

Causas del estrés académico en estudiantes de ciencias de la salud.

Adriana Villamizar Cáceres, Laura Vargas Tarazona, Maira Blanco Barrera y Silvia Ríos

OrtegaUniversidad Cooperativa de Colombia

Programa de Enfermería, Diseño metodológico de la

InvestigaciónMg. Luz Mery Contreras Ramos

Primer Semestre 2023



Nota del Autor

Adriana Villamizar Cáceres, Laura Vargas Tarazona, Maira Blanco Barrera y Silvia

RíosOrtega. Universidad Cooperativa de Colombia.

Este trabajo cuenta con la asesoría y corrección de la docente Mg Luz Mery

ContrerasRamos, del programa de Enfermería de la Universidad Cooperativa de

Colombia.

Correspondencia relacionada con este documento debe ser enviada a:

Silvia.rioso@campusucc.edu.co

Tabla de contenido

	Pág.
Resumen.....	6
Planteamiento del problema.....	8
Justificación.....	10
Objetivo.....	12
Pregunta de investigación.....	14
Marco Teórico.....	15
Concepto de estrés.....	15
Tipos de estrés.....	15
Estrés agudo.....	15
Estrés crónico.....	16
Estrés postraumático.....	16
Estrés académico.....	16
Estrés laboral.....	16
Diagnóstico del estrés académico.....	16
KEZKAK (Cuestionario bilingüe de los factores estresores).....	17
Inventario SISCO.....	18
Escala de Estrés Percibido (EEP).....	18
Escala de Estresores Académicos (E-CEA).....	19
Tratamiento del estrés.....	20
Terapéutico.....	20
Farmacológico.....	21
Psicológico.....	22
Enfermería en el manejo del estrés.....	22
Pautas de enfermería.....	23
Proceso de Atención de Enfermería (PAE).....	23
El modelo de Callista Roy en la adaptación del estrés.....	23
Metodología.....	24
Diseño.....	24

	Pág.
Población.....	24
Muestra.....	24
Variables.....	24
Identificación.....	25
Palabras clave.....	25
Combinación de booleanos.....	25
Fuentes de información.....	29
Selección.....	29
Criterios de inclusión.....	29
Criterios de exclusión.....	29
Inclusión.....	30
Análisis de la información.....	30
Consideraciones éticas.....	30
Resultados.....	31
Conclusiones.....	41
Recomendaciones.....	42
Referencias.....	43

Listado de Tablas

	Pág.
Tabla 1. Operacionalización de variables.....	24
Tabla 2. Palabras clave.....	25
Tabla 3. Construcción de fórmulas.....	27
Tabla 4. Variables sociodemográficas.....	32
Tabla 5. Estresores personales.....	35
Tabla 6. Estresores académicos.....	36

Listado de Figuras

Ilustración 1 Flujograma de búsqueda	31
--	----

Resumen

Introducción: La Organización Mundial de la Salud (OMS) define el estrés académico como reacción de activación fisiológica, emocional, conductual y cognitiva ante estímulos y eventos académicos. El estrés académico es un malestar general que viven las personas, estudiantes de diferentes etapas académicas. El estrés académico es de carácter adaptativo y fundamentalmente psicológico, ocasionado cuando el estudiante se ve sometido a entornos académicos o una serie de solicitudes que bajo la evaluación del propio alumno son considerados estresores, afectando el equilibrio emocional y social, es decir, experimentando malestares de ansiedad, angustia y depresión, que puede repercutir tanto en el desempeño académico como en relaciones sociales o familiares. **Objetivo:** Identificar las causas del estrés académico en estudiantes de ciencias de la salud. **Metodología:** Se realizó una revisión de la literatura bajo un paradigma cuantitativo en 40 artículos con una antigüedad no menor al año 2000 entre inglés y español de bases de datos Proquest, Science Database, Redalyc, Mendely, Scopus, Springer journal, Dialnet, Springer, Science Direct y fuentes abiertas como Google Scholar, Pubmed. Finalmente, para el ingreso de los artículos requeridos en la presente revisión se utilizó una base de datos en Excel en donde se determinó datos en relación con las variables escogidas, estructurando la información según su base de datos, título, institución, autor, objetivo, método, resultados, y conclusiones, con el fin de encontrar las similitudes y diferencias que conllevaran a los factores estresantes más significativos en estudiantes del área de salud. **Resultados:** se obtuvo que la carga académica, competitividad entre compañeros, evaluaciones, dificultad para la adaptación a la carrera, barrera del idioma, trabajar con compañeros que no conocían, personalidad y carácter del profesor, son factores estresores con mayor prevalencia y relación con diferentes componentes propios del contexto educativo, lo que afecta la enseñanza y aprendizaje de los estudiantes, seguido del nivel de estrés por causas externas desconocidos a la educación. **Conclusión:** El estrés es un factor

determinante que se manifiesta por diferentes variables académicas como personales en la profesión del sector salud por la complejidad de sus temas, influyendo de forma negativa en las actividades educativas que conllevan al mal rendimiento, preocupaciones y toma de decisiones en los estudiantes.

Palabras claves: salud del estudiante, estrés psicológico, estrés fisiológico, ansiedad ante los exámenes, estudiantes del área de salud, estudiantes de medicina.

Abstract

Introduction: The World Health Organization (WHO) defines academic stress as a physiological, emotional, behavioral, and cognitive activation reaction to stimuli and academic events. Academic stress is a general malaise experienced by people and students of different academic stages. Academic stress is of an adaptive and fundamentally psychological nature, caused when the student is subjected to academic environments or a series of requests under the student's own assessment are considered stressors, affecting the emotional and social balance, that is, experiencing discomforts of anxiety, anguish, and depression, which can affect both academic performance and social or family relationships. **Objective:** To identify the causes of academic stress in health science students. **Methodology:** A literature review was conducted under a quantitative paradigm in 40 articles with seniority not less than the year 2000 between English and Spanish databases Proquest, Science Database, Redalyc, Mendeley, Scopus, Springer journal, Dialnet, Springer, Science Direct, and open sources like Google Scholar, Pubmed. Finally, for the entry of the articles required in the present review, an Excel database was used in which data was determined in relation to the selected variables, structuring the information according to its database, title, institution, author, objective, method, results, and conclusions, in order to find the similarities and differences that will lead to the most significant stressors in health students. **Results:** it was obtained that, the academic load, competitiveness among peers, and evaluations, make it difficult the adaptation to the career, the language barrier, work with peers who did not know, personality and character of the teacher, are stressors with greater prevalence and relationship with different components of the educational context, which affects the teaching and learning of students, followed by the level of stress from external causes unknown to education. **Conclusion:** Stress is a determining factor manifested by different

academic variables as personal in the health sector profession by the complexity of its topics, negatively influencing educational activities that lead to poor performance, concerns, and decision-making in students.

Keywords: student health, psychological stress, physiological stress, test anxiety, health students, medical students.

Planteamiento Del Problema

La Organización Mundial de la Salud (OMS) define el estrés académico como alteración de la activación fisiológica, emocional, conductual y cognitiva ante estímulos y eventos académicos. El estrés académico es un signo de malestar general que habita en las personas y estudiantes de diferentes etapas académicas (Campos y Garay, 2021). En la Universidad de Barein, encuestaron 93 estudiantes, quienes en su mayoría tenían nivel ansiedad por evaluaciones (90.2%), 82,8% tenían estrés por falta de conocimientos y habilidades profesionales, mientras que el 64.5% tenían estrés por las tareas y carga de trabajo; el estrés de cuidar pacientes fue referido por el 74,2% (Sanad, 2019)

En un estudio realizado para establecer el estrés académico de estudiantes de primero y sexto año de la Facultad de Medicina de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos- Cuba, se reportó que las principales situaciones generadoras de estrés fueron: la sobrecarga académica (20%), la falta de tiempo para cumplir con las actividades académicas (45.7%) y la realización de un examen (45%) (Díaz, 2010).

Una investigación realizada en la Ciudad de México nombra que las posiciones que siempre producen estrés académico fueron: incomprensión de temas abordados en clase (25.3%), poco tiempo para realizar los trabajos (23.4%), aflicción de trabajos (21.5%), exámenes de profesores (20.9%), aportación en clase (15.2%), tipo de trabajo que solicitan los maestros (14.6%), actitud y carácter del profesor (11.4%) y competencia con los compañeros (8.2%) (Peña et al. 2017). En 2015, Jerez y Oyarzo investigaron el estrés académico en estudiantes de una universidad chilena, reportando que el 6.4% pertenecían a Fonoaudiología, el 24,2% a Kinesiología, 29,3% a Nutrición y 40,1% a Enfermería;

De los encuestados el 75% fueron mujeres. Se pudo evidenciar que las causas de estrés con

mayor frecuencia expresadas fueron: 95.6% exámenes de los docentes, 92,3% carga de tareas o trabajos y un 86% hora limitada para la realización de trabajos. Se realizó una búsqueda del estrés académico percibido por los estudiantes del área de salud en Panamá, observando cómo altera y qué tipo emplean para carear.

La muestra de 73 estudiantes representa aproximadamente el 16% de la población total, los resultados: edad entre 18 y 21 años, 76.7% del sexo femenino. Se clasificaron en tres categorías: cursos teóricos de la práctica clínica y aquellos externos a la parte académica (Pérez, 2019). Una investigación realizada en una universidad de Perú, con 285 estudiantes de enfermería, sobre el estrés académico, evidenció un nivel de estrés moderado; las causas fueron sobrecarga académica en un 70.9%, evaluaciones (66.7%), tipo de trabajo que demandan los profesores (56.9%), no entender los temas de las clases un 17.2%, afectándolos a nivel físico, psicológico y conductual. (Teque y Salazar, 2020).

Justificación

El estrés académico es de carácter adaptativo y fundamentalmente psicológico, ocasionado cuando el estudiante se ve implicado a entornos académicos o tipos de solicitudes que bajo la evaluación del propio alumno son considerados estresores, afectando el equilibrio emocional y social, es decir, experimentando malestares de ansiedad, angustia y depresión, que puede repercutir tanto en el desempeño académico como en relaciones sociales o familiares.

