



**El Estrés y su Afectación en el rendimiento académico de los Estudiantes de
Primer Semestre de Derecho de la Universidad Uniciencia de Bucaramanga,
Santander, Colombia**

Estudiante

Hernando Uribe Moreno

Asesor

Mg. Jorge Andrés Sosa Chinome

Universidad Santo Tomás

Decanatura de División de Educación Abierta y a Distancia

Facultad de Educación

Especialización en Pedagogía para la Educación Superior

2024

Tabla de contenido

Resumen	5
Abstract.....	6
AGRADECIMIENTO.....	7
DEDICATORIA.....	7
Introducción.....	8
Capítulo I	10
Planteamiento del problema.....	10
1. 1 Planteamiento del Problema	10
<i>1.1.1 Contextualización</i>	<i>10</i>
<i>1.1.2 Definición del Problema.....</i>	<i>11</i>
1.1 Pregunta de Investigación.....	13
1.2 Justificación	13
<i>1.3.1 Conveniencia.....</i>	<i>13</i>
<i>1.3.2 Relevancia Social</i>	<i>14</i>
<i>1.3.3 Implicaciones teóricas</i>	<i>14</i>
<i>1.3.4 Utilidad metodológica</i>	<i>15</i>
1.4 Supuesto teórico.....	16
1.5 Objetivos	16
<i>1.5.1 General.....</i>	<i>16</i>

1.5.2 Específicos	17
1.6 Antecedentes	17
Capítulo III	79
Marco metodológico	79
3.1 Enfoque.....	79
3.2 Método	80
3.3 Población.....	81
3.4 Instrumentos	82
3.5 Tipo De Investigación	83
Conclusiones	85
Recomendaciones.....	87
Referencias	88

Lista de Tablas

Tabla 1: Trabajo de Grado: Estudio Europeo	25
Tabla 2: Trabajo de Grado: Estudio Europeo	27
Tabla 3: Trabajo de Grado: Estudio Europeo	32
Tabla 4: Trabajo de Grado: Estudio Latinoamericano	34
Tabla 5: Trabajo de Grado: Estudio Latinoamericano	38
Tabla 6: Trabajo de Grado: Estudio Latinoamericano	42
Tabla 7: Trabajo de Grado: Estudio latinoamericano	45
Tabla 8: Trabajo de Grado: Estudio Latinoamericano	49
Tabla 9: Trabajo de Grado: Estudio Latinoamericano	52
Tabla 10: Trabajo de Grado: Estudio Latinoamericano	54
Tabla 11: Trabajo de Grado: Estudio Nacional.....	57
Tabla 12: Trabajo de grado: Estudio Nacional.....	59
Tabla 13: Trabajo de Grado: Estudio local	63

Resumen

El estrés como condición de salud está afectando a un sinnúmero de personas en el mundo. En el campo académico ha venido creciendo de manera constante y cada vez más frecuente en alumnos de todos los niveles, generando una aceleración fisiológica, emocional, conductual y cognitiva, que responden a estímulos referentes al ámbito de lo académico. El objeto de este estudio busca establecer posibles afectaciones generadas por los niveles de estrés académico que puedan influir en el rendimiento de los estudiantes universitarios de primer semestre de derecho de la universidad Uniciencia de Bucaramanga, Santander, Colombia; mediante un estudio cuantitativo de corte transversal con base en una muestra significativa de estudiantes; y, con la aplicación de un instrumento estandarizado: el “Inventario SISCO”, con el propósito de recopilar información y establecer de qué manera dicha condición de salud, puede generar afectación en el rendimiento académico en los alumnos de la Institución universitaria.

Palabras Claves: Estrés, estrés académico, rendimiento académico.

Abstract

Stress as a health condition is affecting countless people around the world. In the academic field, it has been growing constantly and increasingly frequently in students of all levels, generating physiological, emotional, behavioral and cognitive activation in the face of stimuli and events that have to do with the academic field. The purpose of this study seeks to establish possible effects generated by the levels of academic stress that may influence the performance of first-semester law university students at the Uniciencia University of Bucaramanga, Santander, Colombia; through a quantitative cross-sectional study based on a significant sample of students; and, with the application of a standardized instrument: the "SISCO Inventory", collect information and establish how said health condition can affect the perception of well-being in the students of the university institution.

Keywords: Stress, academic stress, academic performance

Agradecimiento

AGRADECIMIENTO

Al Dios revelado en la humanidad y en el amor de Cristo, que me quiso su sacerdote, y del que somos destellos de su amor y de su vida; y por misericordia siempre inmerecida, nos da la sabiduría necesaria, para entender en parte nuestras propias situaciones humanas, y para ayudar a mitigar en algo las situaciones existenciales propias y las de los demás, en especial las que más cuestan y duelen, mostrándonos que siempre es posible restaurar todo. Por tanta bondad, gracias.

DEDICATORIA

A mis Padres Hernando y María del Carmen, que, sin un título profesional, me han dado la vida, y que, con su ejemplo y sabiduría, me siguen ayudando a vivirla.

A Eleazar, mi hermano sacerdote, por su disciplina y constancia que me anima en esta tarea loable del conocimiento, en medio de la adversidad.

A Rubby Shirley por motivarme siempre a salir adelante, aunque cueste.

Ellos son mi musa y mi inspiración para continuar.

Introducción

El estrés es una condición de salud que de manera holística está presente en todos los ámbitos y en una gran porción de personas. Según un estudio elaborado en México, y publicado en la Revista de Educación y Desarrollo, se considera que, de cada cuatro individuos, al menos uno ha tenido o está presentando algún trastorno de estrés especialmente en las zonas urbanas; y que en general, al menos la mitad de la población presenta algún tipo de afectación en este campo (Caldera et al., 2007). Sus causas y efectos son tan variados que, en específico, pudiera abordarse desde varios ámbitos ya que toca y afecta múltiples facetas en el ser humano y puede ser estudiado desde diversas categorías o variables.

En el campo académico, el estrés no es la excepción y ha encontrado múltiples formas por las que tiende a afectar la percepción de bienestar y el desarrollo normal del proceso educativo en todas las etapas, especialmente en el ámbito universitario, dado que puede alterar todas las respuestas de la persona en las áreas: fisiológica, cognitiva y motora. Variados estudios en el campo del estrés académico han demostrado que sus altos niveles generan una alteración tal en los estudiantes que se ven afectados en su desempeño y en su rendimiento, mostrando un marcado déficit en las calificaciones, en la presentación de exámenes (Román et al., 2008), e incluso llegando a ser causa de trastornos afectivos, pensamientos de incapacidad o de deserción.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) hace una acotación al estrés académico como una reacción que activa las proporciones fisiológicas, emocionales, conductuales y cognitivas, sobre todo, respondiendo a estímulos de tipo académico (Campos, 2021). Campos agrega, además, que la variada sintomatología del estrés

académico, puede afectar uno o varios ámbitos de la persona presentado cuadros sintomatológicos de tipo físico, cognitivo, emocional, conductual y social.

Para abordar el objeto de esta investigación se ha tomado como población a los estudiantes de primer semestre de la carrera de derecho de la Universidad Uniciencia, que tiene su sede en la ciudad de Bucaramanga, en el Departamento de Santander, Colombia. La edad promedio de los participantes en la muestra oscila entre los 18 a 30 años. En esta institución universitaria, es común encontrar alumnos ya adultos que laboran en diversas áreas y se proponen buscar un título profesional, una gran mayoría inscritos en la carrera de Derecho, residen en diferentes sectores de la ciudad por lo que son muy diversas condiciones socioeconómicas de los mismos.

Capítulo I

Planteamiento del problema

1. 1 Planteamiento del Problema

1.1.1 Contextualización

La realidad social en la universidad Uniciencia, se realiza en torno a la vida urbana: la mayoría de los estudiantes vive en los alrededores del área metropolitana; sin embargo, hay también estudiantes que, provenientes de las demás provincias del departamento, vienen, no sólo a estudiar, sino que, además, buscan formas de trabajo, que alternan con la formación académica. La sede principal se encuentra en la parte Centro de la capital santandereana: Bucaramanga. En esta institución de formación superior, es común encontrar habitantes de calle, y es recurrente un sinnúmero de atracos; esta situación, genera un ambiente de inseguridad, no sólo para los estudiantes que se forman allí, sino que también para los transeúntes de la zona. A pesar de este contexto, dicha realidad social no impide que la universidad tenga como opción de estudio, algunos horarios nocturnos.

La Universidad Uniciencia es definida a través del tiempo, como una institución destacada en la cooperación formativa, que respeta la pluralidad religiosa, cultural, ideológica y política. Las distintas áreas del conocimiento exploran nuevos caminos y nuevos campos para sus estudiantes. Durante los once (11) años de haberse constituido, se ha distinguido por impulsar a sus estudiantes en el espíritu investigativo académico, generando impacto en la región santandereana. Un aspecto relevante, son sus horarios

extendidos para estudiantes de pregrado los fines de semana, como medio por el cual se pretende contribuir a la tranquilidad y a la facilidad del estudiante para lograr sus metas académicas.

1.1.2 Definición del Problema

El estrés se ha convertido en un tema de interés y de constante estudio entre investigadores, debido a sus efectos negativos en los ámbitos social y personal de los individuos. Su acercamiento primigenio en el siglo XVII, se remonta a Robert Hooke y Thomas Young; hasta el concepto de hoy se conoce planteado por Hans Seyle en 1936, referido desde su comprensión a una reacción de tipo fisiológico que se produce debido a estímulos negativos o que resulten nocivos (Tolentino, 2009).

El estrés es una condición de salud, que se ha venido presentado en forma generalizada sin importar la situación económica, genero, edad o demás condiciones de los individuos. Para Pulido (2007), ningún ambiente o medio se libra de su presencia y acción; por lo que es muy común percibirlo en el ámbito familiar, laboral, escolar, social, entre otros. Del mismo modo, Lopategui (2000) hace referencia a “estresores” que en su diversidad disparan su aparición y crecimiento; dichos factores pueden ser de orden psicosocial, “bioecológico” o incluso de personalidad.

En diversos estudios realizados, se evidencia que más del 25% de la población mundial ha padecido o padece algún trastorno por causa del mismo, por lo que según Farkas (2002), el estrés se encuentra a la base de la mayoría de patologías que afecta la salud psicológica. En el ámbito académico, sobre todo en los niveles de estudios superiores, investigaciones han arrojado que sobre todo en los primeros semestres o en

los tiempos más cercanos a la presentación de evaluaciones los niveles suben de manera considerable (Martin, 2007). Los estudiantes al empezar su etapa universitaria experimentan diversos cambios casi de manera brusca y acelerada, con cargas académicas mayores que generan en la gran mayoría estados y cuadros clínicos que afectan el desempeño y rendimiento, sobre todo en periodos finales de semestre o de carrera, donde la exigencia es mayor (Vera, 2011).

Para abordar el objeto de esta investigación se ha tomado como población a los estudiantes de primer semestre de la carrera de derecho de la Universidad Uniciencia, que tiene su sede en la ciudad de Bucaramanga, en el Departamento de Santander, Colombia. La edad promedio de los participantes en la muestra oscila entre los 18 a 30 años de edad. En esta institución universitaria, es común encontrar alumnos ya adultos que laboran en diversas áreas y se proponen buscar un título profesional, una gran mayoría inscritos en la carrera de Derecho, residen en diferentes sectores de la ciudad por lo que son muy diversas condiciones socioeconómicas de los mismos.

Otro elemento que se hace pertinente destacar de la población objeto, es que al ser estos estudiantes, personas que laboran en el sector público o privado, en empresas o negocios de la ciudad, durante el día, y estudiar en su mayoría en las noches durante la semana, o los fines de semana, puede esto influir en los niveles de estrés que puedan presentar normalmente los estudiantes, en diversas carreras, ya que unido a la carga y la exigencia académica, se presenta también la exigencia y la carga laboral, lo cual es un factor que ha tenerse en cuenta como relevante, para corroborar si al cumplir con lo laboral y académico aumenta el estrés y afecta más el rendimiento académico, o esto no

influye con relación a estudiantes que presentan niveles de estrés, pero que no están sometidos a cargas laborales.

1.1 Pregunta de Investigación

Finalmente, ¿Cuál es la relación y/o afectación del estrés con el rendimiento académico de los estudiantes de primer semestre de Derecho de la Universidad Uniciencia de Bucaramanga, Santander, Colombia?

1.2 Justificación

De acuerdo a lo planteado, se hace necesario y pertinente seguir estudiando y ahondando en este fenómeno que afecta la calidad de la salud y, por ende, la capacidad de rendimiento de los estudiantes en los primeros semestres o cuando se ven estos enfrentados a estados de exigencia. El ámbito académico es uno de los ambientes que más desencadena estrés en los diversos niveles, afectando el desempeño de los alumnos a través de diversas situaciones que se hacen estresantes, por lo que es constante la preocupación por comprenderlo y ser abordado en diversos estudios (Hernández, 2011).

1.3.1 Conveniencia

Teniendo en cuenta los resultados de algunas investigaciones, estos coinciden en precisar que los niveles estadísticos se mantienen en alza permanente, los cuales se han realizado en Colombia y en otros países, arrojando de manera considerable una notable presencia de elevados índices de estrés entre la población universitaria (Martín, 2007); lo mismo que la afectación que causa en los alumnos para su bienestar y desarrollo académico; y que en Colombia se encuentran reportados pocos datos teóricos sobre este

respecto, a excepción de investigaciones sobre en este campo como las de Gutiérrez et al., (2009); Berrio y Mazo (2011) y algunas otras más.

1.3.2 Relevancia Social

Por lo anterior, se hace necesaria y pertinente esta discusión que permita su comprensión y sus posibles aportes a la construcción en el contexto educativo nacional de programas universitarios que permitan a toda costa reducir las adversas afectaciones del estrés académico, del mismo modo, ayudar a los estudiantes universitarios que se encuentren con más riesgo de padecerlo y aportar en la consolidación de acciones que contribuyan en mayor medida, a una mejor percepción de bienestar dentro de la institución.

1.3.3 Implicaciones teóricas

El estrés ha llamado el interés y la intención de estudio entre investigadores, debido a sus efectos negativos en los ámbitos social y personal de los individuos. Su acercamiento primigenio en el siglo XVII, se remonta a Robert Hooke y Thomas Young; hasta el concepto de hoy se conoce planteado por Hans Seyle en 1936, referido desde su comprensión a una reacción de tipo fisiológico que se produce debido a estímulos negativo o que resulte nocivo (Tolentino, 2009).

