

Analisis de disparidad en los niveles de estrés académico entre estudiantes universitarios de primer y último nivel

Comparison of the level of academic stress between first and last level university students

Katherin Mishell Gusqui Bonilla¹ [0000-0001-9700-3301], Anabela Salomé Galárraga Andrade^{2,3} [0000-0002-2323-1253]

¹ Posgrado, Universidad Nacional de Chimborazo, UNACH. Av. Eloy Alfaro y 10 de Agosto. Riobamba-Ecuador.

² Docente posgrado, Universidad Nacional de Chimborazo, UNACH. Av. Eloy Alfaro y 10 de Agosto. Riobamba-Ecuador.

³ Universidad Técnica del Norte, UTN. Av. 17 de Julio, Ibarra-Ecuador.

¹kmgusqui.fep@unach.edu.ec, ^{2,3}asgalarraga@utn.edu.ec

CITA EN APA:

Gusqui Bonilla, K. M., & Galárraga Andrade, A. S. (2023). Analisis de disparidad en los niveles de estrés académico entre estudiantes universitarios de primer y último nivel. *Prometeo Conocimiento Científico*, 3(2), e49. <https://doi.org/10.55204/pcc.v3i2.e49>

Recibido: 2023-07-12

Revisado: 2023-07-19 al 2023-08-10

Corregido: 2023-08-20

Aceptado: 2023-08-25

Publicado: 2023-09-04

Prometeo

Conocimiento Científico

ISSN: 2953-4275



Los contenidos de este artículo están bajo una licencia de Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0)

Los autores conservan los derechos morales y patrimoniales de sus obras.

Resumen.

Introducción: en la presente investigación se realizó la comparación de la variable estrés académico con el primer y el último nivel académico en estudiantes universitarios **Objetivo:** identificar la presencia de estrés según el nivel de estrés académico en base a las dimensiones del Inventario SISCO.

Métodos: El estudio fue realizado mediante un enfoque cuantitativo, correlacional y de diseño transversal. Se empleó un método de muestreo no probabilístico y se aplicó una fórmula estadística para analizar a un grupo total de 257 estudiantes, de los cuales 211 eran mujeres y 46 eran hombres. Estos estudiantes estaban inscritos en programas académicos como educación inicial, educación básica, pedagogía de idiomas nacionales y extranjeros, así como psicopedagogía en la Facultad de Ciencias de la Educación Humana y Tecnologías de una universidad pública en el país. **Resultados:** después de un análisis exhaustivo se llegó a determinar la existencia de mayor estrés académico en estudiantes de último nivel con el 90,2 %, aunque el nivel de estrés obtenido en los estudiantes de primer nivel fue de 89,6%.

Conclusiones: Tras un minucioso análisis, se pudo concluir que existe una disparidad en los niveles de estrés académico entre estudiantes de distintos niveles. Los resultados indican que los estudiantes en su último año de estudio enfrentan un nivel más elevado de estrés académico, cifrado en un 90,2%. Por otro lado, se identificó que los estudiantes que están en su primer año también experimentan un grado considerable de estrés, alcanzando un 89,6%.

Palabras Clave: estrés académico, educación superior, salud mental, estudiantes universitarios.

Abstract:

Introduction: The present research conducted a comparison of the academic stress variable between the first and last academic levels among university students. **Objective:** To identify the presence of stress according to the level of academic stress based on the dimensions of the SISCO Inventory. **Methods:** The study was carried out using a quantitative, correlational, and cross-sectional approach. A non-probabilistic sampling method was employed, and a statistical formula was applied to analyze a total group of 257 students, of which 211 were women and 46 were men. These students were enrolled in academic programs such as early education, basic education, national and foreign language pedagogy, as well as educational psychology in the Faculty of Human Education Sciences and Technologies at a public university in the country.

Results: After a comprehensive analysis, it was determined that there is a higher level of academic stress among last-level students at 90.2%, while the level of stress observed among first-level students was 89.6%. **Conclusions:** Through meticulous analysis, it was concluded that there is a disparity in academic stress levels among students at different levels. The results indicate that students in their final year of study face a higher level of academic stress, measured at 90.2%. On the other hand, it was identified that students in their first year also experience a significant degree of stress, reaching 89.6%.