Los factores generadores del estrés académico en los estudiantes del sector salud son un factor clave que se ve reflejado en su desempeño académico, relaciones familiares y personales generando de esta manera un impacto negativo en la vida del estudiante, al poder tener conocimientos claros de cómo identificar oportunamente los signos de alarma se podrá dar un trato más oportuno aplicado así una ruta para que pueda ser valorado y tratado, mediante los diferentes programas de acompañamiento que ofrece el bienestar universitario.

La enfermería cumple un rol muy significativo en la prevención del estrés que enfrentan los estudiantes, debido a que esta situación puede causar alteraciones de la salud y bienestar; el estrés desde la práctica profesional del rol de enfermería se puede intervenir, existen programas de prevención, como la educación para la salud, tratando las diferentes causas que experimentan los estudiantes mediante diferentes estrategias de afrontamiento y adaptación al estrés. Por todo lo anterior, se hace necesario identificar las causas del estrés académico en estudiantes de ciencias de la salud.

Objetivo

Identificar las causas del estrés académico en estudiantes de Ciencias de la Salud.

Pregunta de investigación

¿Cuáles son las causas del estrés académico en estudiantes de ciencias de la salud?

Marco teórico

Concepto del estrés

El estrés es una sensación y/o alteración física y emocional, producida en las personas por alguna situación de presión o angustia, donde se pueden desarrollar múltiples causas donde se presentan cambios físicos y psicológicos donde las personas a presentan frustración, nervios y tensión debido a las situaciones, como ataques depresivos, ansiedad, disminución en el apetito sexual, donde es recomendado la ayuda profesional para superar tal padecimiento (Takamura, 2020). Por eso se destaca como la respuesta física y psicológica de una persona ante diferentes momentos como la presión y angustia, que se desencadenan causas, en asuntos familiares, escolares, laborales, de salud y se manifiestan de manera psicología (Güiza Arana, 2018).

Por otra parte, el estrés se ha manifestado en el ser humano y en su vida que ha sido retomado en la actualidad con fuerza e impulsado a las nuevas concepciones teóricas asumidas, su reconocimiento como una enfermedad o su asociación a múltiples alteraciones del funcionamiento normal del organismo o factor mental de las personas (Bonet y Vallés, 2010); en consecuencia, se ha convertido en un fenómeno multivariable donde la relación entre la persona y los eventos de su medio, dan a conocer que el estrés es una alteración que se manifiesta por el contexto en el que se relacionan las personas, en que reacciona el cuerpo ante ciertas situaciones, como un peligro repentino o un desafío de larga duración (León y Fornés, 2015).

Tipos de estrés

Estrés agudo

Es la forma más común de estrés a corto plazo, donde se originan respuestas de exigencia o presión que resultan ser agotadoras a nivel personal o emocional, es de poca duración y de fácil manejo, el estrés agudo no es necesariamente negativo sino todo lo contrario ya que se presenta

en situaciones emocionantes y excitantes (Fernández, 2020)

Estrés crónico

Es el causante de un desgaste emocional y físico, constante el cual deja secuelas psicológicas graves que no son fácil cambiar por lo vivido o sucedido, que tiene consecuencias las cuales bajan la autoestima, deterioran la salud provocando depresión (Suárez y Díaz, 2015).

Estrés postraumático

Es un trastorno de salud mental que las personas desarrollan después de vivir o padecer eventos traumáticos, mediante cualquier situación de estrés que haya ocasionado daños físicos o mentales, donde causa una afección mental, provocando complicaciones a largo plazo (Rojas, 2016)

Estrés académico

Se refleja por medio de un malestar general mediante que viven las personas en las diferentes etapas académicas, se manifiesta por medio ansiedad, frustración, aislamiento, pensamientos de incapacidad, dificultad en resolución de problemas y conductas (Romero, 2009).

Estrés laboral

Es una situación manifestada por medio de las exigencias laborales que se ven mayormente superiores a las capacidades de los trabajadores para responder y cumplir, donde puede generar trastornos físicos o psicológicos afectando la salud de los trabajadores, perjudicando el desarrollo y el desempeño (Osorio & Cárdenas Niño, 2017)

Diagnóstico del estrés académico

El estrés académico presenta diferentes síntomas que se manifiestan a nivel físico, emocional y comportamiento, que además son parte de ayuda diagnóstica, con manifestaciones

tales como: somnolencia, insomnio, cansancio, fatiga, dolor de cabeza, estómago y espalda, taquicardia, incremento o pérdida del apetito, aumento o bajo peso, inquietud, tristeza, angustia, desgano, ansiedad permanente, dificultad para concentrarse, pensar y memorizar, irritabilidad, miedo por no poder cumplir con sus deberes, poca motivación para realizar las diferentes actividades académicas, así como discutir con los demás, aislarse, realizar otras actividades diferentes del estudio, dejar de asistir a clase, dificultad para estudiar, apatía. (Berrio y Mazo, 2012)

Según Berrio y Mazo (2012) estos diferentes síntomas conllevan a unos factores de riesgo, que afectan negativamente el desempeño académico, y el bienestar del estudiante.

(a) Sociales: aislarse, dificultad para relacionarse, hacer grupos de trabajo, participar en clase, relaciones externas, con amigos, problemas con la pareja y el entorno.

(b) Académicos: problemas con compañeros o profesores, incompreensión de temas, exceso de trabajos, exámenes, auto exigencia por ser el mejor de la clase, bajo desempeño, poco tiempo para cumplir con las tareas asignadas, exposiciones, responder preguntas del profesor durante la clase.

(c) Psicológicos: bajo autoestima, ansiedad, distracción, enojo, tristeza, frustración, aislamiento.

Familiares: presión familiar en cuanto al rendimiento académico, cumplir con las expectativas de los padres produce miedo a decepcionarlos y la posible falta de apoyo de la familia.

(d) Económicos: estrato socioeconómico, procedencia urbana o rural, conformación del hogar, falta de dinero para el pago del semestre y gastos, falta de apoyo.

(e) Personales: consumo de cafeína, tabaco, sustancias psicoactivas, tranquilizantes y

medicamentos para dormir.

Estos eventos predisponen a respuestas de estrés, como respuestas emocionales, depresión, ansiedad, cognitivas y conductuales que pueden repercutir negativamente en la salud y la adaptación de los estudiantes al contexto académico y a su proceso formativo (Berrio y Mazo, 2012). Aunque existen manifestaciones psicológicas y emocionales que nos ayuda a identificar el estrés académico por medio de los signos y síntomas referidos anteriormente, también encontramos una serie de escalas que ayudan a confirmar el nivel y el factor desencadenante de cada una de estas manifestaciones que generan estrés académico (Caballero y Suarez, 2019).

KEZKAK (cuestionario bilingüe de los estresores de estudiantes de enfermería en las prácticas clínicas)

Este cuestionario cuenta con 55 ítems respecto a que situaciones de la práctica clínica les genera estrés, las preguntas fueron planteadas de la siguiente manera: ¿qué tanto te preocupa la práctica clínica...? El alumno podía elegir entre cuatro posibles respuestas en una escala tipo Likert: nada (0), algo (1), bastante (2) y mucho (3); la cual mide la ansiedad- estado y ansiedad-rasgo. No es un cuestionario que mide el grado de estrés al que el sujeto está sometido en su trabajo diario, sino que detecta lo que les parece más estresante en sus prácticas clínicas. (Zupiria et al. 2003).

Inventario SISCO

Es un cuestionario del estrés académico; cuenta con la lista de estrés académico, configurada con 31 ítems, divididos de la siguiente manera: Un filtro que permite determinar de forma dicotómica (Si/No) si la persona es candidata para contestar el cuestionario, Un ítem que, mediante la escala tipo Likert con cinco valores numérico (1 a 5, donde uno es poco y cinco es bastante), permite reconocer el nivel de estrés.(Castillo et al. 2020); está compuesto por ocho

ítems con valores tipo Likert de cinco categorías (nunca, casi nunca, a veces, algunas veces y siempre) para identificar con qué regularidad los factores ambientales se califican como estímulos estresantes.

Así como 15 ítems que miden la frecuencia de reacciones ante un estímulo estresante en la escala Likert (nunca, rara vez, a veces, casi siempre y siempre). Seis ítems con una escala de valores de cinco categorías tipo Likert (nunca, rara vez, a veces, casi siempre y siempre) para identificar la frecuencia del uso de estrategias de afrontamiento. El objetivo principal de este cuestionario es identificar las características típicas del estrés asociadas con los estudiantes de secundaria superior, pregrado y posgrado durante sus estudios (Castillo et al. 2020).

Escala de Estrés Percibido (EEP)

Consta de 14 ítems que miden el nivel de estrés durante el último mes, en el que las personas se sienten enfadadas, preocupadas o, por el contrario, controlan sus problemas personales y confían en la capacidad para hacerlo. La escala va de 0 a 56, donde los valores más altos, indican mayor estrés. Utiliza un formato de respuesta tipo Likert de cinco opciones de respuesta desde 0 (nunca) hasta 4 (siempre). De la escala completa se extrajeron los elementos que componen las versiones 10 (1,2, 3, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 14) y de 4 (2, 6, 7, 14) (Pedrero et al., 2015).

Escala de Estresores Académicos (E-CEA)

Consta de cinco ítems que valoran en los estudiantes la forma como perciben determinados estímulos del entorno académico como una amenaza para su estabilidad. Es una escala con respuestas tipo Likert para cada ítem, con cinco opciones de respuesta: (1) Nunca, (2) A veces, (3) A veces, (4) Varias veces, y (5) Siempre. El E-CEA presenta una estructura factorial de ocho dimensiones que puede explicar toda la varianza; Los factores incluyen un déficit metodológico

de los docentes, sobrecarga de estudiantes, éxito académico, falta de compromiso, ambiente social negativo, falta de interés por los temas, exámenes y dificultad en la participación (Taboada et al. 2019).

Tratamiento en el estrés

El estrés afecta en todas las áreas de nuestra vida, y dónde día a día podemos presenciarlo en diferentes situaciones que desembocan los niveles de estrés, generando sensación de agotamiento, lo que hace que el círculo del estrés aumente.