El estrés es una condición de salud, que se ha venido presentado en forma generalizada sin importar la situación económica, genero, edad o demás condiciones de los individuos. Para Pulido (2007), ningún ambiente o medio se libra de su presencia y acción; por lo que es muy común percibirlo en el ámbito familiar, laboral, escolar, social, entre otros. Del mismo modo, Lopategui (2000) hace referencia a “estresores” que en

su diversidad disparan su aparición y crecimiento, dichos factores pueden ser de orden psicosocial, “bioecológico” o incluso de personalidad.

En diversos estudios realizados, se evidencia que más del 25% de la población mundial ha padecido o padece algún trastorno por causa de este, por lo que según Farkas (2002), el estrés se encuentra a la base de la mayoría de las patologías que afecta la salud psicológica. En el ámbito académico, sobre todo en los niveles de estudios superiores, investigaciones han arrojado que sobre todo en los primeros semestres o en los tiempos más cercanos a la presentación de evaluaciones los niveles suben de manera considerable (Martin, 2007). Los estudiantes al empezar su etapa universitaria experimentan diversos cambios casi de manera brusca y acelerada, con cargas académicas mayores que generan en la gran mayoría estados y cuadros clínicos que afectan el desempeño y rendimiento, sobre todo en periodos finales de semestre o de carrera, donde la exigencia es mayor (Vera, 2011).

1.3.4 Utilidad metodológica

De esta manera, en el presente estudio se plantea establecer posibles afectaciones generadas por los niveles de estrés académico que puedan influir en el rendimiento académico de los estudiantes universitarios de primer semestre de derecho de la universidad Uniciencia de Bucaramanga, Santander, Colombia; mediante un estudio cuantitativo de corte trasversal con base en una muestra significativa de estudiantes, y con la aplicación de un instrumento estandarizado: el “Inventario SISCO”, recopilar información y establecer de qué manera dicha condición de salud, puede generar

afectación en la percepción de bienestar en los alumnos de la Institución universitaria objeto de esta investigación.

1.4 Supuesto teórico

Teniendo en cuenta los conceptos relevantes de este estudio es preciso clarificar los siguientes términos: El estrés, tiene múltiples conceptos y enfoques, dado su multiplicidad de síntomas y manifestaciones. En general, puede entenderse como un conjunto de respuestas y procesos que acontecen en el individuo a nivel neuroendocrino, inmunológico, emocional y conductual, que son respuesta a situaciones que exigen una adaptación que la que el organismo experimenta habitualmente, y que pueden volverse amenaza o peligro (Trucco, 2002). En el campo específico del estrés académico, pueden entender estas mismas respuestas ante estresores provocados por actividades académicas, y por exigencias de ese ámbito (Campos, 2021). Jiménez (2000) define el rendimiento escolar o académico, como un nivel de conocimientos que se comprueba en torno a un área, en relación con el rango de edad y nivel académico, buscando ser entendido para el alumno con base a su reacción a la evaluación, o al ejercicio de medición de sus propios rendimientos.

1.5 Objetivos

1.5.1 General

Analizar en la población de estudiantes de primer semestre de Derecho, de la Universidad Uniciencia de Bucaramanga, las posibles causas y afectaciones generadas por los niveles de estrés, y la influencia en su rendimiento académico, para presentar una propuesta de prevención o de intervención en el ámbito estudiantil superior.

1.5.2 Específicos

Categorizar, mediante la aplicación del “Inventario SISCO” que mide el Estrés en el ámbito académico, las causas más significativas del estrés académico, que afecte en el rendimiento académico de los estudiantes de primer semestre de Derecho de Uniciencia, en Bucaramanga.

Comparar los resultados obtenidos, con literatura de segundas fuentes, que permitan una mayor comprensión de las causas del estrés en el proceso formativo universitario.

Construir una propuesta que permita la intervención y/o prevención del estrés en los estudiantes de la población objeto, para mejorar el rendimiento académico.

1.6 Antecedentes

En esta sección, antecedentes de la investigación, se presentan algunos estudios previos, cuyas variables se asemejan metodológica y teóricamente al presente estudio y sus resultados fundamentan empíricamente el mismo. Gracias a variadas investigaciones experimentales desarrolladas en el campo del estrés en el ámbito académico, donde se ha evaluado el impacto de estas intervenciones en la salud humana, se ha permitido desarrollar un extenso cuerpo teórico basado en evidencias.

Así, a nivel internacional, en los últimos años, se ha llevado a cabo estudios experimentales que analiza los efectos del estrés en el campo académico y el efecto del mismo en el rendimiento de los alumnos. En Europa, específicamente en España se han realizado diversos estudios de los cuales menciono tres que resultan ser relevantes en esta investigación, y que expongo en orden cronológico:

Por ejemplo, Álvarez et al. (2013), realizaron en Barcelona un estudio titulado: “El Estrés ante los Exámenes en los Estudiantes Universitarios: Propuesta de Intervención”. El estudio se desarrolló a manera de revisión Bibliográfica, con propuesta de intervención; teniendo en cuenta los resultados, fruto de otras investigaciones analizadas, se concluye por parte de los investigadores que tanto en la efectividad como en la eficacia de los individuos en torno al rendimiento académico, está presente en su afectación niveles elevados e influyentes de ansiedad; sin embargo, se pudo establecer que los individuos con mayor grado de ansiedad puede tener los mismos resultados académicos que los que tienen niveles bajos, pero el esfuerzo y tiempo que requieren es mayor para conseguirlo.

Más adelante, Vidal et al. (2018) en España desarrollaron un estudio llamado: “Diferencias de estrés y afrontamiento del mismo según el género y cómo afecta al rendimiento académico en estudiantes universitarios”. El tipo de investigación fue mixta, con recolección de datos e interpretación y descripción de los mismos, y de variables continuas y estadísticas. En su desarrollo para recoger información se implementó el paquete estadístico SPSS-21, tablas de contingencia, pruebas de *chi-cuadrado*, un ANOVA. La estrategia investigativa es el análisis documental y el inventario SISCO del estrés académico.

De acuerdo con los resultados los autores destacaron que ambos géneros manifiestan niveles importantes de estrés académico: en mujeres un 96.1% y en hombres 88.2%. Otra variable, que se consideró es que los episodios evaluativos y los requerimientos

académicos de los profesores, favorecen la creación de estímulos estresores, mostrando una diferencia considerable mayor de estrés entre las mujeres que en hombres: $p=0.008$, $p=0.005$. Finalmente, éstas manifiestan ‘confidencias’ a manera de estrategia de resistencia ante el estrés; caso distinto en el género masculino ($p=0.001$).

Vega et al. (2022), en un artículo Titulado: “Patrones de Aprendizaje, Estrés Académico y Rendimiento en Universitarios de Primer Curso: Un Estudio Exploratorio” y publicado en la “revista Educar” de España, presentan el proceso y los resultados de su investigación de corte trasversal, basada en cuestionarios, con una muestra de 146 estudiantes, donde se pudo evidenciar que los grupos que incluían autorregulación con “patrón MD” -dirigido-, lo mismo que estrategias, muestran una relación inferior con respecto al estrés en el campo académico y están capacitados para asumir la carga y las exigencias académicas; y, quienes con el “patrón UD” -o no dirigido-, presentan un rendimiento desfavorable, relacionado con diversos estresores.

A nivel internacional, pero en el contexto latinoamericano, se han desarrollado también cronológicamente, un sinnúmero de investigaciones en el campo del estrés académico y su influencia en el rendimiento académico en el campo universitario.

Por ejemplo, Del Toro et al. (2011), desarrollaron en Cuba un estudio llamado: “Estrés académico en estudiantes de medicina de primer año con bajo rendimiento escolar”, publicado en la Revista de ciencia de la Salud: MEDISAN. El estudio con base a una muestra significativa de estudiantes del área de medicina de la Facultad de Ciencias Médicas de Santiago de Cuba, que pasaban por un rendimiento académico en baja,

buscó determinar posibles causas de estrés. Según los resultados se encontraron niveles de estrés elevado en los estudiantes, sobre todo en las mujeres. Como posibles causas o estresores, se encontró sobrecarga en tareas y trabajos, y las limitantes del tiempo para realizarlas.

Por otra parte, Gutiérrez et al. (2016), realizaron en Perú, un estudio titulado: “Estudio del Estrés en el ámbito académico para la mejora del rendimiento estudiantil”, de tipo cualitativo, con enfoque correlacional e interpretativo, a manera de revisión bibliográfica. Las autoras concluyeron que dado que el estrés está presente en todos los ámbitos incluido el académico, requiere ser considerado como problema de salud mental; y, al ser un neologismo y sus investigaciones recientes, se hace difícil hablar de principios definitivos, pero con lo que se conoce hasta ahora, se pueden crear instrumentos y mecanismos que permitan mitigar las causas y las consecuencias en la población académica, y brindar un acompañamiento oportuno en su proceso de aprendizaje, como exigencia en todas las instituciones de estudio superior.

De la misma manera, Luque et al. (2021), realizaron en Perú, un estudio llamado: “Estrés académico en estudiantes universitarios frente a la Educación Virtual Asociada al Covid-19”, a manera de revisión bibliográfica, con propuesta de intervención. La muestra fue tomada en estudiantes de las universidades Nacional de Julianiana y la Escuela Profesional de Ingeniería en Industrias Alimentarias, participaron mujeres con un 56.82%, y hombres con el 43.18%. Un 92.27% de los participantes afirma presentar o haber

presentado algún nivel de estrés académico, y otro aspecto, es que el 95% de las mujeres han presentado niveles más elevados de estrés con relación a los hombres.

Entre los estresores más frecuentes están las cargas académicas y la presión del tiempo con cumplir con los mismos; lo cual genera, mayores niveles de ansiedad, estrés e incluso depresión, con influencia en su bienestar personal lo mismo que en su rendimiento. Esto se incrementó a causa de las consecuencias directas del COVID-19, provocando incluso riesgo suicida.

En el mismo año, Calatayud et al. (2021), realizaron el estudio: “Estrés como factor de riesgo en el rendimiento académico en el estudiantado universitario (Puno, Perú)”. investigación cuantitativa, con enfoque correlacional. Para la recolección de información se emplearon los instrumentos: Construcción del índice aditivo de "*Patients Health Questionnaire (PHQ-9)*". Como resultados encontraron que existe una relación importante entre el estrés y la baja de las notas académicas; factor influyente entre algunos otros del bajo rendimiento académico.

Otro factor que concurre en la investigación es que los estudiantes que mostraron limitaciones de conectividad, tuvieron mayor riesgo de empeoramiento de sus calificaciones y, por tanto, de su rendimiento académico. Por otra parte, se resalta que también una correlación destacada, a la vez, positiva entre estrés y riesgo de rendimiento académico, lo cual no pudo lograrse en el periodo de emergencia sanitaria por COVID-19, pues esta situación tuvo repercusiones en los procesos de enseñanza-aprendizaje.

En otra investigación, Rivas (2022), en un artículo titulado: “Estrés, Ansiedad y Rendimiento Académico”, y publicado en la Revista Cubana de Medicina Militar, presenta los resultados de su estudio de tipo cualitativo, a manera de revisión bibliográfica, donde pudo concluir la relación existente dentro de la población universitaria entre la ansiedad y le estrés, de modo particular en los periodos de evaluación, validándolo casi como algo normal dentro del proceso universitario lo cual puede impedir que se potencie las capacidades del alumno, o que por algunas afectaciones, el estudiante no pueda rendir satisfactoriamente afectando su desempeño académico.

Recientemente, Gusqui & Galárraga (2023), realizaron un estudio titulado: “Análisis de disparidad en los niveles de estrés académico entre estudiantes universitarios de primer y último nivel”, de enfoque cuantitativo, correlacional y de diseño transversal. Desde la interpretación y el análisis de los datos derivados en la aplicación del inventario SISCO, se logró concluir que es mayor el estrés académico en los estudiantes de último nivel universitario con un 90,2 %. Otro dato encontrado es que, aunque los estudiantes universitarios, pertenecientes a los niveles iniciales de estudio que fueron evaluados, es inferior a los de ultimo nivel; no es tan bajo, ya que obtuvieron un 89,6% de en los niveles estrés.

Finalmente, Moya et al. (2023), realizaron la investigación llamada: “Estrés académico y adaptación a la universidad en estudiantes de primer semestre de una universidad pública en Ecuador”, estudio no experimental, cuantitativo, descriptivo y correlacional de

corte transversal; en su desarrollo se aplicaron dos instrumentos estandarizados: el Inventario de Estrés Académico SISCO SV-21 y la versión al español del SACQ-E.

A nivel nacional, en el contexto colombiano, se han desarrollado también algunas investigaciones, en el campo del estrés académico y la manera como este influye en el rendimiento de los estudiantes universitarios. El primer estudio, de Castillo, et al (2018), en la ciudad de Cartagena, muestra como la carga académica no solo en los primeros semestres de estudio universitario, sino también en el desarrollo de los semestres de la carrera, son generadores de estrés, que pueden afectar en mayor o menor medida el rendimiento académico; influyendo también en la salud física y mental, y causando nerviosismo y preocupación en el desarrollo de los estudios.

En este mismo contexto, en la universidad de la Guajira, Colombia, se desarrolló un estudio que permitió establecer que el estrés académico sin importar las posibles causas o estresores, que se pueden presentar en la parte familiar, institucional o social, tiende a afectar todas las dimensiones de la persona, y en el contexto académico del estudiante en mayor o menor medida, con factores socio familiares, ambientales, afectivos y cognitivos; por lo que se hace necesario una constante actualización y medición para impedir que este influya negativamente en el campo académico (Aragón, et al, 2022).

Concluyendo con una investigación realizada en conjunto, a nivel local, por la Universidad Industrial de Santander -UIS- y la Universidad Pontificia Bolivariana -UPB- seccional Bucaramanga, se buscó una validación del inventario SISCO, en el contexto de la ciudad, y desde dicho estudio sustentar su pertinencia, donde se logró establecer

que tanto en los contextos de la universidad pública o privada, el instrumento objeto de estudio, para medir el estrés académico de universitarios, tiene alta confiabilidad y validez para su aplicación en el realidad bumanguesa (Salavarría, et al, 2010).

