María Elena Fernández López³

<https://doi.org/10.61728/AE20241162>

¹ Doctor en Educación por la Universidad del Pacífico Norte Campus Mazatlán, Responsable de Tutorías de la Facultad de Enfermería Mochis, de la Universidad Autónoma de Sinaloa, México. <https://orcid.org/0009-0001-8499-4430>

² Doctor en Educación por la Universidad del Pacífico Norte Campus Mazatlán. Supervisor Escolar de Educación Primaria por la Secretaría de Educación Pública y Cultura, en Ahome, Sinaloa. Correo electrónico: raide_betancourt@hotmail.com

³ Doctora en Educación por el Instituto de Estudios Superiores en Educación por Competencias, Coordinadora Académica de la Facultad de Enfermería Mochis, de la Universidad Autónoma de Sinaloa, México. <https://orcid.org/0000-0003-0784-9069>

Resumen

El objetivo de la presente investigación es determinar la relación que existe entre el estrés académico y la autoestima con el rendimiento académico, en estudiantes universitarios de una facultad de Enfermería de Los Mochis Sinaloa, y con ello hacer un análisis acerca de su situación que nos permita conocer las principales causas del estrés académico, así como medir el nivel de autoestima y de qué manera se relacionan, con la finalidad de implementar estrategias para el control del estrés y conocer los niveles de autoestima y con ello mejorar el rendimiento académico de los estudiantes universitarios. Material y método: El tipo de estudio es descriptivo, observacional, prospectivo, transversal, correlacional y analítico, de enfoque cuantitativo, se utilizó el instrumento SISCO que nos permitió conocer los principales factores del estrés académico y la escala de autoestima de Rosenberg que nos permitió medir el nivel de autoestima, la muestra estuvo conformada por 107 estudiantes universitarios, el muestreo fue no probabilístico por conveniencia.

En cuanto a los resultados del estrés académico, es muy importante mencionar que sí existió tal fenómeno en los estudiantes, pues predomina un alto nivel de preocupación y nerviosismo reflejados en la escala en donde uno es poco y cinco son mucho, los resultados oscilaron en tres con un 27 %, cuatro con un 39.3 % y cinco con un 16.8 %, lo cual indica la presencia de estas alteraciones de preocupación y nerviosismo en dichos estudiantes. Así mismo, en el nivel de autoestima el 94.3 % mostró niveles altos de autoestima, mientras que solo el 5.6 % niveles bajos, y en el rendimiento académico predominó la calificación de nueve representada con un 11.2 %, seguido del promedio diez con un 10.3 %.

Introducción

En el mundo “uno de cada cuatro individuos sufre de algún problema grave de estrés y en las ciudades, se estima que el 50 por ciento de las personas tienen algún problema de salud mental de este tipo” (Caldera, Pulido y Martínez, 2007, p. 78). Por lo que el estrés es una palabra comúnmente utilizada en la actualidad. Se trata de un concepto complejo, intrigante y relevante, sobre el cual no hay un acuerdo claro en cuanto a su definición. Se refiere a una reacción negativa que causa un desequilibrio en las personas que lo experimentan, debido a las disparidades entre la presión percibida y la capacidad para manejarla (Ramos, López y Meza 2020).

En consecuencia, el estrés académico se refiere a la respuesta típica que experimentan los estudiantes ante las múltiples exigencias y desafíos que encuentran en el ámbito universitario, como evaluaciones, exámenes, tareas y exposiciones, entre otros. Esta reacción tiende a activarlos y movilizarlos para responder con eficacia y conseguir sus metas y objetivos. El estrés se manifiesta como una respuesta conductual, psicológica o fisiológica frente a estímulos, situaciones o contextos percibidos como desafiantes o amenazantes, por lo que es considerado en la actualidad como una enfermedad de alta incidencia, siendo un problema de salud pública a nivel mundial (Lazarus y Folkman, 1986). Por lo tanto, en el ámbito universitario, existen diversos estímulos y circunstancias que pueden generar estrés en los estudiantes, y estos provocar diferentes reacciones físicas o psicológicas que alteran las conductas y comportamientos y con ello se ve influenciado el rendimiento académico (Reddy, Menon y Thattil, 2018).