1- Terapéuticas

Técnicas de relajación que permitan al cuerpo a restituir los niveles de energías: Este tipo de técnica es una de las fundamental, ya que, es necesario tomar intervalos de tiempo en cada actividad, por lo menos de 5 a 10min entre ellas, esto nos genera un descanso mental para restituir nuevamente nuestra energía ante las actividades a desarrollar diariamente (Torrades, 2007); como, por ejemplo:

(a) Ejercicios de respiración: los beneficios de la respiración han sido efectivo en la relajación durante episodios de estrés y ansiedad, lo cual consiste en respirar profundamente y lento de 3 a 4 veces durante 1min, obteniendo relajación muscular y tensiones (Cea Ugarte et al., 2015)

(b) Técnica de expresión emocional y escrita: Es el grado de expresión completa (habla), sobre temas extremadamente personales y de estrés, con el objetivo de por medio de la escucha o escritura (Pereira, 2009)

(c) Técnicas de gestión del tiempo y planificación de actividades: Es importante desarrollar un tipo de cronograma en nuestros quehaceres diarios, que nos permita distribuir de manera óptima y eficaz nuestras responsabilidades, de tal manera evitando la saturación de ellas

y generando un riesgo para nuestra salud mental y emocional. (Corral, 2008).

(d) Terapia cognitivo conductual: Es un tipo de terapia de comunicación (psicoterapia), que nos ayuda a la conciencia de pensamientos erróneos o negativos para nuestra salud mental, que se visualizan en situación exigentes con mayor claridad, respondiendo a ellas de una manera más efectivas (Corral, 2008).

(e) Técnicas de control emocional: Es necesario aprender a manejar nuestras emociones, con esto conseguiremos el autocontrol y la buena toma de decisiones ante situaciones estresantes. (Corral, 2008).

(f) Actividad lúdica: La terapia lúdica o de juego consiste en una herramienta de pausas activas con juegos grupales o estiramientos, que permiten eliminar síntomas desagradables por el estrés que enfrentan en el diario vivir y en ciertas ocasiones les genera malestar físico y emocional (Ladino et al., 2016).

En síntesis, la relajación muscular progresiva de Jacobson tiene como objetivo es la relajación de diversos músculos del cuerpo, se realiza por medio de movimientos progresivos de tensión y relajación, desde la cabeza hasta las piernas. Se plantea que una reducción de la estimulación de los músculos descende una vez en su activación cortical y autonómica, lo que quiere decir que genera un estado de ausencia de tensión del cuerpo (Guamanquispe, 2013).

2- Farmacológicos

Los ansiolíticos son los tipos de medicamentos más comunes en el tratamiento del estrés, debido a que alivian este tipo de síntomas sin necesidad de producir sedación o sueño, dentro de los medicamentos más usados encontramos los benzodiazepinas y buspirona (Berrio y Mazo, 2012).

3- Tratamiento psicológico

Un tratamiento psicológico para el estrés es un tipo de programa llamado entrenamiento en inoculación del estrés, está centrado en la enseñanza y aprendizaje de habilidades de afrontamiento que se lleva a cabo con una duración de 10 a 14 sesiones aproximadamente, ayudando a la persona a la toma de decisiones de manera correcta y eficaz. (Pereira, 2009).

Enfermería en el manejo del estrés

La enfermería ayuda a las reconocer lo que actualmente está pasando ya sea estrés, Motivar y estimular el papel de enfermería es ayudar y alentar a los pacientes a salir de esa crisis. Todo esto lo manejamos por medio de intervenciones donde la enfermería debe tener un conocimiento básico de cómo tratar al paciente en estas etapas, además las personas deben aprender a manejar su propio estrés en su ámbito laboral y personal. Para ello el personal de enfermería debe tener ciertas pautas. Enfermería en el manejo del estrés (Silva, 2015).

Pautas de enfermería

Según Silva (2015) existen las siguientes pautas que debe cumplir la enfermera involucrada en el cuidado de una persona con estrés

- a) Entender la teoría del estrés, su efecto que tiene sobre nuestro organismo.
- b) Reconocer manifiesta del estrés en el cuerpo humano.
- c) Ver las causas positivas o negativas que hacen que el estrés aumente.
- d) Diseñar un plan de cuidado de métodos para mitigar el estrés.
- e) Plantear terapias de respiración y de un mejor autocontrol hacia el estrés.
- f) Enseñar al paciente los signos de alarma del estrés y como este afecta en su organismo.
- g) Ayudar a decidir si estos pensamientos son imprescindibles o si pueden modificarse.
- h) Ayudar al paciente hacer sus propios planes autorreflexivos.

- i) Ofrecer orientación al paciente de como iniciar a solucionar sus problemas.
- j) Desarrollar nuevas respuestas positivas hacia las situaciones que están viviendo.
- k) Ayuda al paciente a encontrar ayudas en su núcleo familiar o social.

El Proceso de Atención de Enfermería (PAE)

Es la herramienta metodológica de enfermería para hacer un plan de cuidado individualizados incluyendo a su núcleo familia y comunidad, se caracteriza por el proceso sistemático, creativo, flexible. Su marco teórico son el fundamento para planear una guía de atención al paciente con un proceso de cuidado mediante un sistema organizado por fases que el paciente tiene que ir desarrollando (Blanco, 2020)

El lenguaje propio de enfermería es el medio para dar un resultado por medio del plan de cuidado, sacando sus diagnósticos de enfermería en las taxonomías NANDA, NOC y NIC de esta forma le proporciona al enfermero una base en la evidencia científica por el cual guía las acciones aplicadas al paciente que guíe cada una de sus así se podrá hacer una valoración sistemática y organizada de los datos teniendo así un patrón de salud (Blanco, 2020).

El modelo de Callista Roy como herramienta de adaptación al estrés.

El modelo de Callista Roy es presentado como una herramienta muy útil para poder entender las acciones y funciones de enfermera y como por medio de sus intervenciones pueden reducir los mecanismos generadores del estrés. Teniendo como base que este modelo puede convertirse en una herramienta eficaz para afrontar el estrés. Nos habla de la importancia del papel de la enfermera y su impacto a la hora de ejecutar plan de cuidados para el paciente y esta manera reducir el estrés. Su objetivo principal se enfoca principalmente en los conceptos de adaptación de la persona y su entorno (Arrera et al., 2001).

Metodología

Diseño

Revisión de la literatura

Población

Artículos del tema estrés académico en estudiantes del sector salud

Muestra

Artículos de la temática que cumpla con los criterios de inclusión, exclusión

Variables

Para la selección de variables se tuvieron en cuenta: Edad, carrera universitaria, sexo, semestre académico, IMC, tipo de evaluaciones, carga académica, estado civil, competitividad entre compañeros, como se observa en la tabla.

Tabla 1

Operacionalización de variables

Nombre de la variable	Definición	Naturaleza	Nivel de medición
Edad	Periodo de tiempo que ha transcurrido desde el nacimiento hasta la actualidad	Cuantitativa Discreta.	Razón
Carrera universitaria	Estudios que cursa una persona en una universidad con la finalidad de alcanzar un grado académico.	Cualitativo Politémica	Nominal
Sexo	Características biológicas y fisiológicas que definen a hombres y mujeres	Cualitativa Dicotómico	Nominal
Semestre académico	Es un periodo de tiempo de seis meses, hace parte de una carrera universitaria.	Cualitativa Politémica	Ordinal
IMC	Es un número que se calcula con base en el peso y la estatura de la persona	Cuantitativo Continua	Razón
Tipo de evaluaciones	Es el medio por el cual el profesor decide evaluar a sus estudiantes, puede ser oral o escrita.	Cualitativa Politémica	Nominal

Carga académica	Es la cantidad de actividades o trabajos que deben realizar en los cursos académicos.	Cualitativa Politémica	Nominal
Estado civil	Es la situación de estar con o sin pareja.	Cualitativa Politémica	Nominal
Competitividad entre compañeros	Es el interés de ser el número uno en todo.	Cualitativa Dicotómico	

Identificación

Palabras Claves

Para la selección de palabras claves de esta investigación se tomarán los descriptores de búsqueda MeSH y DeCS, como se observa en la tabla 2.

Tabla 2

Palabras clave

Descriptor en inglés	Descriptor en español	Definición
Psychological Distress		
Synonym: Distress, Psychological Emotional Distress Distress, Emotional Emotional Stress Stress, Emotional Stress Disorders	Distrés Psicológico	Estado emocionalmente negativo, caracterizado por malestar físico y/o emocional, dolor o angustia.
Synonym: Angst. disquiet. oubt. dread. jitters. fatigue. disorder. combat neurosis complete exhaustin	Trastorno por estrés	Es el estado de daño moral, el cual perjudica la integridad y valores del ser humano y lo relacionado con su ámbito y cultura
Students, Nursing		
Synonym: Pupil Nurses Student, Nursing Nurses, Pupil Nurse, Pupil Pupil Nurse Nursing	Estudiantes de Enfermería	Individuos matriculados en una escuela de enfermería o en un programa formal de educación que culmina con el otorgamiento de un grado en enfermería.

Student Nursing Students		
Student Health		Salud y bienestar de los estudiantes.
Synonym: Health Services, Student Health Service, Student Service, Student Health Student Health Service Services, Student Health Health Services, University Health Service, University Service, University Health University Health Service University Health Services Services, University Health	Salud del Estudiante	
Stress, Psychological		
Synonym: Psychological Stresses Stresses, Psychological Life Stress Life Stresses Stress, Life Stresses, Life Stress, Psychological Psychological Psychologica Stressor Psychological Stressors Stressors, Psychological Psychological Stress	Estrés Psicológico	Estrés donde los factores emocionales son predominantes. Cuadro mórbido característico, de naturaleza básicamente psíquica, donde inexisten alteraciones orgánicas, capaces de ser evidenciadas por los medios usuales de examen médico, que aparece en condiciones especiales de trabajo o de guerra. Presenta cuadro psíquico predominante acompañado de repercusión orgánica. La sintomatología es múltiple y polimorfa con dolores de cabeza, mareos, falta de apetito, temblor de extremidades, adinamia, dificultad de concentración, crisis de llanto.
Stress, Physiological		
Synonym: Physiological Stresses Physiological Stress Abiotic Stress Response Abiotic Stress Responses Response Abiotic Stress Abiotic	Estrés Fisiológico	El efecto desfavorable de los factores ambientales (estresantes) en las funciones fisiológicas de un organismo. El estrés fisiológico prolongado sin resolver puede afectar la HOMEOSTASIS del organismo, y puede conducir al daño o a afecciones.