De acuerdo con los resultados, se pudo establecer una relación moderada entre el estrés académico y adaptación universitaria el porcentaje mayor de los niveles de estrés se encuentra más en el afrontamiento que en los estresores o en los síntomas, lo cual requiere un empleo mayor de estrategias con que se puedan afrontar los estresores académicos; y así, se reduzca los síntomas del estrés. Del mismo modo, los resultados generales establecieron que el estrés académico entre los estudiantes evaluados es moderado; y que, por tanto, la adaptación de los estudiantes a la universidad es también moderada.

En conclusión, el análisis de las investigaciones experimentales realizadas de tipo cualitativo, cuantitativo o mixto, a nivel internacional, nacional y local, han brindado evidencias basadas en datos empíricos que sustentan las causas y los efectos del estrés académico y su influencia en el rendimiento de los universitarios en todos sus niveles, afectando en gran medida su proceso de aprendizaje.

Además, estos estudios contribuyen a brindar un sustento técnico y empírico del estrés en el ámbito académico, como respuestas múltiples a los estresores que aparecen ante las exigencias del proceso de aprendizaje y que pueden causar grandes riesgos en la salud integral de quien lo padece en niveles elevados, por lo que se hace necesario profundizar en elementos de comprensión y de maneras objetivas para responder de

manera oportuna, dado que este tema falta ahondarse y profundizarse en el campo investigativo de nuestro país.

A continuación, se presenta, de manera ampliada y sistemática por medio de las siguientes tablas, una síntesis de los elementos esenciales de las investigaciones realizadas, en Europa, Latinoamérica, Colombia y a nivel local, y que son citadas en este estudio como antecedentes:

Tabla 1: Trabajo de Grado: Estudio Europeo

Título	El Estrés ante los Exámenes en los Estudiantes Universitarios: Propuesta de Intervención.
Autor	Joaquín Álvarez Hernández José Manuel Aguilar Parra Sergio Segura
Fuente	https://www.redalyc.org/pdf/3498/349852173008.pdf
Fecha de publicación	15 de marzo de 2013
Palabras claves	Estrés, Ansiedad, exámenes, rendimiento académico, salud.
Descripción	Revista: INFAD -Barcelona-, 2011, Vol.2
Fuentes donde ha sido citado	En el presente artículo se citaron 27 autores
Resumen	El estrés ante los exámenes, ha de entenderse como reacciones emocionales de tipo negativo, experimentada por la gran mayoría

de alumnos, afectando su rendimiento, su autoestima y también su salud.

Todos los seres humanos, ante los diversos eventos cotidianos desarrollamos un cierto grado nivel de estrés o de ansiedad necesarios para responder a cada reto que se presenta.

Cuando estos niveles trasciendes los niveles normales, estos pueden interferir negativamente en la vida de la persona.

Problema de Investigación	<i>Hasta qué punto existe una relación significativa entre el rendimiento académico y el estrés en los exámenes.</i>
----------------------------------	--

Metodología	Revisión Bibliográfica con propuesta de intervención.
--------------------	---

Principales Resultados (Hallazgos)

Diversos estudios analizados en este artículo, buscan demostrar en qué aspectos puntuales del rendimiento académico influye la ansiedad, encontrando que tanto en la efectividad como en la eficacia los individuos encuentran altos niveles; pero, entre las dos se genera mayor efecto adverso en la eficacia dado el esfuerzo que se requiere en la tarea.

Con esto se afirma, que los individuos con mayores niveles de ansiedad pueden obtener similares resultados, que los que manejan unos niveles más bajos, pero requieren de un esfuerzo más grande, lo mismo que de un tiempo mayor.

Conclusiones

Cuando aumenta la ansiedad, frente a determinadas cuestiones - eficiencia-, hace que crezca del mismo modo la eficacia.

Según estudios expuestos en este artículo, la ansiedad incontrolable y creciente que se experimenta ante los exámenes, disminuye proporcionalmente su rendimiento.

Dentro de las posibles causas que pueden generar ansiedad o estrés, ante los exámenes se encuentran algunos factores primero externos, tales como la forma y el rango del examen, así

como los métodos de estudio y del aprovechamiento del tiempo para estudiar; además del número de evaluadores. Lo anterior suma además la serie de constituyentes internos o personales referidos al valúo y el factor de consideración personal o pensamientos negativos, que influye en la manera de afrontar el examen.

Comentarios

Si la revisión bibliográfica, permite descubrir ciertos elementos de interpretación y comprensión; es esencial también tener en cuenta algunos criterios de intervención como propósito del mismo, a lo que se refieren los siguientes elementos prácticos: El estrés ante los exámenes es algo común entre los estudiantes universitarios. Es importante manejarlo de manera saludable y buscar apoyo si es necesario.

Además de manejar el estrés de manera saludable, es útil establecer una rutina de estudio, descansar lo suficiente, mantener una alimentación balanceada y buscar estrategias de relajación tales como la meditación o el ejercicio físico. También es importante recordar que los exámenes son solo una parte del proceso de aprendizaje y no determinan tu valía como estudiante.

Fuente: *Elaboración propia, 2024*

Tabla 2: *Trabajo de Grado: Estudio Europeo*

Título	Diferencias de estrés y afrontamiento del mismo según el género y cómo afecta al rendimiento académico en estudiantes universitarios
Autor	Josep Vidal-Conti Adriá Muntaner-Mas Pere Palou Sampol

Revista: Contextos Educativos. Número 22	
Fuente	http://doi.org/10.18172/con.3369
Fecha de publicación	2018
Palabras claves	Estudiantes universitarios, estrés académico, diferencias de género, rendimiento académico
Descripción	Artículo de Revista
Fuentes donde ha sido citado	En el presente artículo se citaron 44 autores
Resumen	De acuerdo a la indagación preliminar manifestada por los autores, las actuales evidencias científicas presentan múltiples concepciones sobre los niveles del estrés, de acuerdo al género y su atribución en el rendimiento académico. Es así que los autores plantean los objetos de su investigación, en torno, primero, a las diversas posturas referentes a las posturas de divergencias de género, relacionadas con los niveles de estrés, también el de valorar la correlación entre los niveles de estrés y el rendimiento académico. Los autores describen las distintas estrategias investigativas para, posteriormente, argumentar sus resultados y confrontarlos en el espacio de la discusión. En este apartado, relaciona los resultados cuantitativos y cualitativos, a partir de varias perspectivas: los niveles de estrés académico, los factores estresores, el estrés académico en relación con el rendimiento académico, las fortalezas y limitaciones halladas; y, finalmente, las conclusiones. Uno de los aspectos importante de la exposición del texto está en torno a los estresores relacionados con los procesos de enseñanza-aprendizaje. En todas las perspectivas abordadas por

los autores del texto, se deduce que lo determinante en el éxito a académico para los estudiantes radica en su capacidad para gestionar sus recursos personales y de su entorno social; favoreciendo a su vez, un mayor aprovechamiento de los procesos de aprendizaje, por lo que estos no son determinantes para que se produzca el estrés; sin embargo, la sobrecarga de trabajos, la ansiedad y las situaciones generadas por los procesos pedagógicos, que son situaciones, sobre todo, provisionales o periódicas, generan focos de estrés en niveles altos.

Los autores manifiestan en el desarrollo del texto algunos elementos emergentes que son condicionantes del estrés académico, tales como los rasgos sociales, económicos y culturales, las cuales se mencionan, pero que no fueron abordadas en las distintas estrategias investigativas implementadas en la recolección de datos. Por otro lado, en esta misma perspectiva, los autores indican que hay, en algunas situaciones, una relación favorable entre el estrés y el rendimiento en los entornos académicos; sin embargo, hay estudios que evidencian que, entre mayores sean los niveles de estrés, el rendimiento académico es inferior. Entonces, la relación teórica y práctica entre los niveles de estrés académico con el rendimiento académico, no están totalmente resueltos, debido, en gran parte, a las subjetividades y a las múltiples realidades que se quisieran abordar en este tipo de estudios.

Problema de Investigación	<i>¿Cuáles son las diferencias de estrés y afrontamiento del mismo según el género y cómo afecta al rendimiento académico en estudiantes universitarios?</i>
Metodología	El tipo de investigación es mixta, con recolección de datos e interpretación y descripción de los mismos, y de variables

continuas y estadísticas. Las estrategias investigativas son: paquete estadístico SPSS-21, tablas de contingencia, pruebas de chi-cuadrado, un ANOVA. La estrategia investigativa es el análisis documental y el inventario SISCO del estrés académico.

**Principales
Resultados
(Hallazgos)**

De acuerdo al lenguaje estadístico elaborado a partir de la recolección de datos, los autores destacan que en ambos géneros (96.1% en mujeres, y 88.2% en hombres) manifiestan niveles importantes de estrés académico. Por otro lado, los episodios evaluativos y los requerimientos académicos de los profesores, favorecen la creación de estímulos estresores, mostrando una diferencia considerable mayor de estrés entre las mujeres ($p=0.008$, $p=0.005$; respectivamente). Finalmente, éstas manifiestan 'confidencias' a manera de estrategia de resistencia ante el estrés; caso distinto en el género masculino ($p=0.001$). Aunque, finalmente no se definió la tensión entre el estrés y el rendimiento académico.

Conclusiones

Los niveles de estrés académico, de acuerdo a la muestra poblacional del presente texto, están, según los autores, influenciados por el género, donde, en los niveles compartidos medio-altos, siendo las mujeres de quienes más se percibe el estrés.

En el escenario de la educación básica primaria, las mujeres presentan también mayor vulnerabilidad frente a los agentes y factores estresores académicos, en cuando a la aprobación que buscan de los adultos, y a los periodos evaluativos.

En el ámbito universitario, las mujeres presentan más estrategias de afrontamiento consideradas en la manifestación de las

emociones y de los sentimientos, y, por tanto, en la búsqueda de apoyo social.

Comentarios

El tema planteado por los autores del presente artículo, es complejo desde su planteamiento, dado que se trata de incluir, además de las ciencias de la educación, herramientas rigurosas de tipo científico. Sin embargo, sus aportes son convenientes para el desarrollo de los niveles de estrés en los entornos universitarios.

Una perspectiva interesante es el de la tensión directa entre el estrés académico y los niveles de rendimiento académico. Si bien es cierto, los contextos son tan diversos, como las personas, por ello, las probables resoluciones, deben enfocarse en situaciones o en áreas particulares. Los autores plantean que es relativa la incidencia negativa o positiva entre el estrés académico y el rendimiento académico, dado que hay patrones individuales o sociales que determinan los comportamientos o los grados de asimilación.

Finalmente, respecto a los datos arrojados sobre la incidencia del género, relacionados con los niveles de estrés académico, es pertinente ahondar en el ámbito de las relaciones interpersonales y en los patrones de comportamiento de la muestra poblacional, la cual se determina por su contexto particular; entonces, por ello, no se considera relevante este factor para la consecución del presente trabajo investigativo.

Fuente: *Elaboración propia, 2024*

Tabla 3: Trabajo de Grado: Estudio Europeo

Título	Patrones de Aprendizaje, Estrés Académico y Rendimiento en Universitarios de Primer Curso: Un Estudio Exploratorio
Autor	Antonio Vega Martínez J. Reinaldo Martínez Fernández Jordi Lluís Coiduras Rodríguez
Fuente	<u>file:///D:/USER/DESCARGAS/1527- Texto%20del%20art%C3%ADculo-7210-2-10-20230131.pdf</u>
Fecha de publicación	27 de julio de 2022
Palabras claves	patrones de aprendizaje; estrés académico; estudiantes universitarios; rendimiento académico
Descripción	Artículo de Revista: Educar 2023, Vol. 59/1
Fuentes donde ha sido citado	En el presente artículo se citaron 39 autores
Resumen	El presente estudio se enfocó a considerar la tensión existente entre el estrés académico, el esfuerzo, los patrones de aprendizaje y su posible afectación con el rendimiento académico de los estudiantes en sus primeros años universitarios. Con base una muestra de 146 estudiantes del área de educación, se pudo observar que los grupos que incluían autorregulación, lo mismo que estrategias muestran una relación inferior con respecto al estrés en el campo académico. Por su parte, las relaciones mayores con patrones superficiales, estresantes, y con menos recursos de afrontamiento vieron disminuido su rendimiento académico.

	Por otra parte, se resalta la importancia de las estrategias de afrontamiento que junto al esfuerzo, mantienen una relación constante con el rendimiento académico,
Problema de Investigación	<i>¿Qué patrones de aprendizaje se identifican en una muestra de estudiantes de primer curso de universidad?</i> <i>¿Cómo se caracteriza el estrés académico, en términos de estresores, reacciones y estrategias de afrontamiento en una muestra de universitarios españoles?</i> <i>¿Qué relación existe entre los patrones de aprendizaje, el estrés y el rendimiento académico?</i>
Metodología	La investigación presenta un diseño transversal, basado en cuestionarios.
Principales Resultados (Hallazgos)	Se resalta en el estudio los grandes índices de deserción o fracaso académico en España en el primer año, por encima del 35%, superando la media de la Unión Europea (Ministerio de Universidades, 2020). Los análisis constatan que la presente muestra poblacional de estudiantes alcanza porcentajes elevados en cuanto a las obligaciones académicas, y, consecuente a ello, a causa de las perspectivas hacia el futuro. Las manifestaciones concurridas y constantes son: agotamiento físico, y la tendencia a tener pensamientos negativos, así como a la intención de refugio y búsqueda de apoyo en otros; en menor grado, la posibilidad que se brindan de gestión y de planificación de sus entornos personales.
Conclusiones	El estudio concluye en que los estudiantes con patrón MD - Meaning Directed- (Significado Dirigido), quienes se autorregulan más, suponen estar capacitados para asumir las demandas de la carga académica y sus exigencias, y, por tanto, de lo consecuente

del estrés. Contrario a ello, el patrón UD -Undirected- (no dirigido), presagia el rendimiento desfavorable, relacionado a gran parte de estresores, que carecen de estrategias de afrontamiento y, por tanto, de la manifestación de todas las reacciones.

En general, dichos deducciones a partir de este estudio, sugieren acciones formativas que acompañen la transición a la vida universitaria.

Comentarios

La aproximación al presente estudio permite una observación de la transición a la universidad y la manera como se afrontan las exigencias en el contexto en la educación superior.