Por su parte, Fernández et al., (2007), como se citó en Garay et al (2018), menciona que el estrés académico se refiere al malestar experimentado por el estudiante debido a una variedad de factores físicos y emocionales, así como interpersonales, intrapersonales y ambientales, que pueden ejercer una presión significativa en su capacidad individual para hacer frente al entorno escolar. Esto puede influir en el rendimiento académico, la capacidad metacognitiva para resolver problemas, la realización de exámenes, las relaciones con compañeros y educadores, la búsqueda de reconocimiento e identidad, así como la capacidad para relacionar el contenido teórico con situaciones específicas de la vida real.

Según lo mencionado anteriormente, el estrés puede manifestarse en cualquier entorno en el que las personas se desenvuelvan, incluyendo el ámbito académico. Este argumento se respalda con lo expuesto por Barraza (2005), quien señala que existe un elevado porcentaje de estudiantes de nivel medio superior (86 %) que admiten experimentar estrés en sus vidas. Además, los alumnos atribuyen este estrés académico al exceso de responsabilidades relacionadas con el cumplimiento de las obligaciones escolares, la carga de tareas y trabajos, entre otras responsabilidades que le son adjudicadas a lo largo de sus jornadas académicas (Méndez Duarte, 2022).

Por consiguiente, el estrés académico induce en los estudiantes situaciones de inquietud o ansiedad, originadas por las exigencias del entorno educativo, lo que resulta en un desequilibrio sistémico manifestado a través de síntomas que requieren que el estudiante implemente estrategias de afrontamiento. En un estudio llevado a cabo en la Universidad de Córdoba, Colombia, se encontró que el 96.6 % de la población estudiantil experimentó momentos de inquietud o ansiedad, y el 59.2 % mostró niveles de estrés intenso (Salgado y Suárez, 2019).

Por su parte Restrepo, Sánchez y Castañeda (2020) en un estudio realizado en México determinaron que todas las reacciones físicas, psicológicas y de comportamiento presentadas por estudiantes universitarios subrayan la importancia de abordar la discusión sobre la salud mental y física de esta población. Desde una perspectiva educativa, este interés está plenamente justificado, ya que estas respuestas no hacen más que debilitar y afectar la capacidad intelectual y el rendimiento académico de los estudiantes y, en muchos casos, el estrés académico (junto con otros problemas) podría resultar en fracaso y abandono. Los estrechos vínculos entre el estrés académico, la ansiedad, la depresión, el consumo de sustancias y la ideación suicida podrían crear una trampa muy peligrosa para la salud y el futuro de personas jóvenes, en su mayoría menores de 25 años.

Por otro lado, según Parillo y Gómez (2019), destacan que la autoestima desempeña un papel crucial en el proceso de enseñanza-aprendizaje entre estudiantes de enfermería. No obstante, esta puede verse afectada negativamente por el estrés académico, el cual está caracterizado por

agentes estresantes, síntomas de estrés y estrategias de afrontamiento. En este sentido, los estudiantes de enfermería necesitan contar con un nivel adecuado de autoestima que les proporcione seguridad y confianza en la adquisición de competencias, dado que la percepción que tienen de sí mismos influye significativamente en su desempeño en las actividades académicas.

Por su parte, Mendiola (2010) hace mención que el estrés académico se refiere a las tensiones mentales y emocionales percibidas por el estudiante como estresores; es decir, el individuo reconoce esta variable como una amenaza, desafío o carga a la que puede responder de manera diligente o no. Por otro lado, se ha observado que niveles elevados de autoestima están asociados con evaluaciones positivas de uno mismo, caracterizadas por una actitud de aceptación hacia el propio ser y se ha sugerido como un factor de protección contra el estrés y los problemas de salud mental, como la depresión (Avison y McAlpine, 1992, citados por Zamora y Leiva, 2022).