StressReaction

Abiotic Stress

Reactions

Reaction, Abiotic

Stress

Reactions, Abiotic

Stress

Metabolic Stress

Responses Response,

Metabolic Stress

Synonym:

Health Occupations Students

Health Occupations Student

Occupations Student,

HealthOccupations Students,

Health

Student, Health Occupations

Students, Public Health

Estudiantes del Área de la Salud

Individuos matriculados en una escuela o programa formal de educación referido a las ocupaciones relacionadas con la salud.

Synonym:

Health Students, Public

Public Health Student

Student, Public Health

Public Health Students

(Medicine, n.d.)

Estudiantes de Salud Pública

Las personas inscritas en una escuela de SALUD PUBLICA o de un programa formal de educación en salud pública

Combinación con booleanos

En la realización de la presente revisión se tuvieron cuenta la combinación con los booleanos AND y OR los cuales se relacionan en la siguiente tabla:

Tabla 3

Construcción de fórmulas - palabras claves y conectores booleanos

<i>Fórmulas en español</i>	<i>Fórmulas en inglés</i>
Trastorno por estrés AND Estudiantesde	Psychological Distress OR Distress,
Odontología OR Estudiantes de Medicina	Psychological AND psychology
	students

Trastorno por estrés AND Estudiantes de Salud Pública OR Estudiantes de Odontología.	Stress Disorders OR angst AND Medicine students
Trastorno por estrés AND Estudiantes de Odontología OR Estudiantes de Enfermería	Students, Nursing OR Pupil Nurses AND Nursing Student
Trastorno por estrés AND Estudiantes de Enfermería OR estudiantes de medicina.	Student Health OR Health Services, Student AND Students, Health Occupations
Estudiantes del Área de la Salud AND Ansiedad de Desempeño OR Ansiedad ante los Exámenes	Stress, Psychological OR Psychological Stressors AND Students, Health Occupations
Salud del Estudiante AND Estrés Psicológico OR Estrés Fisiológico	Stress, Physiological OR Physiological Stress Responses AND Students, Public Health
Estudiantes de Medicina AND Estrés Psicológico OR Salud del Estudiante	Psychological Tests OR Tests, Psychological AND nursing students
Distrés psicológico AND estudiantes de medicina OR estudiantes de enfermería	Performance Anxiety OR Exam Anxiety AND Students, Medical
Estudiantes de Salud Pública AND Distrés psicológico OR Estrés psicológico.	Test anxiety OR exam stress AND nursing students
Pruebas Psicológicas AND Estudiantes de Odontología OR Estudiantes de Medicina Pruebas psicológicas AND Estudiante de enfermería OR estudiantes de odontología. Estudiantes del Área de la Salud AND Salud del Estudiante OR	Students, Medical OR Medical Students AND Medical Student Students, Dental OR Dental Students AND Student, Dental Students, Health Occupations OR Health Occupations Student AND Student, Health Occupations Students, Public Health OR Health

Trastorno por estrés	Students, Public ANDPublic Health
Ansiedad ante los exámenes AND estudiantes de salud y publica OR estudiantes de odontología	Students

Fuentes de Información

Para la búsqueda de artículos en esta investigación se tuvieron en cuenta dos fuentes de información, así:

a) Fuentes institucionales: Biblioteca Virtual en Salud, CIB, Dynamed, Health Library, OVID Medicina y Enfermería, Proquest Family Health Database, Proquest Health & Medical Collection, Proquest Nursing & Allied Health Database, Psycarticles, Proquest Psychology Database, Proquest Science Database, Proquest Social Science Database, Proquest Sociology Database, Redalyc, Mendely, Scopus, Springer journal, Dialnet, Springer, Science Direct.

b) Fuentes Abiertas: Google Scholar, pubmed Selección

Criterios de inclusión

(a) Idioma: Para el presente estudio se incluyeron artículos en inglés y español.

(b) Tiempo: En el año 1930 se realizaron los primeros estudios en estudiantes de ciencias de la salud referenciados sobre estrés académico dónde se observó en los estudiantes agotamiento, pérdida de apetito, entre otros síntomas inespecíficos. Los estudios realizados desde el 2000 en adelante en Colombia han reportado datos teóricos sobre el estrés que está presente en todos los medios y ambientes, incluido el educativo, que es donde está centrada esta investigación y ha identificado la necesidad de conocer las implicaciones que tiene el estrés sobre el rendimiento de los estudiantes, es decir, el estrés que éstos experimentan en el ámbito académico.

(c) Diseño metodológico: Se incluyeron estudios con metodología de tipo cuantitativa con enfoque experimental, cuasi experimentales, casos y controles, corte transversal, cohorte.

Criterios de exclusión

Se excluyeron los artículos que no sean de acceso abierto.

Inclusión

Una vez aplicadas las fórmulas establecidas para la búsqueda de artículos y tomados en cuenta los criterios de inclusión y exclusión previamente establecidos, se procedió a eliminar aquellos artículos duplicados. Posteriormente, se escogieron los artículos con revisión de texto completo y finalmente se ingresaron a la base de datos de estudio de esta investigación.

Análisis de la información. Para el ingreso de los artículos requeridos en la presente revisión se utilizó una base de datos en Excel en donde se incluyeron los siguientes datos a fin de determinar la relación con las variables escogidas: título, revista, autores, año de publicación, país, disciplina, objetivo de estudio, diseño, población, muestra, tipo de muestreo, instrumentos, resultados cuantitativos y conclusiones. Traerlas en tabla de Excel
Posteriormente se relacionaron los resultados de cada artículo con las variables establecidas y se compararon con el fin de encontrar las similitudes y diferencias.

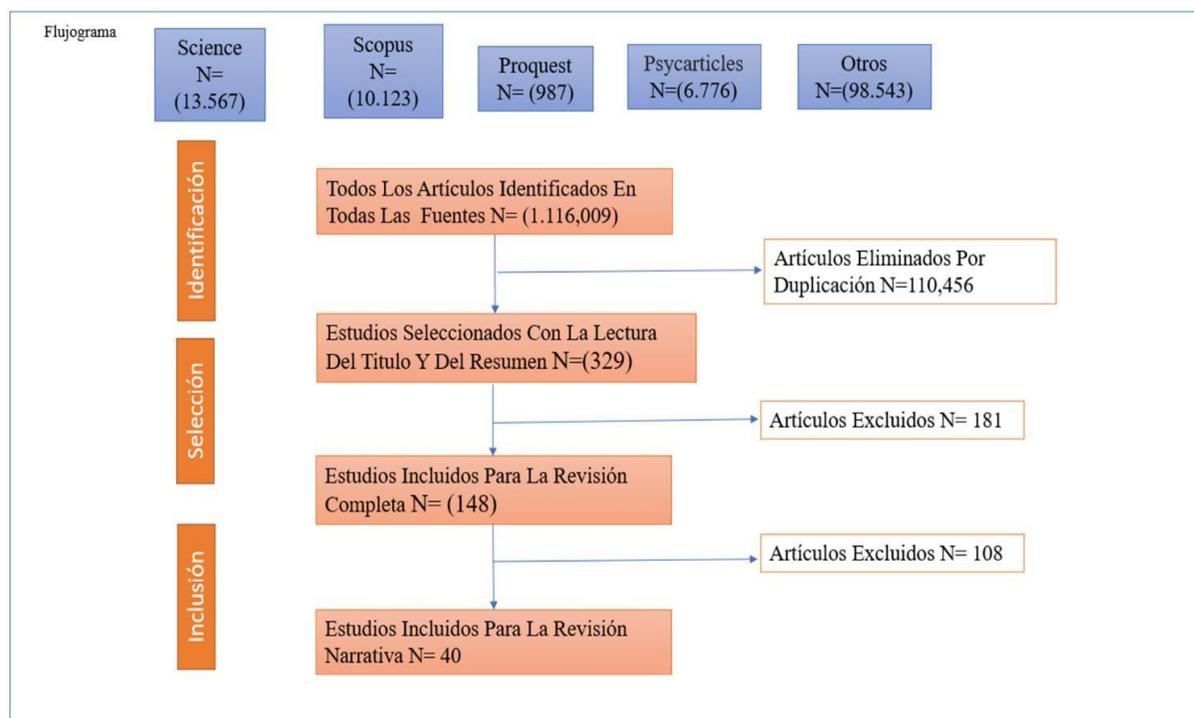
Consideraciones Éticas. Este tipo de investigación se clasifica como sin riesgo, debido a que se emplearán búsquedas a partir de estudios y documentos retrospectivos y no se realizará ningún tipo de intervención, ejecución o modificaciones biológicas o fisiológicas que comprometan la salud para los participantes de este estudio (Ministerio de Salud.1993).

Resultados

El resultado de la búsqueda arrojó un total de 1'116.009 artículos sobre el tema del estrés en estudiantes del área salud, en las bases de datos consultadas se encontró otros con un (98.543), Science Direct (13.567), Scopus (10.123), Psycarticles (6.776), Proquest (987), posteriormente se realizó la lectura y selección de los artículos, de los cuales solo se incluyeron 40 que cumplían con los parámetros que necesitábamos para el análisis, en el cual se evidencia en el siguiente flujograma.

Ilustración 1

Flujograma



Nota. Flujograma que muestra el proceso de búsqueda bibliográfica realizada

El período de publicación de los artículos estuvo comprendido entre los años 1975 y 2023. Los autores disciplinarios se comprendieron de la siguiente manera; doctorado en farmacia(1), enfermería (10), multidisciplinar (1) fisioterapia (3), medicina (16), medicina y odontología (1),

odontología (4), psicología (4); de acuerdo con el tipo de diseño utilizado 39 fueron estudios de tipo transversal y 1 analítico, referente a la población fue estimada por estudiantes de medicina y farmacología 1, estudiantes de medicina y odontología 1, estudiantes de odontología 1, estudiantes de psicología 1, farmacología, enfermería, odontología 1, estudiantes de enfermería, kinesiología y nutrición 1, estudiantes de fisioterapia 3, estudiantes de odontología 3, estudiantes de medicina 14, estudiantes de enfermería 15.