Los resultados aprueban que una interacción de aprendizajes previos y estrategias de enseñanza, puede para unos estudiantes favorecer los resultados académicos; así, como para otros puede ser causa de estrés entendidos como factores amenazantes, generando a nivel fisiológico alteraciones que requieren estrategias de afrontamiento.

En la universidad, los patrones de aprendizaje, el estrés académico y el rendimiento también están interconectados. Los estudiantes pueden experimentar diferentes estilos de aprendizaje, enfrentar niveles variables de estrés y obtener distintos resultados académicos.

Fuente: *Elaboración propia, 2024*

Tabla 4: Trabajo de Grado: Estudio Latinoamericano

Título	Estrés académico en estudiantes de medicina de primer año con bajo rendimiento escolar
Autor	Annia Yolanda Del Toro Añel C. Marlen Gorguet

Yaimet Pérez Infante

Darriela Annette Ramos Gorguet

Fuente

http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S1029-30192011000100003&script=sci_arttext&lng=en

Fecha de publicación

Enero de 2011

Palabras claves

estudiante de medicina, estrés académico, bajo rendimiento escolar, universidad médica.

Descripción

Revista de ciencia de la Salud: MEDISAN v.15 n.1
Santiago de Cuba

Fuentes donde ha sido citado

En el presente artículo se citaron 14 autores

Resumen

El presente estudio tomo una muestra significativa de estudiantes del área de medicina de la Facultad de Ciencias Médicas de Santiago de Cuba, que estaban pasando por un detrimento de su rendimiento académico, con el propósito de determinar posibles causas de estrés.

El estudio encontró elevados niveles de estrés en los estudiantes, sobre todo en las mujeres. Entre las causas del mismo se presenta sobrecarga en tareas y trabajos, y las limitantes del tiempo para realizarlas.

Problema de Investigación

Determinar las causas del bajo rendimiento académico de los estudiantes de medicina de Santiago de Cuba.

Metodología

Estudio descriptivo y transversal.

Principales Resultados (Hallazgos)

Predomino en las mujeres en niveles de estrés medio y alto; pero también en los hombres se presentan niveles elevados de estrés.

Los factores causantes de estrés entre los estudiantes evaluados señalan la recarga de trabajos y tareas, el tiempo limitado para entrega y evaluaciones, entre otros.

El mismo estudio presenta como resultado que por encima de la media porcentual se encuentran las repuestas psicológicas, como segundo aspecto las referentes a respuesta del comportamiento y por último las respuestas de tipo fisiológico.

En cuanto a estrategias de afrontamiento del estrés de los evaluados está la religiosidad, la búsqueda de información sobre los factores que más les preocupa, el asertividad y un pequeño número menciona la posibilidad de un plan de tareas.

Conclusiones

Se concluye que existe un grado mayor en las mujeres dados sus propios cambios hormonales propios de su fisiología femenina de vulnerabilidad psicológica.

Uno de los factores estresores más relevantes lo constituye el tema de los exámenes y por en el de la evaluación, como evento esencial en el proceso académico. Dada su vital importancia para la continuidad del alumno, se habla de ansiedad de exámenes o ante la evaluación; estas, referidas en particular a algunas condiciones o situaciones que pueden estar presentes en el ámbito educativo como el aprendizaje o el rendimiento académico.

Para que el estrés pueda ser afrontado asertivamente, se requiere de mecanismos propios del individuo, pero también algunos otros en el contexto donde se desarrolla su proceso.

Comentarios

El estrés académico se considera como una realidad casi ineludible que deben enfrentar muchos estudiantes del área de medicina de primer año. La carga de trabajo intensa, la coacción por obtener buenos resultados y el temor a no estar a la altura de

las expectativas pueden generar altos niveles de estrés en estos estudiantes.

Esta situación puede afectar negativamente su rendimiento académico y su bienestar emocional. El estrés constante puede dificultar la concentración, el estudio efectivo y el manejo del tiempo, lo que a su vez puede llevar a un bajo desempeño en las evaluaciones. Es importante que estos estudiantes reciban apoyo tanto académico como emocional para hacer frente a esta situación y encontrar estrategias que favorezcan el manejo del estrés y mejorar su rendimiento escolar.

El estrés académico es, sin duda, una realidad común entre los estudiantes de medicina de primer año que presentan un rendimiento escolar desfavorable. Estos estudiantes se enfrentan a una carga de trabajo abrumadora, exigencias académicas rigurosas y la presión de obtener buenos resultados en sus estudios. Todo esto puede generar altos niveles de estrés y ansiedad.

El bajo rendimiento escolar puede ser resultado de diversos factores, como dificultades para adaptarse al ritmo académico, falta de habilidades de estudio efectivas o problemas personales que afectan su desempeño. Esta situación puede generar sentimientos de frustración, baja autoestima e incluso desmotivación.

Es fundamental que estos estudiantes reciban apoyo tanto académico como emocional para ayudarles a manejar el estrés y mejorar su rendimiento escolar. Esto puede incluir la implementación de técnicas de estudio eficientes, la búsqueda de recursos adicionales como tutorías o grupos de estudio, así como

la promoción de un ambiente de apoyo y comprensión por parte de profesores y compañeros.

Fuente: *Elaboración propia, 2024*

Tabla 5: Trabajo de Grado: Estudio Latinoamericano

Título	Estudio del Estrés en el ámbito académico para la mejora del rendimiento estudiantil
Autor	Gutiérrez Huby, Ana María Amador Murguía, María Eugenia
Fuente	Revista de la facultad de Ciencias Contables https://revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/
Fecha de publicación	Abril de 2016
Palabras claves	Creatividad, Contextos de Educación, Universidad
Descripción	Artículo de Revista
Fuentes donde ha sido citado	En el presente artículo se citaron 12 autores
Resumen	Los autores del presente texto articulan el concepto del estrés en perspectiva de lo académico, en la perspectiva de la problemática que ello genera en el estudiante y en sus procesos formativos. El objeto general de la investigación deriva de un estudio argumentativo, capaz de hacer eco en los espacios académicos de las universidades y en los docentes sobre una realidad que cada vez es más común entre los estudiantes de la educación superior, en lugares indistintos. La realidad latente es la serie de factores psicológicos y fisiológicos en los estudiantes, y la consecuente afectación de su rendimiento.

En el desarrollo de la temática, los autores plantean una definición conceptual del estrés, el cual no presenta causa específica, ya que se trata de un estímulo psicológico, físico, cognitivo o emocional. Categóricamente, el estrés académico, refiere a un proceso que tiene su caracterización en lo adaptativo y psicológico, a medida que el estudiante esté sometido a diversos ambientes académicos, lo que provoca un desequilibrio determinante en su personalidad, lo que obliga al alumno a reaccionar.

También se expone la evolución temporal del estrés, abordado desde los aportes de algunas corrientes psicológicas. Un aspecto relevante es la introducción del término entre los siglos XII y XVI, de origen inglés, y que traduce en el castellano: fatiga nerviosa, presión y tensión.

Seguido a ello, se delimitan las sintomatologías y las repercusiones del estrés académico, relacionado con el rendimiento de los estudiantes. A este aspecto, es importante destacar las respuestas del estudiante ante este estímulo: detrimento del desempeño, predisposición a controvertir, antipatía en sus actividades, refugios como el tabaquismo o el alcoholismo, entre otros, el ausentismo, las manifestaciones nerviosas, el deterioro físico, la ausencia de apetito, y/o la baja del sueño.

Finalmente, los autores aseveran la actitud de las instituciones universitarias frente a la problemática del estrés académico en sus estudiantes, la cuales, deben ponderarse de la situación y fomentar la creación de centros de atención y acompañamiento psicopedagógico para estudiantes en cada una de las facultades, que incentiven medios relajantes y determinantes para combatir sus síntomas y manifestaciones, y para menguar dicho estímulo

	negativo; ello alternado a un trabajo de acompañamiento dialogal constante con el entorno familiar del estudiante, para minimizar los riesgos.
Problema de Investigación	<i>¿Qué elementos emergentes del estudio del estrés en el ámbito académico son pertinentes para la mejoría del rendimiento estudiantil?</i>
Metodología	El tipo de investigación es cualitativo, con enfoque de investigación correlacional e interpretativa. La estrategia investigativa es el análisis documental.
Principales Resultados (Hallazgos)	Es necesario despertar el interés de las autoridades académicas en torno a esta problemática, dado que ello obedece a su rol de formadores y de acompañantes de procesos educativos integrales. Es una constante en las universidades que, casi ni siquiera en el área de la medicina o de la psicología, existe formalmente un acompañamiento particular para este tipo de problemas; ahora, mucho menos, para las demás facultades. El estrés no presenta una causal en específico, dado que el agente que lo desencadena, afecta el equilibrio del sujeto, y puede provenir de circunstancias y de referencias individuales, así como del entorno mismo.
Conclusiones	El estrés es considerado como un problema que se debe abordar desde la salud mental y que es connatural a todos los ambientes, incluso el educativo. El estrés es un término relativamente nuevo, por lo que se encuentra en recientes investigaciones, lo que dificulta determinar principios definitivos. Es pertinente la creación de instrumentos y mecanismos para mitigar las consecuencias y el origen mismo del estrés académico.

Es preciso que se monitoree al estudiante durante todo su proceso académico, sobre las manifestaciones que pueda presentar del estrés académico, incluso desde antes de su ingreso a la universidad.

Es deber de las autoridades universitarias facilitar medios y climas propicios para abordar y asumir las situaciones referidas al estrés académico.

Comentarios

El texto compila información valiosa desde el aspecto teórico y conceptual sobre el estrés académico, en entornos educativos. Los hallazgos denotan la falta de consciencia en general, no sólo sobre sus causas, sino que también desconocen las consecuencias y problemáticas adyacentes, a nivel académico, pero también en el ámbito de lo personal y social.

Por otro lado, es interesante observar y analizar causas aún peores, como la deserción académica de los estudiantes en sus facultades; así como de circunstancias posteriores al momento de formación académica, por ejemplo, en la vida laboral de los profesionales; pero ello sería otro estudio y otras perspectivas.

En lo que compete al tema en cuestión, resulta también interesante que, no sólo le corresponde al estudiante revertir o buscar situaciones sobre las problemáticas que conlleva el estrés académico, sino que ello concurre en un trabajo mancomunado y articulado, desde la familia, hasta los espacios académicos.

Fuente: *Elaboración propia, 2024*

Tabla 6: Trabajo de Grado: Estudio Latinoamericano

Título	Estrés académico en estudiantes universitarios frente a la Educación Virtual Asociada al Covid-19.
Autor	Olivia Magaly Luque Vilca Nestor Bolivar Espinoza Víctor Ernesto Achahui Ugarte Julio Rumualdo Gallegos Ramos
Fuente	https://www.revistas.unah.edu.pe/index.php/puriq/article/view/200/337
Fecha de publicación	2 de junio de 2021
Palabras claves	COVID-19, estrés académico, educación virtual, factor estresor.
Descripción	Puriq: Revista de Investigación Científica, 2022, Vol.4 (1), p.56-65
Fuentes donde ha sido citado	En el presente artículo se citaron 27 autores
Resumen	La crisis de la Pandemia del COVID-19, hizo que la educación pasara en sus días de mayor impacto de la presencialidad a la virtualidad. Este cambio abrupto, provocó en los estudiantes que recibieron su impacto un aumento de los niveles de ansiedad y una creciente desmotivación. El presente estudio se ha planteado realizar una evaluación de los estudiantes universitarios y sus niveles de estrés académico dado por la transición a la educación virtual en el contexto de la Pandemia del COVID-19. En el mismo estudio, se encuentra en la población objetivo un nivel elevado de estrés académico, detectándose como factor estresor

	fundamental la carga académica, y los tiempos de cumplimiento y entrega de los mismos.
Problema de Investigación	<i>Hasta qué punto existe una relación significativa entre el rendimiento académico y el estrés en los exámenes.</i>
Metodología	Revisión Bibliográfica con propuesta de intervención.
Principales Resultados (Hallazgos)	Según los autores, en el contexto de la investigación, en una escala poblacional de las universidades Nacional de Juliana y la Escuela Profesional de Ingeniería en Industrias Alimentarias, el 56.82% de resultados, correspondió a estudiantes de género femenino, y el 43.18%, al género masculino. De los estudiantes que participaron en la investigación un 92.27% refiere presentar o haber presentado algún nivel de estrés académico, por otro lado, las mujeres han presentado niveles más elevados de estrés con relación a los hombres, con un 95 %. El mismo estudio establece que como estresores frecuentes, presentes en los estudiantes, se encuentra las cargas académicas y la presión del tiempo con cumplir con los mismos; lo cual genera, mayores niveles de ansiedad, estrés e incluso depresión, con influencia en su bienestar personal lo mismo que en su rendimiento. Esto se incrementó a causa de las consecuencias directas del COVID-19, provocando incluso riesgo suicida. Quedó también en evidencia que en parte el estrés académico, está relacionado con la angustia y la ansiedad, generando un constante malestar psicológico por el obligatorio uso de mecanismo electrónicos como smartphones o PC, como medio único de conexión académica, con el riesgo llevar a una dependencia en su uso, o como medio de liberar tensión.

Conclusiones

La educación virtual que tomo gran fuerza a partir del COVID-19, ha influido en el estrés académico creciente, detectando factores estresores como la sobrecarga académica y los plazos establecidos para la entrega de los mimos.

Por otra parte, la evaluación de tipo virtual ha generado variados síntomas en los estudiantes tales como fatiga, falta de concentración, desesperación, ansiedad y dolores de cabeza.

Como mecanismos de respuesta por parte de los estudiantes, estos han optado por aumentar el tiempo para ver televisión, navegar por internet, redes sociales, escucha de música.

Frente a esto la universidad han de implementar un plan de tutorías para que los estudiantes encuentren nuevas herramientas que les permita disminuir los niveles de estrés y mejorar en su rendimiento académico.

Comentarios

La educación virtual ha sido un desafío para muchos estudiantes universitarios durante la Pandemia de COVID-19 y posterior a ella. Ella permitió en medio del distanciamiento decretado, un medio para continuar los procesos educativos, permitiendo para los estudiantes universitarios la flexibilidad de horarios, acceso a recursos en línea y la posibilidad de aprender desde cualquier lugar.

No obstante, surgieron algunas consecuencias de la misma como por ejemplo a nivel físico la educación virtual hizo entrar en el sedentarismo, la falta de actividad física y posibles problemas posturales por pasar largas horas frente a la pantalla.