Keywords: academic stress, higher education, mental health, university students.

1. INTRODUCCIÓN

Se conoce como estrés a la reacción que se pone en marcha en situaciones que se perciben como desafiantes, es una reacción natural que ha evolucionado para ayudar a enfrentar situaciones consideradas como peligrosas. A nivel global, Caldera et al. (2007) menciona que el estrés en los últimos años está afectando de manera progresiva al ser humano, “uno de cada cuatro individuos sufre de algún problema grave de estrés, se estima que el 50 por ciento de las personas tienen algún problema de salud mental de este tipo”. El individuo en la actualidad se desempeña en otro tipo de ambiente influenciada por distintos sucesos competitivos que hacen que el estrés se posicione de una manera excesiva, afectando negativamente a la salud física y mental.

El estrés académico se refiere a la presión y tensión emocional que experimentan los estudiantes debido a las demandas y expectativas asociadas a su rendimiento académico, algunos factores que contribuyen al estrés escolar es la carga de tareas, la competencia entre compañeros, cumplir expectativas altas, la búsqueda constante de perfección, la comparación con otros estudiantes, la presión social, etc. este tipo de situaciones hace que se relacionen con emociones anticipatorias como: preocupación, ansiedad, satisfacción, confianza, ira, tristeza, alivio (Aguila et al.,2015).

La investigación realizada por Tirado et al. (2023), con el propósito de examinar el estrés académico, así como los factores demográficos y familiares, en estudiantes de odontología que asisten a una institución educativa privada en Cartagena. La muestra incluyó a 158 estudiantes de odontología. Los resultados revelaron que los niveles de estrés fueron más pronunciados en las categorías más altas. Entre las situaciones que provocaron más contextos de estrés, se destacaron la sobrecarga de tareas y las evaluaciones por parte de los profesores. Respecto a las reacciones físicas, la somnolencia fue una manifestación común. En términos de síntomas psicológicos, se identificó la presencia de síntomas de depresión y tristeza. En cuanto a las reacciones comportamentales, se observó una variación en el consumo de alimentos, manifestada ya sea en un aumento o una disminución del mismo.

En Ecuador se efectuó un estudio en donde el objetivo principal fue el identificar el nivel de estrés académico al que están expuestos los estudiantes de Tecnología Superior en Finanzas en una institución de educación superior de la ciudad de Guayaquil, se ejecutó con 210 estudiantes, los resultados de esta investigación arrojaron que se encuentran en un nivel medio de estrés, también se evidencia que existe un nivel de reacción psicología alta con un 34.90% proseguida de reacciones físicas con el 32,19%, se muestra que el 31.60 % del total de los universitarios poseen acciones positivas de afrontamiento ante situaciones de estrés académico (Álvarez, 2018).

Una de las justificaciones por las cuales se desarrolló este tema de estudio es porque en la actualidad en Ecuador no existen investigaciones relacionadas con el estrés académico en estudiantes universitarios de primer y último nivel, el objetivo también de este estudio es el poder identificar en qué nivel existe mayor estrés, para esta comparación se ha tomado específicamente a los universitarios de primer semestre por el cambio drástico que sufren al iniciar un proceso académico diferente al que estaban acostumbrados y en el último semestre en donde ya al estar por culminar su etapa académica poseen muchas actividades

por cumplir para poder ser profesionales.

1.1 El estrés

De acuerdo con Benjamín (2000) mencionado por Espinoza et al. (2018) la palabra estrés tiene su origen del latín stringere que equivale a oprimir, atar, apretar, estrechar, describe la respuesta general del cuerpo a diversas demandas o estímulos, ya sean positivos o negativos. Con el tiempo el término se popularizó en el campo de la psicología y la medicina, y se comenzó a usar para describir las respuestas emocionales, cognitivas y físicas a las presiones de la vida actual.

El estrés es un estado de defensa que ayuda al cuerpo a responder naturalmente a las adversidades y a otros estímulos, es una reacción ante una situación difícil, además es necesario para la vida diaria del individuo ya que, actúa en circunstancias amenazadoras, sin embargo, es preciso mencionar que cuando existe un exceso provoca diversos síntomas que afectan de manera psicológica como física produciendo problemas de desgaste, irritabilidad, dolores de cabeza, envejecimiento, entre otros (Oliveras, 2023). Para Batista et al. (2023), existen factores que poseen comorbilidad con el estrés afecta negativamente a la salud mental, así como la depresión, trastornos de ansiedad que puede afectar al 30% de la población universitaria.