De igual manera, carrera universitaria 17 artículos incluyeron estudiantes de medicina, 16 artículos de enfermería, 4 odontología, 3 fisioterapia. En los artículos analizados la muestra estuvo comprendida entre 42 estudiantes de medicina en un estudio realizado en el 2010 en Cuba por Díazmartín y 1363 estudiantes de medicina en Bangladesh en el 2015; de los 40 artículos la prevalencia de los países donde se desarrolló cada estudio se evidenció 28 países en total, donde predominaron los países asiáticos (13 países), seguido de los americanos (9 países), europeos (2) y por último los del continente africano (2 países).

Tabla 4

Variables sociodemográficas

Variab	Referencias
Se evidenció un promedio de edad de los estudiantes entre 18,5 a 26.	(Macbani et al., 2018) (Castillo Avila et al., 2017)(Rivas Acuña et al., 2014)(Morocho et al., 2022)(Rasheed et al., 2017)(Naidoo et al., 2014)(Marchewka et al., 2022)(Melaku & Bulcha, 2021)(Seyedfatemi et al., 2007)(Benavente et al., 2014)(Akhu-Zaheya et al., 2015) (Hayes et al., 2017)(Chowdhury et al., 2017)(Gade et al., 2014)(Abd Elaziz & Shehata, 2015b)(Marshall et al., 2008)(Jacob et al., 2012)(Coburn, D., & Jovaisas,

El sexo que predominó fueron las mujeres con un 51,1 % al 100%.	1975)(Palekar & Mokashi, 2014)(Yeşil et al., 2015)(Yen Yee & Yusoff, 2013) (Abdulghani, H. M. 2008) (Yusoff et al., 2010)(Silva-Sánchez, 2015)(Alghamdi et al., 2019)(de Souza et al., 2016)(Rasheed et al., 2017)(Masilamani et al., 2019a)(Labrague, 2013)(Mendieta et al., 2020)(Restrepo et al., 2020)
Dentro del estado civil de los estudiantes predominaban los solteros.	(Castillo Avila et al., 2017)(Jerez-Mendoza & Oyarzo-Barría, 2015a)(Coburn, D., & Jovaisas, 1975) (Mendoza et al., 2010)(Rivas Acuña et al., 2014)(Rasheed et al., 2017) (Akulwar-Tajane et al., 2021)(Naidoo et al., 2014)(Marchewka et al., 2022)(Seyedfatemi et al., 2007)(Akhu-Zaheya et al., 2015)(Gade et al., 2014)(Marshall et al., 2008)(Díaz Martín, 2007)(Palekar & Mokashi, 2014)(Yeşil et al., 2015)(Yen Yee & Yusoff, 2013)(Rasheed et al., 2017)(Labrague, 2013)(Mendieta et al., 2020)(Restrepo et al. 2020) (Morocho et al., 2022) (Rasheed et al., 2017) (Naidoo et al., 2014)(Melaku & Bulcha, 2021)(Seyedfatemi et al., 2007)(Hayes et al., 2017)(de Souza et al., 2016)(Rasheed et al., 2017)(Masilamani et al., 2019a)
Referente al semestre o año académico, los estudiantes se encontraban cursando primer semestre.	(Castillo Avila et al., 2017) (Martin y, 2007) (Evaristo-Chiyong & Chein-Villacampa, 2015) (Mendoza et al.

2010)(Morocho et al., 2022) (Rasheed et al., 2017) (Pérez Ortega, 2019)(Akulwar-Tajane et al., 2021)(Seyedfatemi et al., 2007)(Benavente et al., 2014)(Akhu-Zaheya et al., 2015)(Hayes et al., 2017)(Chowdhury et al., 2017)(Gade et al., 2014)(Abd Elaziz & Shehata, 2015b)(Coburn, D., & Jovaisas, 1975)(Palekar & Mokashi, 2014)(Yeşil et al., 2015)(Yen Yee & Yusoff, 2013)(Yusoff et al., 2010)

Nota. La tabla 4 relaciona las variables de estudio con los artículos que las contienen.

Referente a las variables sociodemográficas, el promedio de edad está entre 18 y 26, ya que los estudiantes terminan su educación básica secundaria y pasan a una educación superior, el sexo predominante son las mujeres en la carrera de enfermería, porque inicialmente es una carrera que tiene mayor rango de interés por parte de las mujeres que hombres, por otra parte el estado civil de los estudiantes se consideraban solteros, ya que la cultura de América Latina no es normal que los jóvenes se cansen en una temprana edad, los estudiantes que manejan más estrés son los del primer semestre y primer año por la transición de la educación básica secundaria a una con mayor grado de complejidad, por último, no se evidencia en ninguno de los artículos como variable o factor estresante el índice de masa corporal (IMC) que fue considerado inicialmente dentro de la metodología.

Tabla 5*Estresores personales*

Variables	Referencias
La falta de tranquilidad y ambiente en el hogar se estimó de 1,24% al 73.10%.	(Akulwar-Tajane et al., 2021)(Eva et al., 2015)(Marshall et al., 2008)(Coburn, D., & Jovaisas, 1975)(Palekar & Mokashi, 2014)(Yeşil et al., 2015)(Yen Yee & Yusoff, 2013)(Yusoff et al., 2010)(de Souza et al., 2016)(Mohammed & Sajit, 2016) (Masilamani et al., 2019a)
Se evidencio problemas personales de 1.1% al 72,1%.	(Naidoo et al., 2014)(Marchewka et al., 2022)(Melaku & Bulcha, 2021)(Seyedfatemiet al., 2007)(Jacob et al., 2012)(Yusoff et al., 2010)(Alghamdi et al., 2019)
La falta de tiempo libre en los estudiantes se estimó de un 2% al 63.4%	(Morocho et al., 2022)(Rasheed et al., 2017)(Chowdhury et al., 2017)(Jacob et al., 2012)(Palekar & Mokashi, 2014)(Yen Yee & Yusoff, 2013)(Yusoff et al., 2010)(Eva et al., 2015)(de Souza et al., 2016)(Mohammed & Sajit, 2016)
Los estresores sociales obtenidos por los resultados fueron desde 17,7% al 85,9%	(Melaku & Bulcha, 2021)(Abd Elaziz & Shehata, 2015a)(Coburn, D., & Jovaisas, 1975)(Palekar & Mokashi, 2014)(El Madaniet al., 2023)(Mohammed & Sajit, 2016)
Se evidencio el nivel de estrés en un promedio de 2,18% al 100%.	(Macbani et al., 2018)(Castillo Avila et al. 2017)(Jerez-Mendoza & Oyarzo-Barría, 2015a)(Díaz Martín, 2010)(Evaristo-Chiyong

& Chein-Villacampa, 2015)(Mendoza et al., 2010)(Rivas Acuña et al., 2014)(Morocho et al., 2022)(Rasheed et al., 2017)(Akulwar- Tajane et al., 2021)(Naidoo et al., 2014)(Marchewka et al., 2022)(Melaku & Bulcha, 2021)(Gade et al., 2014)(Palekar & Mokashi, 2014)(Rasheed et al., 2017)(Mohammed & Sajit, 2016)(Masilamaniet al., 2019a)(Labrague, 2013)(B.T. et al., 2004)(Mendieta et al., 2020)

Referente a las variables personales, las variables se encuentran identificadas en un promedio específico y evidenciado, como tal el factor más relevante se evidencio el nivel de estrés en promedio total del 100% en los estudiantes de ciencias de la salud, lo cual se observa un gran interés, por medio se asocia la falta de tranquilidad, problemas personales, estresores sociales donde, en este estudio se consideran variables muy relevantes, relacionadas con el estrés experimentado, que tienen que ver con aspectos valorativos que guardan gran relación con el estrés percibido y con las respuestas que el sujeto pone en marcha.

Tabla 6

Estresores Académicos

VARIABLES	REFERENCIAS
Participación en clase, factor de estrés en un 1.8% al 57.3%.	(Macbani et al., 2018)(Jerez-Mendoza & Oyarzo-Barría, 2015a)(Evaristo-Chiyong & Chein-Villacampa, 2015)(Hayes et al., 2017)(Marshall et al., 2008)(Yen Yee & Yusoff, 2013)(Yusoff et al., 2010)(Mendieta et al., 2020)(Restrepo et al., 2020)

Respecto a las preocupaciones clínicas se analizaron resultados de 2,4% al 51,7%.	(Morocho et al., 2022)(Akhu-Zaheya et al., 2015)(Hayes et al., 2017)(Chowdhury et al., 2017)(Gade et al., 2014)(Yen Yee & Yusoff, 2013)(Alghamdi et al., 2019)(Masilamani et al., 2019a)
El tipo de evaluación se presentó un 2,63% al 95,6%.	(Macbani et al., 2018)(Castillo Avila et al., 2017)(Jerez-Mendoza & Oyarzo-Barría, 2015b)(Díaz Martín, 2010)(Evaristo-Chiyong & Chein-Villacampa, 2015)(Mendoza et al., 2010)(Rivas Acuña et al., 2014)(Morocho et al., 2022)(Rasheed et al., 2017)(Akulwar- Tajane et al., 2021)(Hayes et al., 2017)(Chowdhury et al., 2017)(Coburn, D., & Jovaisas, 1975)(Yusoff et al., 2010)(Mendieta et al., 2020)(Restrepo et al., 2020)
Referente a los resultados con respecto a la carga académica se obtuvo un porcentaje de 2,63% al 98%.	(Macbani et al., 2018)(Castillo Avila et al., 2017)(Jerez-Mendoza & Oyarzo-Barría, 2015a)(Díaz Martín, 2010)(Evaristo-Chiyong & Chein-Villacampa, 2015)(Mendoza et al., 2010)(Rivas Acuña et al., 2014)(Morocho et al., 2022)(Rasheed et al., 2017)(Akulwar-Tajane et al., 2021)(Naidoo et al., 2014)(Marchewka et al., 2022)(Melaku & Bulcha, 2021)(Seyedfatemi et al., 2007)(Benavente et al., 2014)(Firth, 1986)(Chowdhury et al., 2017)(Marshall et al., 2008)(Coburn, D., & Jovaisas, 1975)(Yusoff et al., 2010)(Borjalilu et al., 2015)(Alghamdi et al., 2019)(Masilamani et al., 2019)(B.T. et al., 2004)(Mendieta et al.,