A nivel mental se produjo un aumento del estrés, la ansiedad, el aislamiento social y la dificultad para mantener la motivación y concentración.

A nivel emocional se produjo una sensación de soledad, frustración, tristeza y la disminución de la satisfacción personal.

Fuente: *Elaboración propia, 2024*

Tabla 7: Trabajo de Grado: Estudio latinoamericano

Título	Estrés como factor de riesgo en el rendimiento académico en el estudiantado universitario (Puno, Perú)
Autor	Calatayud Mendoza, Alfredo Pelayo Apaza Mamani, Edson Huaquisto Ramos, Edilberto Quispe, German Belizario Inquilla Mamani, Juan
Fuente	https://doi.org/10.15517/revedu.v46i2.47551 Redalyc
Fecha de publicación	7 de octubre de 2021
Palabras claves	COVID-19, Educación universitaria, Estrés, Rendimiento académico, Riesgo académico.
Descripción	Artículo Científico
Fuentes donde ha sido citado	En el presente artículo se citaron 66 autores
Resumen	De acuerdo a los autores, el episodio del COVID-19 irrumpió inevitablemente en todos los espacios de la cotidianidad, y en todos los contextos humanos; entre ellos, el entorno de la Educación Superior. Esta situación manifestó un fenómeno negativo en este aspecto, dado que, inicialmente, se cerraron las

actividades económicas, sociales, y académicas, entre otras, y se dio el confinamiento social, causando, en general, una prevalencia de depresión y ansiedad. Entonces se abrió una nueva posibilidad: la virtualidad; sin embargo, ello también era causa de estrés y de depresión, debido, en gran parte, a las limitantes de los medios y los recursos tecnológicos y de red, sin mencionar también de la ubicación de los estudiantes en zonas remotas. En esta perspectiva común a muchos lugares, por no decir, a nivel planetario, sucede que se discurió sobre la relación entre el estrés y la depresión generada por el estrés, con el rendimiento académico.

Al indagar sobre los antecedentes del texto, los autores refieren a indicadores generales y recientes sobre los niveles de estrés en general, producto de la pandemia. Sin embargo, el estudio se enfocó en los entornos académicos universitarios. De por sí se reconoce que el nivel académico superior tiene altos niveles de estrés; ahora bien, la crisis sanitaria empeoró notablemente estos grados de estrés académico. Esta situación trajo además actitudes individuales como la soledad, la desconfianza interpersonal y un notable rendimiento académico poquísimos.

En referencia al marco teórico, el ser humano, en general, experimenta durante su vida, problemas referentes al estrés. En la vida académica, estas circunstancias son reiterativas y, en otros casos, bastante frecuentes. Por otro lado, las resistencias y la tensión en detrimento de las presiones del mundo exterior, crean conflictos internos que terminan generando situaciones de estrés; es así que, en esta temporada, ante los miedos y riesgos exteriores, los sujetos en general, declinaron por la zozobra, sobre todo, ante la realidad cruda de presenciar las muertes producidas

por la crisis sanitaria. En el entorno académico, estas resistencias fueron manifestadas en el mismo miedo y en los riesgos que se vivían en círculos sociales más reducidos, como lo era en los salones de clase. Pero, en la virtualidad también, muy probablemente, muchos estudiantes debían asistir a sus clases, en medio de una experiencia de enfermedad o de muerte de un ser querido.

Problema de Investigación	<i>¿El estrés se constituye como un factor de riesgo en el rendimiento académico del estudiantado universitario a partir del pasado contexto del COVID-19 en Puno Perú?</i>
Metodología	El tipo de investigación es cuantitativo, con enfoque de investigación correlacional. Los instrumentos de la investigación son: Construcción del índice aditivo de Patients Health Questionnaire (PHQ-9), mediante el análisis factorial de componentes principales; método de regresión probit.
Principales Resultados (Hallazgos)	Existe una relación importante entre el estrés y la decadencia de las notas académicas; factor demostrativo del bajo rendimiento académico. Los estudiantes que mostraron limitaciones de conectividad, tuvieron mayor riesgo de empeoramiento de sus calificaciones y, por tanto, de su rendimiento académico. Existe también una correlación destacada, a la vez, positiva entre estrés y riesgo de rendimiento académico. Durante el periodo de emergencia sanitaria del COVID-19, a los estudiantes de los niveles superiores les resultó compleja la concentración en sus espacios académicos, debido, entre múltiples factores, a los factores distractores, y a la falta de participación y estrés mental; ello, aunado a los inconvenientes

Conclusiones

técnicos. Esta situación tuvo repercusiones en los procesos de enseñanza-aprendizaje.

De acuerdo a los datos medibles de la investigación, el 53.85% de estudiantes, mostraron un nivel alto de estrés. Por otro lado, el 35% de los estudiantes en el nivel universitario, percibieron que sus alcances cuantitativos han desfavorecido sus procesos académicos de manera notable durante las secciones virtuales.

El estrés se establece como factor determinante de riesgo en el rendimiento académico de los estudiantes universitarios. Entre otras, tal riesgo dependía del nivel de estrés psicológico, como de la calidad de conectividad virtual.

El nivel de estrés académico en la educación superior, influye directamente en el riesgo de empeorar el rendimiento académico, indistinto de cualquier facultad.

El estrés académico, en estas circunstancias particulares, sin indistintos del sexo, la edad o de niveles sociales.

Comentarios

De acuerdo a los datos y a los argumentos teóricos, expresados en el presente texto, el escenario de la crisis sanitaria, generada por el COVID-19, tuvo grandes repercusiones a nivel individual y social; y, estas realidades se reflejaron rápidamente en los contextos académicos. Las descripciones y los argumentos del artículo muestran una inequívoca en este contexto particular, la relación entre el nivel de estrés académico en el entorno de la educación superior, con el empeoramiento del rendimiento académico.

Los elementos emergentes de este periodo y en los espacios académicos, dejó grandemente algunas secuelas que todavía se evidencian: quedó un estancamiento mental, referenciado en todos los niveles académicos, dado que, a pesar de que se haya

vuelto en su totalidad a la prespecialidad, muchos de los estudiantes no pueden avanzar académicamente sin sus herramientas virtuales, las cuales llegaron a ser parte importante en los procesos de aprendizaje de aquel entonces. Aunado a ello, las diversas Inteligencias Artificiales, anexas a la perspectiva de la virtualidad, ha empobrecido grandemente las pretensiones académicas de muchos estudiantes. Finalmente, otro fenómeno que pernocta en nuestra actualidad, es la afluencia de muchos jóvenes en las redes sociales, no sólo como agentes pasivos, sino también como creadores de contenido. Todos estos factores tomaron fuerza en la época posterior de la pandemia, y fueron (son) refugios de muchos estudiantes, ante las situaciones de estrés evidenciadas en muchos entornos.

Fuente: *Elaboración propia, 2024*

Tabla 8: *Trabajo de Grado: Estudio Latinoamericano*

Título	Estrés, Ansiedad y Rendimiento Académico
Autor	Henry César Rivas Sucari
Fuente	https://revmedmilitar.sld.cu/index.php/mil/article/view/2149
Fecha de publicación	26 de agosto de 2022
Palabras claves	Estrés; Ansiedad; Rendimiento Académico

Descripción

Artículo de Revista: Revista Cubana de Medicina Militar.
Volumen 51, Número 4

Fuentes donde ha sido citado

En el presente artículo se citaron 7 autores

Resumen

El autor establece que unido a una diversidad de factores en el ámbito académico universitario que puede afectar el rendimiento académico, se encuentre en gran medida el causado por estrés, sobre todo en los periodos de evaluación. Asociado a ello, la ansiedad que aflige a una gran proporción de la población mundial, la población académica no es la excepción.

El estudio demuestra el incremento de los niveles del estrés y la ansiedad en estudiantes de medicina, sobre todo dada por la exigencia y complejidad de los estudios y evaluaciones, perjudicando la salud mental de los estudiantes. Para algunos esto afecta el rendimiento académico, para otros no, a pesar de padecerlo.

El autor señala como pareciera normalizarse el hecho de entrar en estrés y ansiedad como parte del proceso universitario y sus exigencias y como parte de la lógica profesional; haciendo ver el trabajo académico universitario como un fin en sí mismo, y descartando o desconociendo la dinámica social y de salud de los estudiantes y su aporte transformador.

Problema de Investigación

*¿De qué manera la asociación de la ansiedad y el estrés,
influye sobre el rendimiento académico en
estudiantes universitarios de medicina?*

Metodología

El tipo de investigación es cualitativo, con enfoque de investigación correlacional. La estrategia investigativa empleada por el autor es el análisis de otros estudios.

**Principales
Resultados
(Hallazgos)**

El estrés y la ansiedad, presentan una relación permanente entre la población universitaria, especialmente en el campo de la medicina donde las exigencias y evaluaciones son mayores, y puede ser uno de los principios del rendimiento académico bajo. Aunque el estrés y la ansiedad puede ser común a la población académica universitaria; no a todos los puede afectar en la misma medida en el rendimiento académico.

Conclusiones

El estrés y la ansiedad puede afectar negativamente el rendimiento académico, por lo que se hace necesario su adecuado manejo para que estas emociones no afecten un positivo desempeño. Es necesario implementar estrategias de manejo del estrés, en la búsqueda de salud integral, para que así mejore el rendimiento académico.

Comentarios

El artículo al presentar la relación sobre el estrés, ansiedad y su afectación en el rendimiento académico especialmente en estudiantes de medicina, aborda las relaciones entre estos factores y como afectan en mayor o menor proporción el rendimiento de los estudiantes. Por otro lado, se manifiesta la presentación de estas, con el normal desarrollo del estudio universitario, sin tener en cuenta la salud mental de los estudiantes y su proyección social, pudiendo con esto verse afectada; haciéndose necesaria la implementación de estudios y estrategias basadas en la construcción de los propios estudiantes, para manejar y reducir sus efectos.

Fuente: *Elaboración propia, 2024*

Tabla 9: Trabajo de Grado: Estudio Latinoamericano

Título	Análisis de disparidad en los niveles de estrés académico entre estudiantes universitarios de primer y último nivel
Autor	Katherin Mishell Gusqui Bonilla Anabela Salomé Galárraga Andrade
Fuente	https://prometeojournal.com.ar/index.php/prometeo/article/view/49/63
Fecha de publicación	4 de septiembre de 2023
Palabras claves	Estrés académico, educación superior, salud mental, estudiantes universitarios.
Descripción	Revista Prometeo, conocimiento científico, Vol. 3. No. 2, 2023.
Fuentes donde ha sido citado	En el presente artículo se citaron 20 autores
Resumen	El presente estudio por medio de un ejercicio comparativo, entre alumnos de primer año y de último nivel universitario, se buscó identificar la presencia y los niveles de estrés académico en esta población estudiantil, por medio de la aplicación del inventario SISCO. Para este propósito los investigadores emplearon un muestreo no probabilístico, con una población de 257 participantes en su gran mayoría mujeres (F: 211 y M: 46). Todos pertenecientes a la facultad de Ciencias de la Educación Humana y Tecnologías de una universidad pública.
Problema de Investigación	<i>identificar la presencia de estrés según el nivel de estrés académico en base a las dimensiones del Inventario SISCO.</i>
Metodología	Enfoque cuantitativo, correlacional y de diseño transversal.

**Principales
Resultados
(Hallazgos)**

El presente estudio permitió desde la interpretación y el análisis de los datos derivados en la aplicación del inventario SISCO, que es mayor el estrés académico en los estudiantes de último nivel universitario - 90,2 %-.

El otro dato encontrado es que, aunque los estudiantes universitarios, pertenecientes a los niveles iniciales de estudio que fueron evaluados, es inferior a los de ultimo nivel; pero, no por esto deja de ser bajo, obteniendo un 89,6% de estrés en este segundo grupo.

Conclusiones

El estudio y el análisis comparativo de los datos, permitió establecer una marcada disparidad de estrés entre los estudiantes evaluados que estas en diferentes niveles académicos.

Por otra parte, se concluye que los estudiantes de último año con un 90,2% presentan un nivel más elevado estrés con relación a los de otros niveles.

Quienes están en los niveles iniciales de estudio universitario, también presentan niveles elevado de estrés, no tan altos como los de último año, pero si en un nivel al que debiera ponerse toda la atención.

Comentarios

Este tema, se considera relevante en el ámbito educativo. En primer lugar, es importante considerar que los estudiantes de primer nivel universitario suelen enfrentarse a una transición académica y emocional significativa, lo que puede generar altos niveles de estrés. Por otro lado, los estudiantes de último nivel se encuentran en etapas avanzadas de su carrera, donde pueden experimentar una mayor presión debido a la culminación de sus estudios y la preparación para el mundo laboral.

En segundo lugar, constituyentes como la carga académica, las expectativas personales y sociales, así como la gestión del tiempo, pueden influir en los niveles de estrés en ambos grupos. Los estudiantes de primer nivel pueden sentirse abrumados por las

nuevas demandas académicas y la adaptación a un entorno universitario desconocido. Mientras tanto, los estudiantes de último nivel pueden experimentar estrés relacionado con la finalización de proyectos finales, exámenes y decisiones sobre su futuro profesional.

Fuente: *Elaboración propia, 2024*

Tabla 10: Trabajo de Grado: Estudio Latinoamericano

Estrés académico y adaptación a la universidad en estudiantes de primer semestre de una universidad pública en Ecuador	
Título	
Autor	Ivonne Nataly Moya Lara Joel Santiago Barreno López Mateo Alberto Álvarez Maldonado
Fuente	file:///D:/USER/DESCARGAS/Dialnet-EstresAcademicoYAdaptacionALaUniversidadEnEstudian-9113733.pdf
Fecha de publicación	5 de octubre de 2023
Palabras claves	Adaptación, afrontamiento, ajuste, estrés.
Descripción	LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades, Asunción, Paraguay. 2023, Volumen IV, Número 4 p 247.
Fuentes donde ha sido citado	En el presente artículo se citaron 58 autores
Resumen	El presente trabajo investigativo se propuso examinar el fenómeno del estrés académico y su afectación en el proceso de adopción, en el comienzo de la etapa académica de estudiantes

de la universidad de las escuelas Agropecuaria y Agronegocios de una universidad pública de la zona 4 de Ecuador.