Considerando todo lo expuesto anteriormente, se hace relevante llevar a cabo la presente investigación, ya que el estrés académico constituye una realidad constante en la vida cotidiana de los estudiantes universitarios. Este puede comenzar con una sensación de fatiga y culminar en un agotamiento crónico, impactando negativamente en el bienestar general del individuo y en su capacidad para desempeñarse de manera óptima en sus actividades diarias. Por consiguiente, resulta de suma importancia comprender cómo se manifiesta el estrés académico en los estudiantes, con el fin de implementar medidas preventivas o de intervención en el futuro. Por lo tanto, se pretende alcanzar el objetivo de determinar la relación que existe entre el estrés académico y la autoestima con el rendimiento académico en estudiantes universitarios de la licenciatura de enfermería de una facultad de Enfermería de Los Mochis, Sinaloa.

Material y métodos

Diseño de estudio

El estudio llevado a cabo fue de naturaleza descriptiva, prospectiva, transversal, correlacional y analítica. Descriptiva en cuanto a que se detallaron las características sociodemográficas de los participantes y se identificó la relación entre el estrés académico, la autoestima y el rendimiento académico en estudiantes de enfermería. Prospectiva porque los datos primarios se obtuvieron directamente de cada participante, transversal debido a que las variables se midieron en un único momento, correlacional al relacionar el estrés académico, la autoestima y el rendimiento académico, y analítica ya que se analizaron individualmente cada una de las variables (Polit y Hunger, 2000).

Población, muestra y muestreo

En esta investigación participaron 124 estudiantes de diferentes grados (1.º, 2.º, 3.º y 4.º) de ambos géneros inscritos en el programa de licenciatura de enfermería en la Facultad de Enfermería Mochis. La muestra consistió en 107 estudiantes, con un nivel de confianza del 95 % y un margen de error del 5 %. Los datos mencionados fueron recopilados mediante el programa Netquest, considerado como una representación cercana a la realidad del estudio. Se empleó un muestreo no probabilístico por conveniencia ya que los individuos seleccionados forman parte de una población que cumple con los criterios para participar en el proyecto.

Criterios de inclusión

Se incluyeron a todos los estudiantes de diferentes grados y que estén formalmente inscritos en la carrera de Licenciatura en Enfermería de la Facultad de Enfermería Mochis, de la Universidad Autónoma de Sinaloa, de ambos sexos, previa firma del consentimiento informado.

Criterios de exclusión

Estudiantes que refieran algún problema para contestar el instrumento, así como estudiantes que se nieguen a participar en el estudio.

Criterios de eliminación

Se eliminaron a todos aquellos estudiantes que una vez iniciado el estudio decidieron retirarse del estudio o entregaron encuestas incompletas.

Análisis de datos

Los datos del estudio se analizaron de forma cuantitativa para lo cual se utilizó el paquete estadístico SPSS versión 22 para Windows. Se utilizó la estadística descriptiva e inferencial; la estadística descriptiva permitió conocer las características de los participantes del estudio a través de frecuencias, proporciones, medidas de tendencia central, así como medidas de variabilidad. Se determinó la confiabilidad de los instrumentos aplicados, por medio del Coeficiente Alpha de Cronbach. Para el análisis de las variables cualitativas nominales y ordinales se utilizaron frecuencias y porcentajes; para las variables cuantitativas continuas y de razón se utilizaron medidas de tendencia central, dispersión, y la prueba de bondad de ajuste de Kolmogorov–Smirnov para decidir el uso de pruebas paramétricas o no paramétricas. Si los resultados son apropiados, se complementará proporcionando respuestas a los objetivos y a la hipótesis.

Este estudio fue sometido a revisión por parte del Comité de Ética e Investigación de la Universidad del Pacífico Norte (UNIP), y posteriormente se solicitó autorización a la dirección de la Facultad de Enfermería en Los Mochis, Sinaloa. La recolección de datos fue realizada por el responsable de la investigación.