1.2 Tipos de estrés

El estrés no se puede evitar, es un fenómeno inseparable al ser humano, el cuerpo responde de manera automática ante situaciones de la vida cotidiana que muchas de las veces inducen sensaciones gustosas o de presión, en relación con esto se vuelve importante mencionar que existen dos tipos de estrés según lo establecido por Selye (1930) citado por (Gallego et al., 2018) existe:

El estrés beneficioso conocido como Eustrés, se refiere a situaciones que, aunque pueden ser desafiantes son percibidos como motivadores, estimulantes y capaces de mejorar el rendimiento y la productividad en el individuo, es un estrés positivo que incita al entusiasmo, creatividad, ofrece oportunidades para el crecimiento, el logro, las metas y la adquisición de nuevas habilidades.

Por lo contrario, tenemos el estrés negativo conocido como Distrés, se manifiesta de formas perjudiciales que puede tener efectos adversos en la salud mental y física de una persona, se relaciona con situaciones que son percibidas como abrumadoras, desgastantes, desagradables que pueden llevar a una sensación de malestar intenso, es dañino, provoca sufrimiento y desgaste personal.

1.3 Estrés académico

El estrés académico se define como la presión que experimentan los estudiantes debido a las exigencias que perciben relacionado a su desempeño académico, puede manifestarse de diferentes maneras y afecta a estudiantes de nivel primario como también a universitarios, algunos factores destacados que contribuyen al estrés académico incluyen: los periodos de exámenes, la sobrecarga académica en los primeros años de la carrera, la enseñanza y aprendizaje más complejo, el esfuerzo en la memorización, la falta de tiempo, la exigencia de algunas materias, el temor de quedarse atrás de sus demás compañeros, mantener una buena puntuación. El estudiante al cursar por situaciones angustiantes, al percibir distrés en

su proceso formativo desarrolla síntomas físicos como: ansiedad, cansancio, bajo rendimiento académico, etc. (Zárate et al., 2018).

En el ambiente actual, el estrés escolar sigue siendo una dificultad que no solo afecta en el ámbito educacional si no también en la esfera extracurricular del estudiante, además desde el punto de vista de García y González (2022) la sobrecarga de trabajos escolares y el tiempo que poseen para desarrollarlas son los principales productores de estrés, incluso esto hace que por el malestar que origina este fenómeno el universitario retrase sus tareas lo que produce otra dificultad en el aprendizaje que se conoce como procrastinación.

1.4 Causas de estrés académico

Un proceso que está en constante cambio es la preparación del estudiante universitario, quienes están plenamente sometidos a diferentes fenómenos sociales que problematizan el rendimiento escolar y muchos de estos afectan a la salud. Para Escobar et al. (2018), el estrés puede tener una serie de consecuencias negativas en la vida de los alumnos si no se maneja adecuadamente, algunas de estas consecuencias son: el nerviosismo, la tensión, agotamiento físico y mental, agobio, pánico, problemas de salud mental, dificulta la concentración, la retención de información, rendimiento académico inferior, problemas de sueño, afecta a los hábitos alimenticios, puede también minar la autoestima y la confianza de uno mismo.

Domingues et al. (2018) señalan que como principal desencadenante del estrés académico en la universidad es la falta de tiempo para compartir con amigos, familia y para poder realizar actividades que generen placer, el descansar, existe también la comprensión de parte del profesorado y el de las relaciones entre estudiante y docente, pues se presentó baja calidad académica y pocos conocimientos adquiridos.

1.5 Afectaciones a nivel cognitivo por el estrés académico

Cores (2022) sostiene que dependiendo el nivel de estrés que sienta un estudiante puede afectar una o dos funciones cognitivas, entre las funciones mentales que se pueden ver afectadas esta:

Memoria: puede alterar a la retención y el recuerdo de información importante, es decir, que perjudica a la memoria a corto plazo resultando dificultades en recordar detalles recientes, así mismo a la memoria de trabajo en donde la concentración en tareas cognitivas es más difícil y también el resolver problemas y también afecta a la memoria a largo plazo.