<p>La falta de tiempo para la preparación de un examen o trabajos manifestó un 2,2% al 90.3%.</p>	<p>2020)(Restrepo et al., 2020) (Macbani et al., 2018)(Jerez-Mendoza & Oyarzo-Barría, 2015a)(Díaz Martín, 2010)(Evaristo-Chiyong & Chein- Villacampa, 2015)(Mendoza et al., 2010)(Rivas Acuña et al., 2014)(Morocho et al., 2022)(Akulwar-Tajane et al., 2021)(Melaku & Bulcha, 2021)(Benavente et al., 2014)(Hayes et al., 2017)(Yen Yee & Yusoff, 2013)(Yusoff et al., 2010)(Masilamani et al., 2019b)(Labrague, 2013)(Mendieta et al., 2020)(Restrepo et al. 2020)</p>
<p>Se presentó miedo al rendimiento en un 1.53% al 55%.</p>	<p>(Akulwar-Tajane et al., 2021)(Chowdhury et al., 2017)(Abd Elaziz & Shehata, 2015b)(Jacob et al., 2012)(Palekar & Mokashi, 2014)(Yusoff et al., 2010)</p>
<p>Material de estudio inadecuado, entre 1,12% al 53,1%.</p>	<p>(Yusoff et al., 2010)(Palekar & Mokashi, 2014)(Gade et al., 2014)(Hayes et al., 2017)(Chowdhury et al., 2017)(Akulwar-Tajane et al., 2021)</p>
<p>La dificultad de adaptación a la carrera como factor estresante en un 2% a 65.8%.</p>	<p>(Rasheed et al., 2017)(Marchewka et al., 2022)(Seyedfatemi et al., 2007)(Hayes et al., 2017)(Gade et al., 2014)(Eva et al., 2015)(Palekar & Mokashi, 2014)(Yusoff et al., 2010)(B.T. et al., 2004)</p>
<p>La barrera del idioma se presentó de 1.2% al 100%.</p>	<p>(Hayes et al., 2017)(Naidoo et al., 2014)(Akulwar-Tajane et al., 2021)</p>
<p>La competitividad entre los compañeros presenta como factor estresante entre 1,7% al</p>	<p>(Macbani et al., 2018)(Castillo Avila et al., 2017)(Jerez-Mendoza & Oyarzo-Barría,</p>

65,7%.	2015a)(Díaz Martín, 2010))(Evaristo-Chiyong & Chein-Villacampa, 2015)(Morocho et al., 2022)(Melaku & Bulcha, 2021)(Benavente et al., 2014)(Hayes et al., 2017)(Chowdhury et al., 2017)(Gade et al., 2014)(Marshall et al., 2008)(Palekar & Mokashi, 2014)(Yusoff et al., 2010)(Labrague, 2013)(Mendieta et al., 2020)(Restrepo et al., 2020)
Trabajar con personas que no conocen se evidencio en varios artículos dando como resultados entre 1.2% al 90.1%.	(Mendoza et al., 2010)(Seyedfatemi et al., 2007)(Firth, 1986)(Gade et al., 2014)(Marshall et al., 2008)(Jacob et al., 2012)(Yen Yee & Yusoff, 2013)(de Souza et al., 2016)(Labrague, 2013)(Mendieta et al., 2020)
Carga horaria factor estresante en un 5% al 74.1%.	(Jerez-Mendoza & Oyarzo-Barría, 2015a)(Rasheed et al., 2017)(Yen Yee & Yusoff, 2013)(Yeşil et al., 2015)
Lidiar con la muerte o el sufrimiento de un paciente durante la práctica formativa se analizó como un factor estresante para los estudiantes entre 1.5% a 10%.	(Yusoff et al., 2010)(Yen Yee & Yusoff, 2013)(Firth, 1986)
Los tipos de trabajo que mandan los profesores se evidencio como un tipo de variable que ocasiona estrés entre los estudiantes 1.9% a 95.3%	(Macbani et al., 2018)(Jerez-Mendoza & Oyarzo-Barría, 2015a)(Evaristo-Chiyong & Chein-Villacampa, 2015)(Mendoza et al., 2010)(Rivas Acuña et al., 2014)(Morocho et al., 2022)(Hayes et al., 2017)(Gade et al., 2014)(Yusoff et al., 2010)(Mendieta et al., 2020)(Restrepo et al., 2020)
Los estudiantes refirieron no entender los temas que abordan en clases en un 1.8% a 92.2 %	(Macbani et al., 2018)(Jerez-Mendoza &

La personalidad y carácter del profesor influyocomo variable estresora dando como resultados en un 1.4% al 67,8%.	Oyarzo-Barría, 2015a)(Evaristo-Chiyong & Chein-Villacampa, 2015)(Morocho et al., 2022)(Akhu-Zaheya et al., 2015)(Yusoff et al., 2010)(Alghamdi et al., 2019) (Macbani et al., 2018)(Jerez-Mendoza & Oyarzo-Barría, 2015a)(Evaristo-Chiyong & Chein-Villacampa, 2015)(Rivas Acuña et al., 2014)(Akhu-Zaheya et al., 2015)(Marshall et al., 2008)(Palekar & Mokashi, 2014)(Yen Yee & Yusoff, 2013)(Yusoff et al., 2010)
La exposición de trabajos en clase como factor estresante influyo un 1.06 % al 37.5%. El miedo a reprobar el curso fue un referente estresante en un 3,6% al 70.1%. Exámenes finales factor estresante en un 5,0%al 72%.	(Mendoza et al., 2010)(Marshall et al. 2008)(Yeşil et al., 2015)(Yusoff et al., 2010) (Morocho et al., 2022)(Hayes et al. 2017)(Mendieta et al., 2020) (Rasheed et al., 2017)(Abd Elaziz & Shehata, 2015a)(Marshall et al., 2008)(Jacob et al., 2012)(Palekar & Mokashi, 2014)(Yen Yee & Yusoff, 2013)(Rasheed et al., 2017)
Pocas horas de sueño, como factor estresante con promedio de 14.7% al 90.6%	(Rivas Acuña et al., 2014)(Marshall et al., 2008)(Mohammed & Sajit, 2016)
La falta de instalaciones recreativas, en un 39.4% como factor estresante en un 39.4% al 73.3%	(Marshall et al., 2008)(Jacob et al., 2012)(Palekar & Mokashi, 2014)(Mohammed & Sajit, 2016)
Realización de otras actividades como factor estresante, en un 10.7%% al 30%.	(Mendoza et al., 2010)(Akhu-Zaheya et al. 2015)(Mendieta et al., 2020)

El sector salud se considera como una de las profesiones más difíciles, ya que se trata de saber cuidar y proveer salud a los de su misma especie, las tareas que comprenden estas profesiones son más complejas a comparación de otras carreras universitarias, por lo cual existe la posibilidad de desarrollar mayor temor a no entenderlas o reprobarlas; la alta demanda académica como en la realización de un trabajos, presentación de exámenes y prácticas clínicas que deben cumplir generan la falta de tiempo y descanso, por ende va a existir mayor nivel de estrés en estos estudiantes.

Conclusiones

Existe un alto índice de estrés en los estudiantes de las carreras de ciencia de la salud y con mayor frecuencia en las mujeres.

Se evidenciaron ciertas situaciones que no fueron consideradas inicialmente como factores estresantes y que finalmente se presentaron como por ejemplo la competitividad entre compañeros, la barrera del idioma cuando se estudia en el extranjero, trabajar con personas que no conocen y la personalidad y carácter del profesor causa estrés en los estudiantes.

El estrés es un factor determinante que se manifiesta e influye de forma negativa en las actividades académicas, generado por diferentes estresores como la sobrecarga académica, la falta de tiempo para cumplir con los trabajos y los exámenes.

Recomendaciones

Para disminuir el efecto del estrés se propone que las universidades mediante el programa de bienestar universitario diseñen y ejecuten actividades lúdicas extracurriculares de acompañamiento y asesoramiento donde el estudiante se puede expresar y liberar el estrés que le genera el estudio.

Ampliar dentro de las investigaciones variables que les permita determinar si hay otro tipo de condiciones que pueden añadir más estrés como podría ser el trabajo y ser madre o padre que influyan como factor estresante.

Se necesita explorar mejor el campo en las relaciones entre docentes y estudiantes los cuales influyen gran parte en el cambio y en las causas estresantes en los estudiantes de las carreras de ciencias de la salud, la aplicación de ciertas técnicas donde los estudiantes se integren y participen se ven evidencia de manera positiva en cada uno, la ayuda mutua, la confianza el respeto y solidaridad son muy importantes, lo cual garantiza una mejor comunicación generando así una armonía en la relación profesor-alumno y alumno-alumno.

Referencias

- Abd Elaziz, E., & Shehata, A. (2015). Perceived Stress and Coping Strategies among Nursing Students at Ras Al Khaima Medical and Health Science University in the United Arab Emirates. *Alexandria Scientific Nursing Journal*, 17(2), 21–36.
<https://doi.org/10.21608/asalexu.2015.208761>
- Abdulghani, H. M. (2008). Stress and depression among medical students: A cross sectional study at a medical college in Saudi Arabia. *Pakistan journal of medical sciences*, 24(1), 12-17. <https://www.pjms.com.pk/issues/janmar08/pdf/stress.pdf>
- Acuña, V. R., Palma, C. D. C. J., Méndez, H. A. M., Arceo, M. D. L. Á. C., Castillo, M. M., & Barra, A. V. (2014). Frecuencia e Intensidad del Estrés en Estudiantes de Licenciatura en Enfermería de la DACS. *Horizonte sanitario*, 13(1), 162-169.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5305223>
- Akulwar-Tajane, I., Raikundlia, H., Gohil, R., & Shinde, S. (2021). Academic Stress in Physiotherapy Students: Are Open Book Examinations the Solution in the Face of COVID-19 Pandemic? *Researchgate.Net*, 5(2), 2617–457.
https://www.researchgate.net/profile/Isha-Akulwar-Tajane/publication/352327791_Academic_Stress_in_Physiotherapy_Students_Are_Open_Book_Examinations_the_Solution_in_the_Face_of_COVID-19_Pandemic/links/60c395ad4585157774cc6138/Academic-Stress-in-Physiothera
- Akhu-Zaheya, L., Shaban, I., & Khater, W. (2015). Nursing students' perceived stress and influences in clinical performance. *International Journal of Advanced Nursing Studies*, 4(2), 44-47. <https://doi.org/10.14419/ijans.v4i2.4311>