Por medio de un estudio cualitativo, se intervino una población de 65 estudiantes (F: 36 y M: 29), con una media de edad de 22,23 años, se aplicaron dos instrumentos estandarizados: el Inventario de Estrés Académico SISCO SV-21 y la versión al español del SACQ-E.

En el estudio se pudo establecer una relación moderada entre estos dos factores: estrés académico y adaptación universitaria; concluyendo que los estudiantes con un mayor nivel de estrés académico, tienen un menor nivel de adopción a la universidad.

Problema de Investigación	<i>Identificar el nivel de estrés académico, determinar el grado de adaptación a la universidad y establecer la relación existente entre las variables en una muestra de estudiantes universitarios.</i>
Metodología	Estudio no experimental, cuantitativo, descriptivo y correlacional de corte transversal.
Principales Resultados (Hallazgos)	El estudio encontró que un puntaje mayor en el afrontamiento que en los estresores o en los síntomas, lo cual requiere un empleo mayor de estrategias con que se puedan afrontar los estresores académicos; y así, se reduzca los síntomas del estrés. Los resultados generales también establecen que el estrés académico entre los estudiantes evaluados es moderado; y que, por tanto, la adaptación de los estudiantes a la universidad es también moderada.
Conclusiones	Los niveles de estrés académico en los estudiantes que participaron de la muestra es sobrio. También, los estudiantes usan tácticas diversas de afrontamiento con los estresores académicos, por lo que esto hace que disminuyan los niveles de estrés académico y de sus síntomas.

Por otro lado, se determina en los estudiantes evaluados, que los niveles de adaptación a la universidad son moderados tanto a nivel institucional como social; pero con dificultades en su adaptación personal emocional.

El estrés académico esta contrariamente relacionado de modo directo con el acomodo a su dinámica de los estudiantes de los primeros cursos de universidad.

El estrés académico es una respuesta natural que experimentan muchos estudiantes universitarios durante su primer semestre y las demás etapas de los estudios. La transición de la etapa secundaria a la vida universitaria implica un aumento significativo en la carga de trabajo, la demanda de autonomía y la necesidad de enfrentar nuevos desafíos académicos. Este aumento de responsabilidades puede generar ansiedad y presión para obtener buenos resultados.

Comentarios

La adaptación a la universidad también puede ser un proceso difícil para los estudiantes de primer semestre. Dejar atrás un entorno familiar, enfrentarse a un nuevo sistema educativo y establecer nuevas relaciones sociales puede ser abrumador. Algunos estudiantes pueden sentirse solos o perdidos en este nuevo entorno, por lo que su bienestar emocional y su rendimiento académico pueden mostrarse vulnerados por los efectos del estrés.

El estrés académico y la adaptación a la universidad son desafíos comunes para los estudiantes de primer semestre. Al desarrollar habilidades de manejo del estrés, establecer una rutina de estudio equilibrada y buscar apoyo social, los estudiantes pueden facilitar su adaptación y tener una experiencia universitaria más positiva.

Fuente: *Elaboración propia, 2024*

Tabla 11: Trabajo de Grado: Estudio Nacional

Título	Estrés académico en estudiantes de enfermería de Cartagena, Colombia
Autor	Irma Yolanda Castillo Ávila Arleth Barrios Cantillo Luis R Alvis Estrada
Fuente	https://revistas.javeriana.edu.co/index.php/imagenydesarrollo/article/view/16457/
Fecha de publicación	1 de noviembre de 2018
Palabras claves	<i>Agotamiento profesional, estudiantes de enfermería, adaptación psicológica, servicios de salud para estudiantes.</i>
Descripción	Revista Editorial Pontificia Universidad Javeriana, Bogotá, Colombia. 2018, Vol. 20, Número 2.
Fuentes donde ha sido citado	En el presente artículo se citaron 21 autores
Resumen	El presente estudio desarrollado con estudiantes de enfermería de Cartagena, Colombia, es una de las investigaciones nacionales que se incluyen, y que buscó describir los estados de estrés académico en esta población universitaria en el área de enfermería. Por medio de un estudio de corte descriptivo trasversal, se recolectó información con una muestra de 587 estudiantes de tres programas diferentes de enfermería de Cartagena, los cuales se seleccionaron por medio de un “muestreo probabilístico”. La información fue recolectada por medio de dos herramientas empleadas: Una encuesta de corte sociodemográfico, y la aplicación del inventario SISCO.

	Un 89,6 % de los encuestado correspondió al género femenino y los restantes al género masculino. Las edades promedio se ubican en los 20 años, entre estratos 1 y 2. La gran mayoría - 90,8%- manifestó haber experimentado estados de estrés por la sobrecarga académica debido a las múltiples actividades académicas, con manifestaciones de nerviosismo y preocupación. Los datos fueron analizados desde una estadística de tipo descriptivo, a través del programa SPSS, en su versión 22. Entre las estrategias de afrontamiento del estrés las más frecuente es acudir a actividades de tipo religioso.
Problema de Investigación	Los autores plantearon realizar una descripción del estrés académico en estudiantes de enfermería residente en la ciudad de Cartagena, Colombia.
Metodología	Estudio descriptivo transversal, con muestreo probabilístico, de corte descriptivo.
Principales Resultados (Hallazgos)	De entre la población participante de 587 estudiante, 526 fueron mujeres -con un 89,6%-, entre 20 años, de estratos 1 y 2. 533 encuestados, manifiesta experimentar estados de nerviosismo y preocupación en momentos del desarrollo del semestre. Entre las causas frecuentes está, que se sobrecargan académicamente en un sinnúmero de tareas, tanto teóricas como prácticas, que generan un nivel medio de estrés en un 48,2 % de los participantes. Por último, un 41,7% de los encuestados, dice utilizar para la canalización del estrés cuando se presenta actividades de tipo religioso.
Conclusiones	El presente estudio concluye que, en los estudiantes de enfermería de diferentes programas, de la ciudad de Cartagena,

Colombia, se presentan niveles de estrés medio y moderado y en forma heterogénea.

Ciertamente, la mayor causa la constituye la carga académica que sobreviene en cada semestre, generando síntomas como nerviosismo y preocupación, afectando con estos niveles de estrés, la salud tanto a nivel físico, como mental; pero el estudio permitió concluir que dichos niveles por medio de espacios de sociabilidad y relajación pueden ser atenuados.

Comentarios

La carga académica no solo en los primeros semestres de estudio universitario, sino también en el desarrollo de los semestres de la carrera, son generadores de estrés, que pueden afectar en mayor o menor medida el rendimiento académico.

La salud física y mental se ve de igualmente sobremanera afectada, causando nerviosismo y también grande niveles de preocupación que repercuten en la salud de los estudiantes.

Dichos niveles con espacios de sociabilización y terapias mismas de relajación, puede menguar en sus efectos, incluso con prácticas de tipo espiritual y religioso que ayudan en dicho propósito.

Fuente: *Elaboración propia, 2024*

Tabla 12: *Trabajo de grado: Estudio Nacional*

Título	Estrés académico en estudiantes de la Universidad de la Guajira, Colombia
Autor	Elvis Eliana Pinto Aragón Ana Rita Villa Navas Hilber Alonso Pinto Aragón

Fuente	https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8471675
Fecha de publicación	26 de febrero de 2022
Palabras claves	<i>Estrés académico; factores de estrés académico; aprendizaje; estudiantes; Universidad de la Guajira.</i>
Descripción	Revista de ciencias sociales -RCS-, ISSN-e 1315-9518, Vol. 28, N°. Extra 5, 2022, págs. 87-99
Fuentes donde ha sido citado	En el presente artículo se citaron 32 autores
Resumen	El ingreso a la etapa universitaria puede causar en los adolescentes que experimentan una serie de cambios de tipo físico, psicológico, social, cognitivo incluso en sus propias creencias, efectos estresantes, debido a la falta de control de los nuevos contextos que enfrentan, obligando la necesidad de implementar estrategias que permitan el afrontamiento, para consolidarse en dicha etapa su autonomía, su realización personal y social; y demás, retos que conlleva el campo académico. Para este propósito los investigadores se propusieron analizar el estrés académico en los estudiantes de la universidad de la Guajira, Colombia. Dicho estudio de enfoque cuantitativo, positivista, descriptivo, no experimental, transaccional, tomó como población objeto a 1200 estudiantes, de los cuales 840, respondieron el instrumento, a quienes se aplicó un cuestionario validado, conformado por 12 ítems, calculando la fiabilidad del mismo con la formula alfa Cronbach, con un resultado del 87%, desde una estadística descriptiva.

Problema de Investigación	El objetivo de esta investigación fue analizar el estrés académico en los estudiantes de la Universidad de La Guajira en Colombia, y detectar sus posibles afectaciones.
Metodología	Estudio cuantitativo, enfoque positivista, tipo de investigación descriptivo, diseño no experimental, transaccional.
Principales Resultados (Hallazgos)	Entre los principales resultados se encuentran los siguientes datos: En la dimensión “Socio-Familiar”, donde se valora la manera como los problemas que surgen en la familia el 26,10%, respondió afirmativamente. En cuanto a la manera como “factores ambientales”, son generadores de estrés, el 26,10% de los estudiantes que fueron encuestados respondió que “siempre” en el ambiente académico se encuentran estresores que provocan o aumentan dichos niveles. En cuanto al indicador “afectivo-emocional”, el 27,71% de los encuestados afirma que son causa y aumento de los niveles de estrés. Otro aspecto evaluado es el indicador “cognitivo” donde se muestra que un 26,10%, de los encuestados respondió afirmativo a estresores causados por esta dimensión; quedando demostrado que el estrés académico que surgen del mismo proceso del estudiante en el ámbito del aprendizaje, se ve afectado por diversos factores no solo cognitivos, sino que también influye, lo emocional, lo psicológico, del mismo modo que lo familiar y la relación con el docente o laboral.
Conclusiones	Si bien hay diversos factores socio familiares, ambientales, afectivos y cognitivos, que provocan niveles de estrés; sin embargo, estos se dan de manera moderada y son fáciles de controlar sin que esto afecte las habilidades del estudiante en su rendimiento académico.

Se debe hacer un constante estudio y medición del estrés en el ámbito académico, dado que este puede afectar de manera permanente la salud, la calidad de vida de los estudiantes, lo mismo el desempeño académico; provocando así, afectaciones en sus relaciones familiares, institucionales y sociales.

Se deben implementar de manera permanente en cada institución, estrategias que permitan intervenir a la población estudiantil, con el fin de disminuir los niveles de estrés que se van presentando, y que afectan en gran manera el estado emocional de los estudiantes, con una propuesta integral de reforzamiento emocional, personal, relacional y académico.

Comentarios

De acuerdo a las hipótesis que el presente estudio demuestra, en lo referente al estrés académico, es preciso indicar, la innegable relación que ésta tiene en las afectaciones de salud en los estudiantes, mediante sus muchas manifestaciones. Una de las ideas generales que plantea el presente texto, radica en la disminución de los entornos de estrés, dado que ello favorece su control y dominio. Por otro lado, en razón de la realidad del estrés académico, se infiere a un compromiso particular de las instituciones educativas para poder implementar mecanismos de evidencia y de medición, dada la necesidad de la búsqueda de una mejor calidad de vida para los estudiantes; ello, sin escatimar los esfuerzos provenientes de las familias y su entorno.

Fuente: *Elaboración propia, 2024*

Tabla 13: Trabajo de Grado: Estudio local

Título	Validación del inventario SISCO del estrés académico y análisis comparativo en adultos jóvenes de la Universidad Industrial de Santander y la Universidad Pontificia Bolivariana, Seccional Bucaramanga, Colombia
Autor	Diana Alejandra Malo Salavarieta Guerty Shirley Cáceres Cáceres Gimel Hadith Peña Ballesteros
Fuente	https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6534519
Fecha de publicación	Julio de 2010
Palabras claves	<i>Estrés Académico, estudiantes universitarios, análisis comparativo.</i>
Descripción	Praxis Investigativa ReDIE: revista electrónica de la Red Durango de Investigadores Educativos, ISSN-e 2007-5111, Vol. 2, N°. 3, 2010, págs. 26-42
Fuentes donde ha sido citado	En el presente artículo se citaron 13 autores
Resumen	El presente estudio de desarrolló en Bucaramanga, a mediados del año 2010, con una muestra de 300 alumnos, de los primeros semestres, de diversas carreras de pregrado de la universidad industrial de Santander, de entre los 18 y 22 años, y se empleó una metodología de tipo instrumental. En la primera parte del estudio se realizó un análisis estadístico con el programa “SPSS 10”, con base a la información del inventario SISCO; se calculó por el Alfa de Cronbach, y un análisis de tipo factorial, con la “rotación Varimax, una clara validación del instrumento y garantizarlo en futuros estudios donde sea aplicado.

	Una vez validada la información inicial, se realizó un estudio de corte descriptivo comparativo, teniendo fundamentalmente 3 elementos: detectar indicadores demostrables o empíricos presentes en el estrés académico, dimensionar los estresores presentes, los síntomas, y las estrategias empleadas en el afrontamiento; y, por último, llegar al sustento teórico del estrés en el ámbito académico.
Problema de Investigación	Los investigadores, buscaron validar la segunda fase del “inventario SISCO” para medir los niveles de Estrés Académico por medio de este instrumento que fue aplicado en jóvenes estudiantes de la “Universidad Industrial de Santander -UIS-” seccional Bucaramanga, y con los resultados poder realizar trabajo de análisis comparativo con estudiantes de la Universidad Pontificia Bolivariana -UPB- Seccional Bucaramanga, en este mismo ámbito, y su afectación en el rendimiento de los estudiantes.
Metodología	<i>Estudio es de corte Instrumental, descriptivo comparativo.</i>
Principales Resultados (Hallazgos)	Los resultados presentados en este estudio se enfocaron fundamentalmente a la validación y pertinencia del instrumento en el contexto local, de donde pueden resaltarse los siguientes puntos: un Nivel de confiabilidad valorado como muy bueno, en la medición de lo referido al estrés académico, según los resultados arrojado por la escala alfa de Cronbach, que permite ver la consistencia interna del mismo instrumento y donde su nivel general es de 0.874; Presentó en la primera fase 0,838 y en la segunda parte 0,766, lo que asegura su confiabilidad.

Los resultados de las tres dimensiones analizadas: Estresores, Síntomas y estrategias de afrontamiento, no estuvieron tan bajas y su puntuación presenta un nivel de confiabilidad.