Aprendizaje: disminuye la capacidad de asimilar nuevos conceptos, además perturba al razonamiento dado que el cerebro está ocupado con preocupaciones

Atención: pues al querer liberarse el cerebro del estrés de forma automática no presta el mismo cuidado a las tareas cotidianas es por esto que la atención se reduce; menciona también que las situaciones de estrés en edades infantiles afectan de manera más grave al cerebro.

Concentración: el estrés puede dificultar la capacidad de concentrarse en una tarea específica. Las personas bajo estrés pueden experimentar una mayor distracción, lo que les dificulta mantener la atención en una sola tarea durante un período prolongado de tiempo.

2. METODOLOGÍA O MATERIALES Y MÉTODOS

En el presente estudio se empleó una metodología de carácter cuantitativo, correlacional y con un enfoque transversal. La población estuvo definida por 754 estudiantes procedentes de la Facultad de Ciencias de la Educación Humanas y Tecnologías, los mismos que se encontraban matriculados legalmente en el primer y último semestre de una universidad pública en Ecuador. La muestra quedó definida por 257 estudiantes los mismos que cumplieron con los criterios de inclusión explicados más adelante, a través de un método de selección no probabilístico y mediante la aplicación de técnicas estadísticas. La muestra estuvo dividida en 211 mujeres y 46 hombres con edades comprendidas entre los 18 hasta 25 años, inscritos en los programas académicos que oferta la universidad en la Facultad de Ciencias Humanas y Tecnologías.

Criterios de inclusión:

- Estudiantes matriculados en la universidad en la cual se está llevando a cabo la investigación.
- Estudiantes de primer y último semestre/años matriculados en la Facultad de Ciencias Humanas y Tecnologías en las carreras de educación básica e inicial, pedagogía de idiomas, y psicopedagogía
- Estudiantes que han autorizado ser parte de la investigación mediante carta de consentimiento.

Criterios de exclusión:

- Estudiantes que no pertenezcan a la universidad en donde se realizó la investigación.
- Estudiantes que no formen parte del primer y último nivel de la institución de educación superior.
- Estudiantes que no consintieron su participación en la investigación.

Instrumentos de aplicación:

- Previo al inicio de la aplicación del instrumento esencial para este estudio, se les proporcionó a los participantes la carta de consentimiento informado. En este primer documento se explicó que los datos recopilados tienen exclusivamente propósitos científicos, y se les aseguró la total confidencialidad de dicha información. El objetivo fue brindarles detalles sobre la investigación y solicitar su aprobación para participar.
- Posteriormente, se les proporcionó la ficha sociodemográfica que incluía las siguientes preguntas: edad, género, lugar de origen, desarrollo de actividades físicas (recreativas o profesionales), promedio de horas de descanso por noche, autoevaluación académica, relaciones interpersonales, situaciones económica y familiar. Cabe destacar que esta ficha fue administrada con propósitos investigativos únicamente.
- El inventario SISCO, por otra parte, fue aplicado para evaluar la variable estrés académico se. Al dar inicio al cuestionario, se presenta una pregunta de carácter binario, donde el participante debe responder con un "sí" o un "no". En el caso de que la respuesta sea "no", se informa al participante que ese ítem específico concluye en ese punto. Sin embargo, si la respuesta es

afirmativa, se procede a completar las preguntas subsiguientes mediante el uso de una escala de valores que abarca diversas opciones de respuesta, como nunca, casi nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre. Esta escala tiene la función de evaluar tres dimensiones fundamentales: estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento.

En este contexto se tomó en cuenta la escala de valores de Likert en la cual cada uno de los niveles establecidos tiene una asignación numérica específica, de manera que **nunca** equivale a 0, **casi nunca** a 1, **rara vez** a 2, **algunas veces** a 3, **casi siempre** a 4 y **siempre** a 5. Esta escala en particular desempeña un papel esencial en el proceso de calcular la puntuación total del inventario, otorgando puntuaciones individuales a cada una de las tres dimensiones mencionadas. Es decir, cada respuesta proporcionada por el participante es calificada de acuerdo con la correspondiente escala de valores, lo que resulta en una serie de puntuaciones para cada dimensión.