- Alghamdi, S, Aljabri, S, Jafari, G, Alzebali, R, Alkunaidiri, N, & Kalantan, N. (2019). Sources of Stress Among Undergraduate Nursing Students. *Global Journal of Health Science*, 11(9), 116-121. <http://dx.doi.org/10.5539/gjhs.v11n9p116>
- Arrera, B., Onzález, E. M. P. A. G., Elena, H. I., Juan, H., Jiménez, R., Henderson, V., Orem, D., Ro-, M. E., Sor, M. De, & Roy, C. (2001). Proceso de Atención de Enfermería: modelo de Sor Callista Roy. *Temas de Hoy*, 495–498.
https://www.academia.edu/40754658/OCTUBRE_2001_495_Proceso_de_Atenci%C3%B3n_de_Enfermer%C3%ADa_Modelo_de_Sor_Callista_Roy
- Benavente, S. B. T., Silva, R. M. da, Higashi, A. B., Guido, L. de A., & Costa, A. L. S. (2014). Influence of stress factors and socio-demographic characteristics on the sleep quality of nursing students. *Revista Da Escola de Enfermagem Da USP*, 48(3), 514–520.
<https://doi.org/10.1590/s0080-623420140000300018>
- Berio García, N., & Mazo Zea, R. (2012). Estrés Académico. *Revista De Psicología Universidad De Antioquia*, 3(2), 55–82. <https://doi.org/10.17533/udea.rp.11369>
- Blanco Dzul, D. L. (2020). Proceso de Atención de Enfermería para el Trastorno de Estrés Postraumático en un Adolescente. *Universidad autónoma de puebla*, 1-85.
<https://hdl.handle.net/20.500.12371/11948>
- Bonet, M. À., & Vallès, J. (2010). Pharmaceutical ethnobotany in the Montseny biosphere reserve (Catalonia, Iberian Peninsula). General results and new or rarely reported medicinal plants. *Journal of Pharmacy and Pharmacology*, 55(2), 259–270.
<https://doi.org/10.1211/002235702432>
- Borjalilu, S., Mohammadi, A., & Mojtahedzadeh, R. (2015). Sources and severity of perceived stress among Iranian medical students. *Iranian Red Crescent Medical Journal*, 17(10), 2-

6. <https://doi.org/10.5812/ircmj.17767>

Caballero-Domínguez, C., & Suarez-Colorado, Y. (2019). Tipologías distintivas de respuestas ante el estrés académico en universitarios: un análisis de clasificación. *Duazary*, 16(2), 245–257. <https://doi.org/10.21676/2389783x.2748>

Campos Blas Malena Mayra, & Bach. Garay Alvarado Erick. (2021). *Resiliencia y estrés académico en universitarios de psicología en tiempos de aprendizaje virtual de una universidad privada de huancayo-2020*. 1–170.

https://www.academia.edu/83716845/Resiliencia_y_estr%C3%A9s_acad%C3%A9mico_en_universitarios_de_psicolog%C3%ADa_en_tiempos_de_aprendizaje_virtual_de_una_Universidad_Privada_de_H

Cárdenas, Sorio j; (2017). Estrés laboral: estudio de revisión, *Diversitas*, 13(1), 81-90.

<https://revistas.usantotomas.edu.co/index.php/diversitas/article/view/3494/3383>

Castillo Ávila, I., Barrios Cantillo, A., & ALvis Estrada, L. Estrés académico en estudiantes de enfermería de Cartagena, Colombia. *Investigación En Enfermería: Imageny Desarrollo*, 20(2), 1–11.

<https://revistas.javeriana.edu.co/index.php/imagenydesarrollo/article/view/16457/>

Castillo-Navarrete, J. L., Guzmán-Castillo, A., Claudio Bustos, N., Walter Zavala, S., & Benjamín Vicente, P. (2020). Psychometric properties of sisco-II inventory of academic stress. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluacion Psicologica*, 3(56), 101– 116.

<https://doi.org/10.21865/RIDEP56.3.08>

Chowdhury, R., Mukherjee, A., Mitra, K., Naskar, S., Karmakar, P. R., & Lahiri, S. K. (2017). Perceived psychological stress among undergraduate medical students: Role of academic factors. *Indian Journal of Public Health*, 61(1), 55–57. <https://doi.org/10.4103/0019->

557X.200253

Coburn, D., & Jovaisas, A. V. (1975). Perceived sources of stress among first-year medical students. *Academic Medicine*, 50(6), 589-95.

https://journals.lww.com/academicmedicine/Abstract/1975/06000/Perceived_sources_of_stress_among_first_year.4.aspx

Corral De Eusebio, B. (2008). Conceptos de estrés Kinesiología con fisioterapia | Conceptos de estrés relacionados con fisioterapia. *Revista Iberoamericana de Fisioterapia y Kinesiología*, 11 (1),39–47.

<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1138604508718355>

Ministerio de Salud. (1993). RESOLUCION NUMERO 8430 DE 1993. *Ministerio de Salud*, 1–19.

<https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/DE/DIJ/RESOLUCION-8430-DE-1993.PDF>

De Souza, V. S., Costa, M. A. R., Rodrigues, A. C., de Freitas Bevilaqua, J., Inoue, K. C., de Oliveira, J. L. C., & Matsuda, L. M. (2016). Stress among nursing undergraduate students of a Brazilian public university. *Investigacion y Educacion En Enfermeria*, 34(3), 518–527. <https://doi.org/10.17533/udea.iee.v34n3a11>

Díaz Martín, Y. (2010). Estrés académico y afrontamiento en estudiantes de Medicina Academic stress and coping in medical students. *Academic Stress and Coping in Medical Students*, 1(1), 17. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1727-81202010000100007

El Madani, H., El Harch, I., Tachfouti, N., El Fakir, S., Aalouane, R., & Berraho, M. (2023). Psychological stress and its related factors among Moroccan nursing students: A cross-

sectional study. *Enfermería Clínica (English Edition)*. 33(3), 205–215.

<https://doi.org/10.1016/j.enfcle.2023.02.001>

Eva, E. O., Islam, M. Z., Mosaddek, A. S. M., Rahman, M. F., Rozario, R. J., Iftekhar, A. F. M. H., Ahmed, T. S., Jahan, I., Abubakar, A. R., Dali, W. P. E. W., Razzaque, M. S., Habib, R. Bin, & Haque, M. (2015). Prevalence of stress among medical students: a comparative study between public and private medical schools in Bangladesh. *BMC Research Notes*, 8(1), 327. <https://doi.org/10.1186/s13104-015-1295-5>

Evaristo-Chiyong, T., & Chein-Villacampa, S. (2015). Estrés y desempeño académico en estudiantes de Odontología. *Odontología Sanmarquina*, 18(1), 23.

<https://doi.org/10.15381/os.v18i1.11336>

Fernández Poncela, A. M. (2020). 2020: Estudiantes, emociones, salud mental y pandemia.

Revista Andina de Educación, 4(1), 23–29. <https://doi.org/10.32719/26312816.2021.4.1.3>

Firth, J. (1986). Levels and Sources of Stress in Medical Students. *British Medical Journal (Clinical Research Ed.)*, 292(6529), 1177–1180.

<https://doi.org/10.1136/bmj.292.6529.1177>

Gade, S., Chari, S., & Gupta, M. (2014). Perceived stress among medical students: To identify its sources and coping strategies. *Archives of Medicine and Health Sciences*, 2(1), 80.

<https://doi.org/10.4103/2321-4848.133845>

Guamanquispe, M. (2013). *El estrés infantil y su incidencia en el proceso enseñanza aprendizaje en los estudiantes de 4to, 5to, 6to y 7mo año de educación básica del Centro de Educación Básica Manuela Espejo de la ciudad de Ambato de la provincia de Tungurahua* (Doctoral dissertation, Tesis de licenciatura). Universidad Técnica de Ambato, Ecuador). <https://repositorio.uta.edu.ec/jspui/handle/123456789/6176>

- Güiza Arana, Y. (2018). La ergonomía en el trabajo y el agotamiento de los colaboradores del área de banca persona del banco internacional del Perú- interbank, plaza Tacna. *Artículo de Financial Distress*, Financial Distress.1-122
<https://repositorio.upt.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12969/953/Aguilera-Vega-Mariella.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Hayes, A., Hoover, J. N., Karunanayake, C. P., & Uswak, G. S. (2017). Perceived causes of stress among a group of western Canadian dental students. *BMC Research Notes*,1-9.
<https://doi.org/10.1186/s13104-017-2979-9>
- Jacob, T., Gummesson, C., Nordmark, E., El-Ansary, D., Remedios, L., & Webb, G. (2012). Perceived Stress and Sources of Stress Among Physiotherapy Students From 3 Countries. *Journal of Physical Therapy Education*, 26(3), 57–65. <https://doi.org/10.1097/00001416-201207000-00008>
- Jerez-Mendoza, M., & Oyarzo-Barría, C. (2015). Estrés académico en estudiantes del Departamento de Salud de la Universidad de Los Lagos Osorno. *Revista Chilena de Neuro-Psiquiatría*, 53(3), 149–157. <https://doi.org/10.4067/s0717-92272015000300002>
- Ladino Acevedo, J. P., Puerto Infante, L. A., & Lopera Arias, S. (2019). La lúdica como herramienta para la prevención del estrés organizacional. *Universidad ECCI*.1-84
<https://repositorio.ecci.edu.co/bitstream/handle/001/2405/Trabajo%20de%20grado.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- León González, M., & Fornés Vives, J. (2015). Psychological stress and musculoskeletal problems. Systematic review. *Enfermería Global*, 14(2), 276–300.
<https://doi.org/10.6018/eglobal.14.2.194561>
- Labrague, L. J. (2013). Stress, stressors, and stress responses of student nurses in a government

nursing school. *Health Science Journal*, 7(4), 424–435.

https://www.researchgate.net/profile/LeodoroLabrague/publication/257299104_Stress_Stressors_and_Stress_Responses_of_Student_Nurses_in_a_Government_Nursing_School/links/00b7d524ce68c57c3b000000/Stress-Stressors-and-Stress-Responses-of-Student-Nurses-in-a-Government-Nursing-School.pdf

Macbani, P., Ruvalcaba, J., Basquet, P., Ramirez, A., Gonzales, K., Aredondo, K., & Monroy, K. (2018). Estrés académico, estresores y afrontamiento en estudiantes de Odontología en el Centro de Estudios Universitarios Metropolitano Hidalgo [CEUMH]. *Journal of Negative and No Positive Results*, 3(7), 522–530.