En cuanto a la correlación dentro de los grupos contrastados, presenta una consistencia interna lo mismo que homogeneidad, que puede catalogarse como significativa.

El nivel más alto en su puntuación y de mayor confiabilidad, se refiere a la dimensión síntomas; y la que presenta un nivel de confiabilidad más bajo, se refiere a la dimensión de estrategias de afrontamiento.

Conclusiones

A manera de conclusión los investigadores determinaron que en el análisis de consistencia interna lo mismo que lo referente a los grupos que fueron contratados, según los resultados de la escala de Alfa de Cronbach cuya confiabilidad general es de 0,874, se encontró que algunos ítems estaban en su puntuación por debajo de 0.000; lo que permite establecer que puede ser el instrumento o la forma como se aplica, lo que produce estas puntuaciones en las fases de la investigación, que deben ser tenidas en cuenta en futuras investigaciones, para decidir si darle continuidad o si reformula en algo el instrumento, en sus ítems.

La investigación también permitió determinar que, en sus dos fases, el estudio se pudieron confirmar algunos aspectos como la forma de aplicación del instrumento, la manera de diligenciar el inventario, el tiempo que se emplea en diligenciarlo, la manera de evaluar y calificar los resultados, lo cual establece la utilidad de dicho inventario en la medición del estrés académico.

Al Final, los autores resaltan que el inventario SISCO, como instrumento empleado en la medición de los niveles de estrés académico, se establece como herramienta de “alta confiabilidad” y de destacada “validez” para este tipo de estudios en el contexto local, en Bucaramanga, Santander, Colombia, en universidades públicas como en el caso de la UIS y privadas como lo es la UPB.

Comentarios

Este estudio local, de tipo comparativo, se enfocó más que en el estrés académico que presentan los estudiantes, en la validación de la herramienta escogida, en el contexto de la ciudad.

Dicho estudio permite tener una base para estudios posteriores, que posibilitan en el contexto educativo superior de la ciudad de Bucaramanga, desarrollar posteriores investigaciones, y aportar sobre esta base en el desarrollo de elementos científicos, que permitan desde los mismos ayudar a mitigar o disminuir estos niveles en los estudiantes que por carga académica y laborar, no pueden rendir de manera concreta en su proyecto académico y en sus estudios profesionales.

Fuente: *Elaboración propia, 2024*

Capítulo II

Marco Teórico

En este apartado se expone una revisión bibliográfica de los conceptos generales de la presente investigación, a partir de los cuales se sustenta la intervención en la población objeto. Los conceptos a considerar son: estrés, estrés académico y rendimiento académico, y sus respectivas variables.

2.1 El Estrés

La Organización Mundial de la Salud, define textualmente el Estrés como: “un estado de preocupación o tensión mental generado por una situación difícil” (OMS, 2023). Por su parte, Gusqui & Galárraga (2023) en su estudio, citando a Espinoza (2018), al explicar la etimología de la palabra estrés, cita la expresión latina: “*stringere*” que puede entenderse como: “oprimir, atar, apretar, estrechar”, para referirse a la respuesta del cuerpo ante diversos estímulos que pueden ser negativos o positivos. Este vocablo en el campo de las ciencias médicas y psicológicas se fue popularizando, como manera de referirse a la forma como cada individuo emite una serie de respuesta ante las presiones cotidianas, las cuales pueden darse en el orden cognitivo, emocional o físico.

Para Oliveras (2023), también el estrés ha de entenderse como un mecanismo de defensa necesario en cada persona que le permite reaccionar ante situaciones amenazantes, y así el cuerpo de manera natural responda ante las situaciones difíciles o adversas; no obstante, cuando sus niveles sobrepasan el límite necesario, genera una sintomatología que tanto a nivel físico como psicológico produce problemas latentes de alteración, irritación, dolor en diversas zonas de la cabeza, acelerando también el

envejecimiento de la personas, entre muchas otras realidades que afectan a cada individuo que lo padece por sobre sus niveles normales.

De la misma manera, Batista et al. (2023), advierten que el estrés de manera descontrolada puede afectar en forma negativa la salud mental, así como los trastornos de ansiedad y la misma depresión, los cuales se cree afectan en más de un 30% a los universitarios en todos sus niveles, según su estudio.

En general, es una realidad que ha ido tomando una especial preocupación y por tanto gran interés dentro de la comunidad científica, en especial porque sus efectos repercuten en la conducta de la persona, afectando su salud en el campo fisiológico como psicológico, e influyendo en su trabajo como en su estudio y sus resultados; y, provocando preocupaciones y angustias que general déficit marcados a nivel personal, familiar o social (Naranjo, 2009).

Tipos de estrés

Como se ha mencionado anteriormente, el estrés es una realidad inseparable del ser humano, pues siempre nuestro cuerpo va a responder ante estresores o estímulos positivos o negativos de manera automática. De este modo, según lo planteado por Gallego (2018), se pueden clasificar dos tipos de estrés de acuerdo a su efecto en el individuo.

Eustrés

Es considerado el estrés que beneficia, se genera igualmente de realidades desafiantes pero que son percibidas por la persona como motivadoras, ya que se proyectan a incrementar la producción y el rendimiento, por lo que estimulan y potencian

en gran medida los medios y las capacidades del individuo. Al incitar el crecimiento, mejores logros, metas mayores, el desarrollo de habilidades o adquisición de algunas nuevas, es considerado como positivo (Gusqui & Galárraga, 2023).

Efectos del Eustrés en la Persona

Por otra parte, eustrés, es usado para referirse a una definición integral de salud donde el bienestar mental y físico, permiten que la persona desarrolle al máximo todas sus capacidades lo mismo que todo su potencial. Este estado se asocia con las condiciones óptimas y un equilibrio mental y físico. Según lo anterior, comprendemos porque ya desde 1989, Neidhardt, citado por Naranjo, conceptualizaba el estrés como una elevación crónica de la agitación mental, sumando a esto una gran tensión en el cuerpo, por encima de lo que un individuo puede soportar, por lo que genera una angustia, lo mismo que enfermedades de todo tipo (Naranjo, 2009).

Distrés

Es lo que podríamos definir como el estrés negativo, y su manifestación se da en formas bastante perjudiciales con efectos adversos en la salud física y también en la salud mental del individuo. La persona se va desgastando continuamente lo que le genera sufrimiento, sensaciones de malestar profundo, desembocando todo en un desagradable desgaste, con percepción abrumadora y fatalista de todo lo que lo rodea (Gusqui & Galárraga, 2023).

Efectos del Distrés en la Persona

Por su parte, Naranjo (2009), describe en su estudio que cuando debido a un gran estímulo se genera una sensación de completa angustia, y aumentan los niveles de

estrés en forma incontrolable se genera “distrés”, lo cual produce una ruptura entre mente y cuerpo, impidiendo que la persona pueda responder acertadamente en los escenarios cotidianos.

Manejo del Estrés

En general, el tipo de estrés dependerá en gran medida, de la percepción y de la manera como lo acontecimientos que llegan son interpretados, por lo que un mismo evento pueden generar buen o mal estrés en el individuo. El estrés es esencial para vivir. Pero si la dosis no es la más óptima -bien por carencia o por exceso- se hace distrés, sobreexcediendo el orden y la armonía, fisiológica del organismo.

Si se está por debajo del nivel óptimo el organismo se bloquea y no funciona bien; si hay exceso el organismo se “sobrestimula”, generando fatiga y enojo, con una sobreproducción de hormonas como la adrenalina y cortisona -hormonas de adaptación-. Así, cada individuo ha de conocer la capacidad respuesta ante el estrés y evitar situarse por debajo o por encima de los niveles óptimos (Naranjo, 2009).

2.2 Estrés Académico

Para, Gusqui & Galárraga (2023), se puede definir como la presión que los estudiantes, -debidos a los niveles de exigencia-, van percibiendo en su proceso académico y que puede generar varias afectaciones en alumnos de todos los niveles de estudio, de manera particular, en la temporada de evaluaciones, en los primeros semestres de la carrera, en el avance en los niveles de complejidad de las temáticas, en las dificultades para memorizar, en las limitantes de tiempo, en la competencia mal sana

entre compañeros, en las exigencias de altas calificaciones, lo mismo que algunas adicciones que complican los procesos de aprendizaje y se convierten en estresores en el ámbito académico.

Por su parte, García & González (2022), señalan que la sobrecarga escolar y el mínimo tiempo que queda para los alumnos cumplir con todo lo programado y exigido, se convierte en uno de los principales estresores, incurriendo en un fenómeno llamado “procrastinación”, que se entiende como la manera de posponer los compromisos para otro momento, haciéndolas sobre el tiempo, sin compresión, ni concentración, con el propósito de solo cumplir, o perdiendo la motivación para realizarlos, incumpliendo con los deberes, que traerían bajas en el rendimiento académico.

Este cúmulo de sensaciones experimentadas por los alumnos, las cuales pueden catalogarse de angustiosas, generan distrés, desarrollando cuadros sintomatológicos de cansancio, de desmotivación, y en el peor de los casos de profunda ansiedad, que bloque el potencial y las capacidades del alumno para responder acertadamente al proceso académico y a los objetivos de la enseñanza (Gusqui & Galárraga, 2023).

Causas de Estrés Académico en universitarios

La formación profesional se ha visto inmersa desde sus comienzos por cambios constantes, y por situaciones que surgen como fenómeno social, los cuales entorpecen los procesos académicos y donde los alumnos como parte de este proceso de formación también se ven afectados en su rendimiento y en su salud (Gusqui & Galárraga, 2023).

Aunque puedan existir muchas causas, para Domingues et al. (2018), la fundamental causa de estrés académico radica en la precariedad de tiempo, primero,

generando una desconexión de tipo social, pues la imposibilidad de generar espacios de tipo familiar y demás relaciones sociales, impide una percepción placentera de la vida y de descanso.

Por otra parte, aparece otra causa en este estudio y es la relación entre el maestro y el alumno como elemento estresor, no solo por la imposición de cargas escolares que copan todo su tiempo, sino en la figura que representa para este, perdiendo la posibilidad de una relación positiva que impida bajar académicamente, y, por el contrario, posibilite una educación con calidades humanas y motivadora de la adquisición nuevos conocimiento (Domingues, 2018).

Afectaciones del Estrés Académico

Para, Gusqui & Galárraga (2023), en su estudio señalan que, si el estrés no se detecta y se maneja en forma adecuada, puede causar una serie de consecuencias que se pueden hacer negativas en la medida que avancen sin solución. Las más comunes en el entorno académico son: agotamiento mental, sensación de pánico y nerviosismo constante, déficit de la salud mental, dificultad para comprender, retener, memorizar, autoestima baja, descuido personal, bajas constantes en el rendimiento académico; en la parte física tensión, sensación de cansancio y agotamiento, alteración del sueño y de los hábitos alimenticios, entre otros (Escobar et al., 2018).

En su investigación, Gusqui & Galárraga (2023), establecen que los efectos o afectaciones del estrés son diferente en cada individuo, y que pueden verse comprometidas una o más funciones metales o físicas dependiendo la manera como se afronta, de este modo las afectaciones mayores por el estrés radican en:

La Memoria

Para, Gusqui & Galárraga (2023), el estrés académico, puede generar dificultades para retener y recordar información relevante, con afectación de la memoria de corto y largo plazo, lo que dificulta la concentración en tareas específicas que exigen precisión, con la afectación de la memoria de trabajo que compromete la parte cognitiva, impidiendo resolver problemas de tipo académico.

El Aprendizaje

Otra de las afectaciones por el estrés académico radica en el aprendizaje, donde un tipo de embotamiento y la ocupación cerebral con pensamientos automáticos, desconcentra de lo fundamental, e impide que la adquisición de nuevos conceptos como capacidad racional se produzca en el individuo (Gusqui & Galárraga, 2023).

La Atención

También en su Investigación, Gusqui & Galárraga (2023), señalan como la atención se ve seriamente afectada, dado que el cerebro de manera automática, buscando liberar el estrés, ante las tareas cotidianas, no permite que el individuo pueda tener la atención requerida se reduce, especialmente en el aprendizaje. El estudio hace una indicación que se debe tener en cuenta, pues si en los niños en los primeros años se presenta este déficit de la atención por estrés, puede esto ocasionar daños en algunas áreas del cerebro.

La Concentración

Este mismo estudio, indica como el estrés académico, genera dispersión, lo mismo que distracción, sobre tareas puntuales y en determinados lapsos de tiempo, afectando

en gran medida la contracción que se requiere para cumplir y realizar trabajo sencillos o complejos, cuando se está bajo distrés (Gusqui & Galárraga, 2023).

Estresores del Entorno Académico

Escobar et al. (2018), se refieren a estresores como aquellos fenómenos o realidades que van aconteciendo día a día en el ámbito universitario y con los cuales los alumnos generan distrés. Estos pueden ser entre muchos otros: la sobrecarga académica, la relación negativa con el maestro, la exigencia ante las evaluaciones, los trabajos individuales o grupales, no tener comprensión de las temáticas expuestas por el docente, la exigencia de los padres por notas sobresalientes, exponer en clase, entre muchas más.

Las reacciones pueden ser de tipo psicosomático, físico, psicológico, comportamental, también cuando se genera cambios en el estilo de vida, y en hábitos concretos como el sueño, la combinación de trabajo y estudio, problemas económicos y financieros, unido a una mala alimentación (Escobar, 2018).

2.3 Rendimiento Académico

Para acercarnos a la comprensión del término se hace necesario referirnos a su etimología, la cual proviene del latín ‘reddere’ [re (hacia atrás) y ‘dare’ (dar)], que luego – por la influencia de ‘prehendere’ (prender) y ‘vendere’ (vender)- pasó a ser ‘rendere’ (Real Academia Española [RAE], 2017). Juntando dichas palabras se puede entender el rendimiento como medir proporcionalmente alguna forma usada para conseguir algún fin,

evaluando lo que se logra, o se puede entender como la manera de conseguir algo que se hace benéfico (Grasso, 2020).

Lamas (2015), en su estudio denota la complejidad de definir dicho concepto. Algunos autores buscar diferenciar rendimiento académico de escolar, para referir el primero al nivel universitario y el otro a la escuela. En otros estudios es referido a “aptitud escolar” o “desempeño académico”. Para hacer claridad de lo anterior, podemos comprender el rendimiento académico como la resultante del proceso de aprendizaje del acto docente con el resultado mismo de cada estudiante; este resultado se mide casi generalmente por medio de evaluaciones, trabajos y sus calificaciones, lo cual conlleva una valoración estimativa, de los conocimientos aprendidos dentro de unos objetivos académicos, y dentro de un itinerario instruccional y formativo (Grasso, 2020).