Posteriormente, estas puntuaciones individuales son sumadas, lo que culmina en la obtención del puntaje final del inventario. Este enfoque de puntuación acumulativa permite la evaluación global del nivel de estrés académico experimentado por el participante, considerando los estresores percibidos, los síntomas reportados y las estrategias utilizadas para enfrentar dicho estrés. En resumen, este proceso estructurado de evaluación proporciona una visión integral de la experiencia de estrés académico y permite comparar y analizar los resultados entre los participantes.

3. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

3.1. Distribución de estudiantes por carrera y semestre.

La tabla 1 muestra la distribución de carreras dentro de la Facultad de Educación, donde se destaca que la mayoría de los estudiantes están inscritos en la licenciatura de educación básica e idiomas, constituyendo el 25,7% del total. A continuación, se encuentra la carrera de psicopedagogía con un 24,9%, y en última instancia, los estudiantes de educación inicial representan el 23,7%. Además, la tabla también ilustra el nivel educativo de los estudiantes en donde la mayoría se encuentra en el primer nivel, alcanzando el 52,5%, mientras que el 47,4% corresponde al último nivel. En conjunto, se obtiene un total de 257 estudiantes en la muestra.

Comparando estos resultados con la investigación realizada por Mendoza et al. (2019), se observa que su estudio contó con una muestra más amplia de 1064 estudiantes de diversos programas de estudio. Dentro de esta muestra, la mayoría de los estudiantes se inscribieron en el programa de ingeniería económica, con un total de 445 universitarios. A continuación, se encuentra el programa de ingeniería agrícola con 419 estudiantes, seguido por sociología con 200 estudiantes. Es relevante destacar que estos números se basan exclusivamente en el primer semestre de los programas respectivos.

Tabla 1:
Distribución de estudiantes de la Facultad de Educación

Carreras	Primer nivel	Último nivel	%
Educación Básica	43	23	25,7
Educación Inicial	14	47	23,7
Psicopedagogía	39	25	24,7
Idiomas	39	27	25,7
TOTAL	135	122	100

El porcentaje más alto de estrés académico fue registrado en el nivel educativo más avanzado, con un 90,2%, equivalente a 110 estudiantes. Por otro lado, en el primer nivel, se encontró que el 89,6% de los estudiantes experimentaron síntomas de estrés en algún momento durante su trayectoria educativa, tal como se puede apreciar en la tabla 2. Cabe señalar que aquellos estudiantes en ambos niveles que no experimentaron estrés académico durante el período ya no completaron las restantes preguntas. Esto se debe a que el cuestionario SISCO estipula que si la respuesta a la primera pregunta es negativa, el cuestionario se considera finalizado. En consecuencia, 231 estudiantes tanto del primer como del último nivel reconocieron haber experimentado episodios de estrés.

Asimismo, es importante mencionar el estudio llevado a cabo por Rodríguez et al. (2020), el cual se enfocó en los alumnos que recién ingresaban a la carrera de odontología. Los resultados de este estudio indicaron que un notable 98,3% de los estudiantes presentaba síntomas de estrés académico. En contraste, un reducido 1,7% de los alumnos (equivalente a 5 alumnos) no expresaron inquietudes durante el semestre. Estos últimos no fueron incluidos en los análisis anteriores.

Tabla 2:

**¿Ha experimentado inquietud o nerviosismo (estrés) en el transcurso de su período académico?
Estudiantes que presentaron cierto grado de estrés académico**

	Nunca		Casi nunca		Algunas veces		Rara vez		Casi siempre		Siempre		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Primer nivel	4	2.96	10	7.41	36	26.67	41	30.37	21	15.55	23	17.04	135	100
Último nivel	5	4.09	7	5.74	42	34.43	35	28.69	16	13.11	15	12.30	122	100