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6521589>

Marchewka, W., Samborska, U., Drojewski, K., Olszewska-Turek, K., Marchewka, J., & Kopeć, G. (2022). Assessment of Stress Load and Its Causes Among Medical Students. *Rehabilitacja Medyczna*, 26(4), 11–19. <https://doi.org/10.5604/01.3001.0015.9776>

Marshall, L. L., Allison, A., Nykamp, D., & Lanke, S. (2008). Perceived stress and quality of life among Doctor of Pharmacy Students. *American Journal of Pharmaceutical Education*, 72(6), 1-8. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2661164/>

Masilamani, R., Aung, M. M. T., Othman, H., Abu Bakar, A., Keat, T. C., Ravichandran, S., Jagajarantan, S. P. (2019). Stress, stressors and coping strategies among university nursing students. *Malaysian Journal of Public Health Medicine*, 19(2), 20–28. <http://www.mjphm.org/index.php/mjphm/article/view/168>

Melaku, L. y Bulcha, G. (2021). Evaluación y comparación de los factores estresantes de los estudiantes de medicina y las estrategias de afrontamiento entre los estudiantes universitarios de preclínica y año clínico matriculados en la Facultad de Medicina de la

- Universidad de Arsi, en el sudeste de Etiopía. *Internacional de Investigación en Educación*. 1-12. <https://doi.org/10.1155/2021/9202156>
- Mendieta, M., Cairo, J., & Cairo, J. (2020). Presencia de estrés académico en estudiantes de tercer año de Medicina del Hospital Docente Clínico Quirúrgico “Aleida Fernández Chardiet.” *Revista Electrónica Medimay*, 27(1), 68–77. <https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=95954>
- Mendoza, L., Ortega, E. C., Quevedo, D. G., Martínez, R. M., Aguilar, E. J. P., & Hernández, R. S. (2010). Factores que ocasionan estrés en Estudiantes Universitarios. *ENE, Revista de Enfermería*, 4(3), 36–46. <http://www.enfermeria.org/ojs/index.php/ENE/article/view/96/80>
- Mohammed, Q. Q., & Sajit, K. R. (2016). Stress and its associated factors among students of the College of Nursing University of Baghdad. *Iraqi National Journal of Nursing Specialties*, 29(2), 30-37. <https://www.iasj.net/iasj/download/6ef3faf5ebe4c638>
- Morocho, Á., Medina, P., Ramírez, M., & Urgiles, C. (2022). Fuentes y niveles de estrés percibidas entre estudiantes de odontología durante la pandemia por COVID-19. *AVFT*, 41(5), 335–341. Retrieved from <https://zenodo.org/record/7135535>
- Naidoo, S., Van Wyk, J., Higgins-Opitz, S., & Moodley, K. (2014). An evaluation of stress in medical students at a South African university. *South African Family Practice*, 56(5), 258–262. <https://doi.org/10.1080/20786190.2014.980157>
- Osorio, J. E., & Cárdenas Niño, L. (2017). Estrés laboral: estudio de revisión. *Diversitas: perspectivas en psicología*, 13(1), 81-90. http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1794-99982017000100081
- Palekar, T. J., & Mokashi, M. G. (2014). Perceived Stress, Sources and Severity of Stress among

- Physiotherapy Students in an Indian College. *Indian Journal of Physiotherapy and Occupational Therapy - An International Journal*, 8(3), 170.
<https://www.researchgate.net/publication/314731758> Perceived Stress Sources and Severity of Stress among Physiotherapy Students in an Indian College
- Pedrero-Pérez, E. J., Ruiz-Sánchez de León, J. M., Lozoya-Delgado, P., Rojo-Mota, G., Llanero-Luque, M., & Puerta-García, C. (2015). La “escala de estrés percibido”: estudio psicométrico sin restricciones en población no clínica y adictos a sustancias en tratamiento. *Behavioral Psychology/ Psicología Conductual*, 23(2), 305–324.
<https://go.gale.com/ps/i.do?id=GALE%7CA521459972&sid=googleScholar&v=2.1&it=r&linkaccess=abs&issn=11329483&p=AONE&sw=w&userGroupName=anon%7E8516f>
- Peña, E., Bernal, L., Pérez, R., Reyna, L., & García, K. G. (2017). Stress and coping strategies in Higher Level Students of the Autonomous University of Guerrero. *NURE Investigación*, 15(92), 1–8. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6279759>
- Pereira, M. (2009). Una revisión teórica sobre el estrés y algunos aspectos relevantes de este en el ámbito educativo. *Revista Educación*, 33(2), 171–190.
<https://doi.org/10.15517/revedu.v33i2.511>
- Pérez Ortega, M. E. (2019). Caracterización del estrés académico percibido por estudiantes de las ciencias de la salud y los mecanismos que utilizan para afrontarlo. *Visión Antataura*, 3(1), 79–97. <http://portal.amelica.org/ameli/jatsRepo/225/2251081006/html/>
- Rojas Campos, M. (2012). Trastorno de estrés postraumático. *Revista Médica de Costa Rica y Centroamerica LXXIII*, 619(3), 233–240.
<https://www.binasss.sa.cr/revistas/rmcc/619/art07.pdf>
- Romero, M. R. M. (2009). Implicaciones de la respuesta de estrés sobre el proceso de estudio en

estudiantes de Ciencias de la Salud. *Universidad De A Coruña Escuela Universitaria De Enfermería Y Podología*. 1 -223.

<http://dialnet.unirioja.es/servlet/tesis?codigo=20345&orden=241857&info=link%5Cnhttp://dialnet.unirioja.es/servlet/exttes?codigo=20345>

Rasheed, F. A., Naqvi, A. A., Ahmad, R., & Ahmad, N. (2017). Academic stress and prevalence of stress-related self-medication among undergraduate female students of health and non-health cluster colleges of a public sector University in Dammam, Saudi Arabia. *Journal of Pharmacy and Bioallied Sciences*, 9(4), 251–258.

https://doi.org/10.4103/JPBS.JPBS_189_17

Rashedi, H. (2017). Relationship of self-esteem with depression, anxiety, and stress among dental and medical students in Jeddah, Saudi Arabia. *Journal of International Medicine and Dentistry*, 4(2), 61–68. <https://www.researchgate.net/publication/322520030>

Restrepo, J. E., Sánchez, O. A., & Castañeda Quirama, T. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Psicoespacios*, 14(24), 17–37.

<https://doi.org/10.25057/21452776.1331>

Sanad, H. M. (2019). Stress and Anxiety among Junior Nursing Students during the Initial Clinical Training: A Descriptive Study at College of Health Sciences, University of Bahrain. *American Journal of Nursing Research*, 7(6), 995–999.

<http://pubs.sciepub.com/ajnr/7/6/13/>

Sandra Torrades. (2007). ¿Estrés o burn out? Definición y prevención. *OFFFARM*, 26(10), 104–106. Retrieved from <http://www.helpguide.org/mental/burn>

Seyedfatemi, N., Tafreshi, M. y Hagani, H. (2007). Factores estresantes experimentados y estrategias de afrontamiento entre estudiantes de enfermería iraníes. *Enfermería BMC* ,

- 6(11), 1-10. <https://doi.org/10.1186/1472-6955-6-11>
- Silva-Sánchez, D. C. (2015). Estrés en estudiantes de enfermería: una revisión sistemática. *Revista Ciencia y Cuidado*, 12(1), 119-133. <https://doi.org/10.22463/17949831.332>
- Suárez-Montes, N., & Díaz-Subieta, L. B. (2015). Estrés académico, deserción y estrategias de retención de estudiantes en la educación superior. *Revista de Salud Pública*, 17(2), 300–313. <https://doi.org/10.15446/rsap.v17n2.52891>
- Shaikh, B. T., Kahloon, A., Kazmi, M., Khalid, H., Nawaz, K., Khan, N., & Khan, S. (2004). Students, stress and coping strategies: a case of Pakistani medical school. *Education for health (Abingdon, England)*, 17(3), 346–353. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/15848822/>
- Taboada, V. F., Cabanach, R. G., & Gestal, A. S. (2019). Academic stressors perception according to the motivational orientation to goals in university students. *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education*, 9(3), 189–200. <https://doi.org/10.30552/ejihpe.v9i3.334>
- Takamura Saldaña, I. C. (2020). Propiedades psicométricas del cuestionario estrés laboral de la OIT–OMS en colaboradores de una empresa de Piura, 1-51. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/53477>
- Teque, M., Galvez, N., & Salazar, D. (2020). Estres academico en estudiantes de enfermeria de una universidad peruana. *Medicina Naturista*, 14(2), 43–48. Retrieved from <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7512760>
- Yesil, P., Öztunç, G., & Eskimez, Z. (2015). Personal characteristics and styles of coping with the stress of nursing students of a university in Turkey. *Journal of Nursing Education and Practice*, 5(5), 73-81. <https://doi.org/10.5430/jnep.v5n5p73>
- Yen Yee, L., & Yusoff, M. S. B. (2013). Prevalence and sources of stress among medical

students in Universiti Sains Malaysia and Universiteit Maastricht. *Education in Medicine Journal*, 5(4),34-41. <https://doi.org/10.5959/eimj.v5i4.190>

Yusoff, M. S. B., Rahim, A. F. A., & Yaacob, M. J. (2010). Prevalence and sources of stress among Universiti Sains Malaysia medical students. *The Malaysian journal of medical sciences: MJMS*, 17(1), 30-37.

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3216143/pdf/mjms-17-1-030.pdf>

Zupiria Gorostidi, X., Uranga Iturriotz, M., Alberdi Erize, M., & Barandiaran Lasa, M. (2003)

KEZKAK: cuestionario bilingüe de estresores de los estudiantes de enfermería en las prácticas clínicas. *Gaceta Sanitaria*, 17(1), 37–51.

https://www.scielosp.org/article/ssm/content/raw/?resource_ssm_path=/media/assets/gsv17n1/orig5.pdf