Para llevar a cabo la recolección de información con los estudiantes de la Facultad de Enfermería, en primer lugar, se obtuvo su consentimiento informado por escrito. Luego, se les informó sobre su participación voluntaria en la investigación, se les proporcionaron instrucciones detalladas sobre cómo completar la ficha de datos personales y los cuestionarios

SISCO y la Escala de Autoestima de Rosenberg. Siguiendo el cronograma establecido, se procedió a la aplicación y recolección de la información después de explicar los objetivos del estudio a los estudiantes y directivos de la institución, asegurando su derecho a la confidencialidad, autonomía y libertad de retirarse en cualquier momento sin ninguna repercusión. Este proceso se llevó a cabo a través de un formulario en línea de Google, que incluía datos sociodemográficos relevantes y los instrumentos de evaluación mencionados. Se comenzó con una pregunta sobre la voluntariedad de su participación en el estudio, indicando que podían abandonar la encuesta en cualquier momento si así lo deseaban. Aquellos que optaban por continuar completaban el formulario, mientras que los que no deseaban participar abandonaban automáticamente la encuesta. Al finalizar, se les agradecía su participación voluntaria en la investigación.

Para evaluar el rendimiento académico, se gestionó en colaboración con la coordinación escolar la obtención de las listas de calificaciones finales de los grupos que formaron parte del estudio. Una vez obtenidos los instrumentos, se realizó una revisión minuciosa para asegurar que estuvieran correctamente complementados. Este proceso tomó alrededor de dos meses.

Descripción de los instrumentos

En la primera sección del cuestionario se recabaron algunos datos correspondientes a la Cédula de datos socio demográficos. El Inventario SISCO del Estrés Académico se configura por 31 ítems distribuidos de la siguiente manera:

- Un ítem de filtro que, en términos dicotómicos (sí-no) permite determinar si el encuestado es candidato o no a contestar el inventario.
- Un ítem que, en un escalamiento tipo Likert de cinco valores numéricos (del 1 al 5 donde uno es poco y cinco mucho) permite identificar el nivel de intensidad del estrés académico.
- Ocho ítems que, en un escalamiento tipo Likert de cinco valores categoriales (nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre) permiten identificar la frecuencia en que las demandas del entorno son valoradas como estímulos estresores.

- 15 ítems que, en un escalamiento tipo Likert de cinco valores categoriales (nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre) permiten identificar la frecuencia con que se presentan los síntomas o reacciones al estímulo estresor.
- Seis ítems que, en un escalamiento tipo Likert de cinco valores categoriales (nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre) permiten identificar la frecuencia de uso de las estrategias de afrontamientos.

La Escala de Autoestima de Rosenberg es una herramienta psicométrica diseñada para evaluar el nivel de autoestima en individuos. Fue creada por el sociólogo Morris Rosenberg en 1965. La escala consta de 10 afirmaciones sobre los sentimientos de autoaceptación y autovaloración de una persona. Los participantes deben indicar su grado de acuerdo con cada afirmación en una escala de respuesta de cuatro puntos, que va desde “Totalmente en desacuerdo” hasta “Totalmente de acuerdo”.

Los ítems típicos de la Escala de Rosenberg incluyen afirmaciones como:

- Me siento que tengo cualidades positivas.
- En general, estoy satisfecho conmigo mismo.
- A veces me siento inútil.
- Soy capaz de hacer las cosas tan bien como la mayoría de las personas.
- Me siento que no tengo mucho de lo que sentirme orgulloso.
- Tengo una actitud positiva hacia mí mismo.
- En general, estoy inclinado a sentir que soy un fracaso.
- Me respeto a mí mismo.
- A veces desearía ser otra persona.
- En conjunto, estoy satisfecho conmigo mismo.

Los puntajes totales se calculan sumando las respuestas de los participantes a todas las afirmaciones, lo que proporciona una medida global del nivel de autoestima de cada individuo. La escala ha sido ampliamente utilizada en investigación psicológica y clínica para evaluar el autoconcepto y la autoevaluación de las personas. Es importante destacar que la Escala de Rosenberg no proporciona un diagnóstico clínico de autoestima, pero puede ofrecer información útil sobre la percepción que una persona tiene sobre sí misma en relación con su autoestima.