3.2. Nivel de estrés que tuvieron los estudiantes de primer y último semestre

El nivel de estrés que poseen la mayoría de los estudiantes de primer nivel se encuentra en el número 3 que se considera como medio con el 45.19% proseguido del nivel 4 que se lo conceptualiza como un rango medio alto con un 28.15% en cambio en el último nivel encontramos que el 19.67% de los estudiantes se encuentran en el índice 4 y después se observa que sigue el literal 3 con un 38.19%. De forma análoga, en el estudio llevado a cabo por Llorente et al. (2021), se destaca que, de los participantes, un significativo 96,32% expresó haber experimentado niveles de estrés en el transcurso de su recorrido académico. Dentro de este conjunto de estudiantes, se observó que un 30,94% de ellos fue categorizado con un nivel de estrés considerado leve. Sin embargo, es importante resaltar que un porcentaje más substancial, correspondiente al 66,94% y representando así la gran mayoría de los universitarios involucrados, informó acerca de una intensidad de estrés moderada o intermedia.

No obstante, es relevante mencionar que un 2,11% de los estudiantes se encontró en un rango de estrés severo, lo cual, aunque una minoría, resalta la presencia de un nivel de preocupación considerable en algunos individuos. Este amplio espectro de respuestas sugiere que el estrés es una experiencia significativa en el ámbito académico y que puede variar en términos de intensidad, teniendo implicaciones importantes para la salud mental y el bienestar de los estudiantes.

Tabla 3:**Nivel de estrés mediante medido en Escala de Likert.**

	1(Muy bajo)		2(Bajo)		3(Medio)		4(Alto)		5(Muy alto)		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Primer nivel	4	2.96	10	7.41	61	45.19	38	28.15	22	16.29	135	100
Último nivel	5	4,10	7	5.74	71	38.19	24	19.67	15	12.30	122	100

3.3.Dimensión de estresores.

Al examinar la Tabla 4, que aborda la primera dimensión del Inventario SISCO relacionada con los factores estresantes, se puede constatar que una proporción considerable de estudiantes de primer nivel académico, con un 44.44%, se encuentra en la categoría de valor alto en esta dimensión. Asimismo, se observa que en el caso de los estudiantes en el último nivel de su trayectoria educativa, la mayoría se distribuye entre las categorías de valor medio y alto, totalizando un 77.03%.

Es relevante mencionar que al examinar la investigación realizada por (Barraza y Barraza, 2020), en la cual se tomó una muestra de 300 estudiantes de educación superior como población, se destaca que los ítems con puntuaciones más elevadas en la dimensión de estresores son aquellos relacionados con la sobrecarga de tareas y trabajos escolares que los estudiantes deben abordar diariamente, así como la restricción de tiempo para completar las actividades asignadas por los profesores y la realización de exámenes. Estos elementos se perciben como generadores de mayor tensión entre los universitarios.

En contraste, la competencia entre compañeros y la participación en clase emergen como actividades que no generan un alto grado de estrés entre los estudiantes. Estos resultados coinciden con los hallazgos de (Barraza y Barraza, 2020), lo que resalta la relevancia de estos factores específicos en el contexto de estrés académico experimentado por los estudiantes de educación superior.

Tabla 4:**Dimensión de factores estresantes asociados al estrés presentado por los estudiantes**

Factores Estresantes	Bajo		Medio		Alto		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%
Primer nivel	17	12.59	58	42.96	60	44.44	135	100
Último nivel	18	14.75	71	52.59	33	24.44	122	100

3.4.Dimensión de síntomas de los estudiantes del primer y último nivel.

Dentro de los resultados de la dimensión de síntomas se nota que en primer y último nivel escolar se encuentran en el índice bajo con un 73,6% y 79,1 % proseguídos de un nivel medio en donde se evidencia que en el primer nivel escolar se tiene el porcentaje más alto con un 23,1% seguido de 17,3% que pertenece a el último semestre, ahora bien, al chequear el estudio de (Moreno et al., 2022) menciona que 359 estudiantes durante la pandemia de COVID-19 se constato que los estudiantes la mayoría presentó

problemas de concentración, inquietud, al contrario que las dificultades digestivas, dolores abdominales y diarrea obtuvieron puntajes bajos.

La sintomatología de estrés académico se produce debido a una compleja interacción de factores físicos, emocionales y cognitivos que resultan de las demandas y presiones inherentes al entorno educativo. Aquí hay algunas razones clave que contribuyen a la sintomatología de estrés académico: Carga de trabajo, presión del rendimiento, necesidad de mantener calificaciones altas y competir con otros estudiantes puede aumentar la ansiedad y la presión para obtener resultados sobresalientes, plazos y tiempo limitado, expectativas personales y familiares, nuevas responsabilidades, futuro incierto.