Consideraciones éticas

El presente estudio de investigación se adherirá a lo planteado en la Ley General de Salud en Investigación para la Salud, promulgada el 6 de enero de 1987 y actualizada por última vez el 2 de abril de 2014 (Diario Oficial de la Federación [DOF], 2014). Esta ley busca establecer las pautas y consideraciones éticas que deben seguir las investigaciones científicas en el campo de la salud que involucren a seres humanos, asegurando la dignidad y el bienestar de las personas sometidas a investigación.

En consonancia con el título segundo, que aborda los Aspectos Éticos de la Investigación en Seres Humanos, Capítulo I de las Disposiciones Comunes, se establece el Artículo 13. Este artículo plantea la necesidad de respetar la dignidad y proteger los derechos y el bienestar de los seres humanos sujetos de estudio. En este estudio se aplicará el anonimato, evitando registrar nombres en los instrumentos utilizados y protegiendo los datos personales de los participantes. Se promoverá la participación voluntaria, brindando la opción de no participar sin consecuencias y manteniendo un trato profesional y respetuoso en todo momento durante la investigación. Conforme al Artículo 14 que establece que las investigaciones en seres humanos deben cumplir con las Fracciones: I, V, VI, VII, VIII, IX.

El presente estudio se justificará basándose en los protocolos científicos y éticos de investigación en salud. Se obtuvo el consentimiento informado de cada participante para autorizar su inclusión en el estudio. Por lo que se gestionó el dictamen favorable de los Comités de Investigación y de Ética en Investigación de la Facultad de Enfermería Mochis. Asimismo, se solicitó la autorización del personal directivo de las Facultades de enfermería Mochis, donde se realizó la recolección de datos.

En conformidad con el Artículo 16, se preservará la privacidad de cada participante al no requerir sus nombres ni datos personales, garantizando la confidencialidad de la información proporcionada durante un periodo establecido para el análisis, posteriormente serán eliminados y descartados.

En relación con el Artículo 17, el presente estudio se consideró de riesgo mínimo, dado que solo se indagó sobre algunas percepciones de los estudiantes y se evitó controlar o manipular la conducta de los participan-

tes. Sin embargo, algunos reactivos podrían generar emociones negativas, en cuyo caso se permitió abandonar el estudio sin consecuencias.

En concordancia con el Artículo 20, se entregó el consentimiento informado por escrito a los participantes, permitiendo su participación de manera voluntaria y sin coerción.

En cuanto al Artículo 21, se brindó información clara y precisa a los participantes sobre el estudio, incluyendo objetivos, procedimientos, riesgos y beneficios. Se respondieron sus preguntas y se garantizó la libertad de retirar el consentimiento en cualquier momento, asegurando la seguridad y confidencialidad de la información.

Finalmente, siguiendo el Artículo 22, el consentimiento informado se elaboró por el investigador principal, revisado y aprobado por el Comité de Ética en Investigación de la Facultad de Enfermería Mochis, cumpliendo con las especificaciones correspondientes (Diario Oficial de la Federación [DOF], 2014).

Resultados

En esta sección se exponen los hallazgos obtenidos del estudio “Estrés académico y autoestima relacionada con el rendimiento académico en estudiantes de enfermería”, llevado a cabo con la participación de 107 estudiantes de una facultad de enfermería en Los Mochis, Sinaloa. Se comienza con el análisis de la consistencia interna del instrumento utilizado, seguido de la presentación de los resultados obtenidos mediante estadísticas descriptivas e inferenciales. Además, se detallan los objetivos desarrollados en el estudio y se presenta la prueba de hipótesis correspondiente.