Estos factores y otros pueden interactuar para generar síntomas de estrés académico, que pueden manifestarse de diversas formas, incluyendo ansiedad, insomnio, fatiga, problemas de concentración y cambios en el estado de ánimo. Reconocer y abordar estos factores es esencial para ayudar a los estudiantes a gestionar su estrés y promover su bienestar.

Tabla 5:

Sintomatología de estudiantes expuestos a estrés académico.

Sintomatología	Bajo		Medio		Alto		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%
Primer nivel	12	8.89	89	65.92	34	25.19	135	100
Último nivel	6.56	79,1	83	68.03	31	25.41	122	100

3.5.Dimensión de estrategias de afrontamiento de los estudiantes de educación.

En la Tabla 6 se observa una representación visual de cómo los estudiantes en su primer y último semestre de educación superior emplean estrategias de afrontamiento ante el estrés académico. En el caso de los estudiantes de primer nivel, se refleja un porcentaje relativamente bajo de 71,9% en el uso de estas estrategias. De manera similar, los universitarios en su último nivel muestran un nivel de utilización bajo, con un 66,4%. Además, al considerar las estrategias de afrontamiento en la categoría intermedia, se destaca que los estudiantes en su último semestre tienen un porcentaje de 30,00%, mientras que en el primer nivel, este porcentaje asciende a un 24,8%.

Dentro del contexto de estas observaciones, el estudio realizado por (Pozos et al., 2022) arroja conclusiones relevantes. Según sus hallazgos, los estudiantes de medicina están utilizando estrategias de afrontamiento de manera inadecuada, lo que resulta en consecuencias negativas tanto para su rendimiento académico como para su bienestar físico. Además, este estudio sugiere que el género femenino es particularmente vulnerable a estos efectos negativos relacionados con el estrés y la falta de estrategias de afrontamiento adecuadas.

Estos resultados subrayan la importancia de abordar y mejorar las estrategias de afrontamiento de los estudiantes universitarios, especialmente en contextos académicos rigurosos como la carrera de medicina. Es esencial brindarles herramientas y recursos efectivos para manejar el estrés, lo que puede tener

un impacto significativo tanto en su éxito académico como en su bienestar general.

Tabla 6

Estrategias de afrontamiento como respuesta al estrés académico.

Estrategias de afrontamiento	Bajo		Medio		Alto		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%
Primer nivel	87	71,9	30	24,8	4	3,3	97	100
Ultimo nivel	73	66,4	33	30,0	4	3,6	110	100

4. CONCLUSIONES

Tras un minucioso análisis, se pudo concluir que existe una disparidad en los niveles de estrés académico entre estudiantes de distintos niveles. Los resultados indican que los estudiantes en su último año de estudio enfrentan un nivel más elevado de estrés académico, cifrado en un 90,2%. Por otro lado, se identificó que los estudiantes que están en su primer año también experimentan un grado considerable de estrés, alcanzando un 89,6%. Se puede inferir que a lo largo de un proceso académico, los estudiantes en su último semestre experimentaron un nivel de estrés académico medio-alto. Sin embargo, es crucial destacar que la disparidad en los porcentajes entre ambos niveles académicos no se presenta como muy significativa. Esto sugiere que el estrés académico fue apreciable tanto en estudiantes de primer año como en aquellos en su último semestre

FINANCIACIÓN

Los autores no recibieron financiación para el desarrollo de la presente investigación.

CONFLICTO DE INTERESES

No existe conflicto de intereses

CONTRIBUCIÓN DE AUTORÍA (Obligatorio)

En concordancia con la taxonomía establecida internacionalmente para la asignación de créditos a autores de artículos científicos (<https://credit.niso.org/>). Los autores declaran sus contribuciones en la siguiente matriz:

Participar activamente en:		Mishell Gusqui	Anabela Galárraga
Conceptualización		X	X
Análisis formal		X	X
Adquisición de fondos		X	
Investigación		X	
Metodología		X	
Administración del proyecto		X	
Recursos		X	
Redacción –borrador original		X	
Redacción –revisión y edición		X	X
La discusión de los resultados		X	X
Revisión y aprobación de la versión final del trabajo.		X	X

RECONOCIMIENTO A REVISORES:

La revista reconoce el tiempo y esfuerzo del editor de sección Carlos Gomes Cano, y de revisores anónimos que dedicaron su tiempo y esfuerzo en la evaluación y mejoramiento del presente artículo.