La Tabla 1 describe las características de los sujetos participantes en la investigación. En cuanto al género, el 83.2 % de los participantes fueron mujeres, mientras que el 16.8 % fueron hombres. Respecto a la edad, el 93.4 % se encontraba en el rango de 18 a 25 años, y el 6.5 % en el rango de 26 a 35 años. En cuanto a la pregunta sobre si trabajaban además de estudiar, el 56.1 % respondió que no, mientras que el 43.9 % indicó que sí lo hacía. Respecto al grado de estudio, el 35.5 % se encontraba en primer año, el 18.7 % en segundo, el 29.9 % en tercero y el 15.9 % en cuarto año. En cuanto al estado civil, el 94.4 % eran solteros, el 2.8 % estaban casados

y el 2.8 % tenían unión libre. En relación con el rendimiento académico (promedio obtenido), el 16.8 % tenía un promedio entre 6.1 y 7.9, el 23.3 % entre 8.0 y 8.9, y el 59.8 % entre 9.0 y 10.

Tabla 1. *Datos sociodemográficos*

Características		n	Porcentaje
Sexo	Femenino	89	83.2 %
	Masculino	18	16.8 %
Edad	18 a 25	100	93.4 %
	26 a 35	7	6.5 %
Además de estudiar trabajas	No	60	56.1 %
	Si	47	43.9 %
Grado de estudios	Primero	38	35.5 %
	Segundo	20	18.7 %
	Tercero	32	29.9 %
	Cuarto	17	15.9 %
Estado civil	Casado (a)	3	2.8 %
	Soltero (a)	101	94.4 %
	Unión Libre	3	2.8 %
Rendimiento acadé- mico (promedio obte- nido)	De 6.1 a 7.9	18	16.8 %
	De 8.0 a 8.9	25	23.3 %
	De 9.0 a 10	64	59.8 %

n = 107

Fuente: CDP.

Las variables sociodemográficas de los estudiantes de la facultad de enfermería arrojaron como resultado una \bar{X} de 20.7 años, una Mdn 20 años, una Mo de 21 años, una edad mínima de 17 años y una máxima de 35 años, predominando el sexo femenino con un 83.2%, reflejando un alto porcentaje el estado civil soltero con un 94.4%, el 56.07 % dijo que trabaja y estudiaba y el 43.9 % solo se dedica a estudiar. Del total de los estudiantes que participo en este estudio el 35.5 % fue de primer grado y el 29.9 % de tercero, con porcentajes más bajos segundo y cuarto. El promedio

más alto está representado con el 9 en un 11.2 %, seguido del 10 con un 10.3 %. La fiabilidad del instrumento SISCO utilizado en este estudio para evaluar el estrés académico entre estudiantes de enfermería en una facultad de Enfermería. Encontrándose una alta consistencia interna, con un coeficiente Alfa de Cronbach de .960.

Tabla 2. Resultados de las variables de estudio

Variabes	Escalamiento	Frecuencia	Resultados
Autoestima	alto		94.3
	Bajo		5.6
Estrés	1 (poco)	7	6.5
	2	11	10.3
	3	29	27.1
	4	42	39.3
	5 (mucho)	18	16.8
Rendimiento académico	9.0	12	11.2
	10	11	10.3
	Menor a 8	27	8.4
			n =107

Fuente: SISCO.

En cuanto al objetivo general de la presente investigación, que fue determinar la relación que existe entre el estrés académico y la autoestima con el rendimiento académico en estudiantes universitarios de la licenciatura de enfermería de una facultad de Enfermería de Los Mochis Sinaloa; se determina que no existe tal relación, por lo que en la muestra de estudio, conformada por 107 estudiantes, en cuanto al nivel de autoestima, el 94.3 % mostró nivel alto de autoestima, mientras que solo el 5.6 % niveles bajo, y en el rendimiento académico predominó la calificación de nueve representada con un 11.2 %, seguido del promedio diez con un 10.3 %, mientras que en menor porcentaje se encontraban las calificaciones de ocho, siete y seis.