REFERENCIAS

- Aguila , B., Castillo , M., Monteagudo , R., & Nieves , Z. (2015). Estrés académico. *Edumecentro*
- Álvarez , L., Gallegos , R., & Herrera , P. (2018). Estrés académico en estudiantes de tecnología superior. *Universitas-XXI*.
- Barraza , A., & Barraza , S. (2020). Procrastinación y estrés. Análisis de su relación en alumnos de educación media superior. *CPU-e. Revista de Investigación Educativa* .
- Batista , P., Meireles, A., Silva , I., Paula , W., & Silva , C. (2023). Síntomas de depresión, ansiedad y estrés en estudiantes del área de la. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*.
- Caldera , J., Pulido , B., & Martinez, 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*.
- Cores , C. (20 de Julio de 2022). *Centro Psicológico Cecilia Cores* . Obtenido de Cómo influye el estrés en el rendimiento cognitivo : <https://ceciliacorespsicologa.es/como-influye-estres-rendimiento-cognitivo/#:~:text=El%20estr%C3%A9s%2C%20dependiendo%20de%20la,pueda%20desarrollar%20pr%C3%A1cticamente%20ninguna%20tarea>.
- Domingues , C., Devos , E., Almeida , L., Tomaschewski, J., Lerch, V., & Marcelino , A. (2018). Factores percibidos por los estudiantes de enfermería como desencadenantes de estrés en el ambiente formativo . *Texto y Contexto Enfermagem* .
- Escobar , E., Soria , B., López , G., & Peñafiel , D. (2018). Manejo de estrés académico, revisión crítica . *Atlante*.
- Espinoza , A., Pernas, I., & González , R. (2018). Consideraciones teórico metodológicas y prácticas acerca del. *Humanidades Médicas*.
- Gallego , Y., Gil , S., & Sépulveda , M. (2018). Revisión teórica de eustrés y distrés definidos como reacción hacia los factores de riesgo psicosocial y su relación con las estrategias de afrontamiento . *Universidad CES*.
- Garcia , J., & González , E. (2022). El estrés académico causante de la procrastinación en la educación virtual. Una revisión sistemática. *RIDE. Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*.
- Llorente , Y., Herrera, J., Hernández , D., Padilla , M., & Padilla , C. (2021). Estrés académico en estudiantes de un programa de Enfermería - Montería 2019. *Revista Cuidarte*.
- Mendoza , C., Mamami , E., Huaquisto , E., Belizario , G., & Mamami , J. (2019). Estrés como factor de riesgo en el rendimiento académico en el estudiantado universitario (Puno, Perú). *Revista Educación* .
- Moreno , E., Naranjo , T., Poveda , S., & Izurieta , D. (2022). Estrés académico en universitarios durante la pandemia de COVID-19. *Revista Médica Electrónica*.
- Oliveras , M. (06 de Julio de 2023). *Topdoctors* . Obtenido de Estrés : topdoctors.es/diccionario-medico/estres#
- Pozos , B., Preciado , M., Plascencia , A., Acosta , M., & Aguilera , M. (2022). Estrategias de

afrentamiento ante el estrés de estudiantes de medicina de una universidad pública en México. *Investigación en educación médica*.

Rodríguez , I., Fonseca , G., & Aramburú , G. (2020). Estrés Académico en Alumnos Ingresantes a la Carrera de Odontología en la Universidad Nacional de Córdoba, Argentina. *International journal of odontostomatology* .

Tirado , L., Morales , J., Vargas , E., & Arce , J. (2023). Estrés académico autopercebido y factores relacionados en una escuela privada de odontología en Cartagena, Colombia. *Universidad y Salud*.

Zárate , N., Soto, M., Martínez, E., Castro, M., García, R., & López , N. (2018). Hábitos de estudio y estrés en estudiantes del área. *Revista de la Alta Tecnología y Sociedad* .