Por lo que, en cuanto a los resultados del estrés académico es muy importante mencionar que, si existe tal fenómeno en los estudiantes, pues

predomina un alto nivel de preocupación y nerviosismo reflejados en la escala en donde uno es poco y cinco son mucho, los resultados oscilaron en tres con un 27 %, cuatro con un 39.3 % y cinco con un 16.8 %, lo cual indica la presencia de estas alteraciones de preocupación y nerviosismo en dichos estudiantes. En cuanto a la inquietud mostrada por la sobrecarga de tareas, dijeron el 24.3 % le inquietó algunas veces, el 34.6 % casi siempre se inquietó y el 32.7 % manifestó que siempre le inquietó la sobre carga de tareas. Mientras que el carácter del profesor inquietó solo algunas veces en un 37.3 %. Las evaluaciones por parte del profesor como exámenes, ensayos y trabajos de investigación arrojó que casi siempre inquieta a los estudiantes en un 19.6 %, y siempre en un 20.6 %, en cuanto al limitado tiempo para hacer diferentes trabajos el 23.4 % dijo que algunas veces le inquieta, el 20.6 % casi siempre y el 31.8 % siempre, lo cual pone en riesgo al estudiante de que su nivel de estrés se vea incrementado.

Conclusiones

El presente estudio permitió determinar la relación que existe entre el estrés académico y la autoestima con el rendimiento académico en estudiantes universitarios de la licenciatura de enfermería de una facultad de Enfermería de Los Mochis Sinaloa, en 107 estudiantes en el periodo comprendido de agosto a diciembre del 2020.

Podemos observar que las principales reacciones psicológicas que presentaron los estudiantes de la facultad de enfermería que participaron en este estudio, manifestaron ansiedad, angustia o desesperación algunas veces el 38.3 %, casi siempre el 25.2 % y siempre el 12.1 %, en cuanto a problemas de concentración los estudiantes manifestaron que algunas veces el 42.1 % y casi siempre el 24.3 %, así mismo sentimientos de agresividad o aumento de irritabilidad, algunas veces el 30.8 %, casi siempre el 17.8 %, y siempre el 4.7 %, también conflictos o tendencia a polemizar o discutir, algunas veces el 25.2 %, casi siempre el 13.1 % y siempre el 5.6 %, por lo tanto, aislamiento de los demás, algunas veces el 34.6 % y casi siempre el 12.1 %, desgano para realizar las labores escolares, algunas veces el 34.6 %, casi siempre el 23.4 % y siempre el 11.2 %, aumento o reducción del consumo de alimentos, algunas veces el 31.8 % y siempre el 16.8 %, es importante que estas reacciones ponen en manifiesto que los estudiantes

están expuestos a desarrollar estrés académico y por ende poner en riesgo su estabilidad emocional.

Así mismo se pueden observar las principales reacciones físicas manifestadas por diferentes síntomas en los estudiantes de la facultad de enfermería que participaron en este estudio, entre los que destacan los siguientes: los estudiantes presentaron síntomas o reacciones a los estímulos estresores como trastornos en el sueño y pesadillas, algunas veces el 29 %, y casi siempre el 27 %; dolor de cabeza o migraña, algunas veces 28 %, casi siempre el 28 % y siempre el 17 %; problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea, rara vez el 28 %, algunas veces el 30.8 % y casi siempre el 14 %: somnolencia o mayor necesidad de dormir, algunas veces el 29.9 %, casi siempre el 24.3 %, y siempre el 16.8 %, incapacidad de relajarse y estar tranquilos, algunas veces el 34.6 % y casi siempre el 29 %, sentimientos de depresión y tristeza, algunas veces el 38,3 %, casi siempre el 19,6 % y siempre el 15 % lo que pone en riesgo a la población estudiantil a desarrollar un nivel considerado de estrés académico, lo que deja de manifiesto la presencia de los principales estresores académicos.

Es importante mencionar que se identificó en muy bajos porcentajes el uso de estrategias de afrontamiento del estrés y con qué frecuencia los estudiantes de la facultad de enfermería las utilizaron para enfrentar la situación que les causaba preocupación o nerviosismo como son: habilidad asertiva (defender nuestras preferencias, ideas o sentimientos sin dañar a otros), algunas veces el 29.9 %, rara vez el 17.8 % y nunca el 18.7 %; en cuanto a la práctica de elogios así mismo, el 35.5 % respondió que algunas veces lo practica, rara vez el 21.6 % y nunca el 20.6 %, en cuanto a la búsqueda de la información sobre la situación, algunas veces el 28 %, rara vez el 24.3 % y nunca el 18.7 %; elaboración de un plan y ejecución del mismo, algunas veces 27.1 %, rara vez 21.5 %, y nunca el 10.3 %; práctica de la religiosidad (oraciones o asistencia a misa), el 24.3 % manifestó hacerlo algunas veces, mientras que el 20.6 % rara vez y el 32.7 % dijo nunca hacerlo; en cuanto a la ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa), algunas veces lo hizo el 29 %, rara vez el 20.6 % y nunca el 18.7 %. Aunado a ello y mediante la revisión de la literatura llevada a cabo, se encontraron 3 tipos de estresores más comunes según Muñoz (2004), los relacionados con los procesos de evaluación, los que

atañen en la sobrecarga de trabajo y otras condiciones del proceso de enseñanza-aprendizaje, como las relaciones sociales (relaciones profesor-estudiante y entre compañeros), la metodología de la enseñanza y diversos componentes organizacionales.

Referencias

- Caldera Montes, J. F., Pulido Castro, B. E. y Martínez González, M. G. (2007). Niveles de estrés y rendimiento académico en estudiantes de la carrera de Psicología del Centro Universitario de Los Altos. *Revista de Educación y Desarrollo*, 7, 78.
- Silva-Ramos, M. F., López-Cocotle, J. J. y Meza-Zamora, M. E. C. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Investigación y Ciencia de la Universidad Autónoma de Aguascalientes*, 28(79), 75-83.
- Folkman, S., Lazarus, R. S., Gruen, R. J. y DeLongis, A. (1986). Appraisal, coping, health status, and psychological symptoms. *Journal of personality and social psychology*, 50(3), 571.
- Reddy, K. J., Menon, K. R. y Thattil, A. (2018). Academic stress and its sources among university students. *Biomedical and pharmacology journal*, 11(1), 531-537.
- Fernández Rico, J. E., Fernández Fernández, S., Álvarez Suárez, A. y Martínez Cambor, P. (2007). Éxito académico y satisfacción de los estudiantes con la enseñanza universitaria. *Revista Electrónica de Investigación y Evaluación Educativa*.
- Roberto, J., Isabel, M., Araceli, M., del Carmen, M. y Guadalupe, V. (2018). *Estrés académico en estudiantes universitarios de enfermería*.
- Barraza, A. (2005) *El estrés académico de los alumnos de educación media superior*. Hermosillo, Memoria electrónica de VIII Congreso Nacional de Investigación Educativa.
- Duarte, S. L. M. (2022). Autoeficacia académica y estrés académico en estudiantes universitarios. *Sistemas Humanos*, 2(1), 34-46.
- Salgado, A. y Suárez, M. (2019). *Estrés académico en estudiantes de enfermería de una institución educativa superior*. Montería, Colombia: Repositorio de tesis. Recuperado el 07 de febrero del 2021.

- Restrepo, J. E., Sánchez, O. A. y Castañeda Quirama, T. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Psicoespacios*, 14(24), 17-37
- Parillo, J. R. C. y Gómez, R. Y. P. (2019). Estrés académico y autoestima en estudiantes de enfermería, Arequipa-Perú. *Revista de ciencias sociales*, 25(1), 384-399.
- Sánchez-Mendiola, M., Durante-Montiel, I., Morales-López, S., Lozano-Sánchez, R., Martínez-González, A. y Graue-Wiechers, E. (2011). Plan de estudios 2010 de la Facultad de Medicina de la Universidad Nacional Autónoma de México. *Gac Med Mex*, 147(2), 152-158.
- Avison, W. R. y McAlpine, D. D. (1992). Gender Differences in Symptoms of Depression Among Adolescents. *Journal of Health and Social Behavior*, 33(2), 77-96. <https://doi.org/10.2307/2137248>
- Zamora-Marin, A. M. y Leiva-Colos, F. V. (2022). Estrés académico y autoestima en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana en contexto COVID-19 durante el año 2021. *Academo (Asunción)*, 9(2), 127-138.