Para, Garbanzo (2012), en el rendimiento académico se da una vinculación entre el hecho de calificar las capacidades humanas de cada individuo, y los resultados propios de los conocimientos adquiridos por el estudiante universitario en su proceso formativo. Por esta razón implica cumplir las metas trazadas, de acuerdo a objetivos y logros claros, que se definen dentro de un programa propio de cada materia, y que lo demuestra en calificaciones que resultan de cumplir lo planteado por determinada asignatura o curso.

Rendimiento

Para, Lamas, 2015, el rendimiento está referido a lograr un particular aprendizaje que se ha planteado como meta educativa y que se ha hecho el esfuerzo por conseguir. Dicho proceso permite la evolución o el crecimiento hacia realidades nuevas y mejores, siendo alcanzado cuando se integran los medios cognitivos y estructuras.

En, Garbanzo (2012), el rendimiento depende en gran medida de las circunstancias y condiciones del ambiente que acompañan la realización del proceso, pero también al individuo en lo que tiene que ver a sus motivaciones, aptitudes, lo mismo que su nivel intelectual y el tipo de personalidad, sus relaciones con el maestro y compañeros, etc. Por último, Lamas (2015) diferencia el “rendimiento discrepante” – es decir, que muestra una diferencia entre lo que se esperaba con lo que se logró-; y “el rendimiento insatisfactorio” -es decir, que está muy por debajo del nivel mínimo esperado.

Enfoques para medir el rendimiento académico

El proceso de aprendizaje se ha enfocado hacia dos formas de abordar el tema del rendimiento académico: por una lado encontramos la orientación de corte cuantitativo que integra lo cognitivo-conductual; y el enfoque de corte cualitativo, encontrando dentro de ella dos líneas cada una con sus propios planteamientos epistemológicos y fenológicos, para el procesamiento de la información: el uno desde “los estilos y enfoque de aprendizaje”, y el otro desde los “paradigmas del procesamiento de información” (Lamas, 2015).

Rendimiento académico en estudiantes universitarios

Garbanzo (2012), en su estudio hace referencia a las investigaciones de rendimiento académico en el nivel universitario o tercer nivel, los cuales son abordados en su mayoría desde el enfoque cuantitativo; y aunque, las instituciones superiores este tema lo ven desde la calidad de la educación en este nivel académico.

El rendimiento académico en estudiantes de nivel superior, se entiende igualmente como la sumatoria de los logros del alumno que aprende, como de los resultados

calificados y obtenidos en el desarrollo de sus actividades académicas. Las calificaciones son las encargadas de medir y cuantificar los resultados que muestran lo que pierde y lo que logra el estudiante como éxito académico. Y es facultativo de cada universidad determinar con qué criterio se permite evaluar y calificar a sus estudiantes (Grasso, 2020).

Factores asociados al rendimiento académico

Para Garbanzo (2012), el tema del rendimiento académico presenta variadas causas, que sustentan y explican los diversos factores que surgen dentro del aprendizaje como proceso. De este modo está asociado a diversos factores que intervienen en el proceso académico influyendo tanto externa como internamente en cada individuo. Estos factores pueden estar en el orden personal que integra lo cognitivo y lo emocional, y por otro lado lo social. A continuación, se exponen tres categorías determinantes de estos factores influyen en el rendimiento académico de los estudiantes, en especial de tercer nivel.

Los determinantes personales

Hacen referencia a todas aquellas realidades subjetivas que se realizan en función del individuo. En ella encontramos algunas competencias necesarias para el rendimiento académico o su afectación, veamos cada una: la cognitiva apunta a la autoevaluación de la capacidad individual, para cumplir determinadas tareas a nivel cognitivo lo mismo que de alguna habilidad intelectual. Esto influye en el entorno familiar y por ende en la motivación y persistencia del individuo para conseguir sus metas, su auto-concepto

académico, su autoeficacia, su percepción de bienestar, su inteligencia, sus aptitudes, y su sexualidad (Garbanzo, 2012).

Los determinantes sociales

Garbanzo (2012), al hacer referencia a este tipo de determinante, lo relaciona a todo aquello que interactúa con la vida del estudiante en el campo académico, dichos factores que se asocian al rendimiento académico, pero en la parte social se relacionan a continuación, entre las que encontramos: las diferencias sociales o estrato, el entorno o contexto de la familia, también el nivel académico de los padres o de los tutores, el factor socioeconómico, lo mismo que la ubicación demográfica.

Los determinantes institucionales

Por último, este determinante, hace referencia a componentes que se consideran no personales y que es referido a los elementos que intervienen en el mismo proceso educativo. Entre ellos encontramos: las metodologías de los docentes, lo horarios establecidos para las asignaturas, la cantidad de estudiantes por aula para cada docente, el grado de dificultad ante los temas. De igual manera, al ser de orden institucional se incluyen: las condiciones y requisitos de ingreso, las normas establecidas por la universidad, los contenidos de cada materia, los temas a evaluar y sustentar, y todos los demás que pueda definir la institución educativa (Garbanzo, 2012).

Capítulo III

Marco metodológico

En esta sección se desglosa el marco metodológico de la presente investigación que incluye: El enfoque, El Método, La Población, El Instrumento que se aplicará y el tipo de investigación:

3.1 Enfoque

El presente estudio en procura de abordar una realidad que se presenta como objetiva, que es la afectación del estrés académico en estudiantes universitarios de primer semestre de derecho, utiliza un enfoque cuantitativo, basado en la recolección de datos por medio de un test validado, los cuales serán analizados posteriormente con base a las respuestas obtenidas de la población objeto. Con ellos se busca responder a las preguntas planteadas con antelación, por medio del empleo de un instrumento estandarizado y validado, que, con base a elementos estadísticos y numéricos, se llegue a definir un patrón o varios patrones que determinan la población específica que busca estudiarse, y poder responder al objetivo de esta investigación (Hernández, 2014).

El abordaje cuantitativo de este estudio se realizará con un diseño de tipo no experimental transversal; debido a que los datos, serán recogidos en un tiempo específico, para evaluar un momento determinado del fenómeno objeto de estudio; y, por otro lado, porque no se realizará manipulación de ninguna variable. Esta realidad objeto de estudio será abordada entre los participantes en la manera como naturalmente se da en su contexto académico, y desde la recolección de datos producto de la aplicación del

instrumento seleccionado, para analizarlos y llegar a los resultados que respondan al objeto del mismo (Cárdenas, 2018).

3.2 Método

Como método de análisis de este estudio, se realizará una búsqueda con enfoque narrativo, con síntesis de estudios ya hechos sobre esta temática, por medio de una plantilla estandarizada. Para ello se presentarán de los estudios analizados, los siguientes datos de interés: fecha de publicación, palabras claves, descripción, fuentes donde ha sido citado, resumen, problema de investigación, metodología, principales hallazgos, conclusiones, y comentarios. Estas categorías de análisis aportarán desde el diseño metodológico empleado en cada artículo, a fundamentar nuestro estudio, lo mismo que los resultados de las intervenciones en población universitaria con estrés académico.

En el diseño del estudio se empleará la estrategia PICO, que permita realizar la revisión metodológica, y definir los estudios cuantitativos no experimentales, buscados en una base de datos internacionales, publicados en español desde el 2011 al 2023 en Google Académico, revisando la lista de referencia entre los documentos que fueron elegidos, para seleccionar material que, a nivel bibliográfico, sean relevantes para esta investigación. Como criterios que permitan la inclusión de los mismos en el presente estudio está: considerar estudios aplicados en población universitaria de primeros semestres, con intervenciones cualitativas no experimentales transversales, teniendo como instrumento el inventario SISCO, para medir los niveles de estrés académico en los estudiantes de primer semestre de universidad.

La manera como se llegará a la validación y definición de los términos o palabras claves que son objeto de búsqueda, se hizo por medio de un lenguaje controlado, que, unido a la estrategia PICO de Brown, integra: –P (participantes), I (intervención), C (comparación), y O (Resultado); con lo que se traza una metodología de búsqueda de literatura científica que, fundamentada en evidencias, permita encontrar investigaciones afines que fundamenten teórica y mitológicamente este estudio (Brown, 2020).

3.3 Población

Este estudio tiene como población objeto a estudiantes universitarios de Bucaramanga, departamento de Santander, Colombia, de género masculino y femenino, con edades entre los 18 y 30 años, de primer semestre de la carrera de derecho, pertenecientes a la Corporación universitaria de Ciencia y Desarrollo -Uniciencia-, la cual cuenta con alrededor de 1.000 estudiantes y estos a su vez distribuidos en cuatro programas académicos, de esta población universitaria, se tomará una muestra significativa o representativa 120 estudiantes, que corresponde aproximadamente a un 80 % de los alumnos de la carrera de derecho, buscando reducir posibles sesgos, dado que participaran de la investigación aleatoriamente, teniendo todos la opción de ser seleccionados.

La edad promedio de los participantes en la muestra oscila entre los 18 a 30 años de edad. En esta institución universitaria, es común encontrar alumnos ya adultos que laboran en diversas áreas y se proponen buscar un título profesional, una gran mayoría inscritos en la carrera de Derecho, residen en diferentes sectores de la ciudad, por lo que son muy diversas las condiciones socioeconómicas de los mismos; además trabajan en

el día y en las noches o los fines de semana estudian en horarios flexibles que ofrece la universidad, lo cual puede generar una doble carga laboral y académica.

3.4 Instrumentos

Para el desarrollo de dicho estudio, se utilizará el “inventario SISCO”, que corresponde a un instrumento en español validado por Arturo Barraza en el año 2007, en Durango, México, y que procura detectar lo que caracteriza y mide los niveles de estrés en estudiantes o estrés académico. Está construido por su autor por cinco apartados con 31 ítems o enunciados directos y planteados en forma positiva; los primeros dos ítems, son puestos a manera de prueba para los participantes en la muestra con respuestas de si o no, buscando si el estudiante como participante de la investigación, es realmente demandante para dicha prueba (Guzmán, 2022).

El autor desarrolla seguidamente las tres dimensiones que busca sean examinadas: los enunciados o ítems que presenta el inventario del 3.1 al 3.8, se enfocan en los estímulos causantes de desencadenar estrés -estresores-; los ítems del 4.1 al 4.15 se centran a nivel de lo experimentado a nivel subjetivo u objetivo por el estudiante afectado por el estrés -síntomas-; al final presenta 6 enunciados que se centran en la manera como se contrarresta y se enfrenta el estrés al padecerlo -estrategias de afrontamiento- (Barraza, 2007).

En su administración presenta un escalonamiento de tipo “Likert”, es decir, que busca evaluar los acuerdos o desacuerdos sobre algunos enunciados que se presentan por parte del encuestado; consta de una frecuencia de cinco respuestas dentro de las

cuales se encuentra: “siempre:5, casi siempre: 4, algunas veces: 3, rara vez: 2 y nunca: 1”, con estos valores categoriales del 1 al 5 según las dimensiones que aborda, se busca medir la intensidad con que se presenta el estrés. Este instrumento, encuentra como ámbito propio para su aplicación a estudiantes que se encuentran en los niveles académicos de secundaria, y universitarios en pregrado y postgrado y que manifiestan síntomas de estrés. Su tiempo normal de aplicación es de 10 a 15 minutos, sus resultados dan seguridad a los estudios donde se ha utilizado, con estudiantes en el ámbito académico, lo que refiere un alto nivel de confiabilidad (Guzmán, 2022).

3.5 Tipo De Investigación

La presente investigación cuantitativa no experimental transversal, de corte instrumental, determinado esto por los datos empleados y por la manera como se selecciona la población objeto de manera aleatoria simple, con probabilidad general de ser seleccionado, y enfocando el abordaje del estrés académico en la administración del instrumento seleccionado en un solo momento. Dicha investigación tiene claramente definida su pregunta de investigación, la cual se responde desde la misma población objeto, que presenta algunas características similares en el ámbito académico.

Esta investigación de enfoque cuantitativo, según su profundidad es de corte descriptivo, dado que en su objeto de estudio busca describir el actual estado del estrés académico en una población universitaria de primer semestre, como realidad identificada en esta población, para desde ella encontrar información relevante y sistemática sobre este fenómeno abordado. Aunque no parte de una hipótesis concreta, busca desde un análisis de los datos obtenidos, presentar sus resultados que generen una hipótesis, o la



UNIVERSIDAD
SANTOTOMÁS
—SEDE PRINCIPAL BOGOTÁ—

respuesta a la pregunta de investigación, con medición y análisis de cada una de sus variables (Hernández, 2014).

Conclusiones

En el presente trabajo de investigación se describe la evidencia en los últimos 10 años que han abordado el tema del estrés académico en estudiantes universitarios y su influencia en el rendimiento académico. En general, los estudios incluidos y analizados en los antecedentes de la investigación, se encaminan en dos líneas específicas: primero una comprensión y descripción del estrés en el ámbito académico desde sus causas, como también desde su comprensión y conceptualización de sus efectos negativos en todas las dimensiones de los individuos que los padecen en especial en el ámbito académico. Segundo, se refiere a la intervención de grupos en el contexto académico en función de alcanzar hallazgos, estrategias para su abordaje y propuestas de prevención o superación del estrés académico, como factor influyente en el rendimiento académico.

A nivel conceptual, los artículos y autores consultados integran diferentes elementos para analizar el impacto del estrés académico en el rendimiento de los estudiantes universitarios en especial en los semestres iniciales, donde se identifica diversos elementos de lectura y abordaje común frente a este fenómeno influyente en las personas en nivel de escolaridad superior, para desde ellos contribuir positivamente a la disminución de sus efectos negativos en quienes los padecen, además de aportar a su prevención con los nuevos estudiantes que ingresen a este proceso de educación universitaria.

Los resultados de las investigaciones abordadas indicaron que los estados de estrés académico tienen una relación y un efecto que va desde comportamientos, actitudes, pensamientos y emociones en la población académica. Adicionalmente, los efectos se ven reforzados y disminuidos en la implementación de estrategias e intervenciones con los grupos afectados, lo cual puede sugerir que la prevención y la forma oportuna como se aborde, pueden ser modificables, pero queda por aplicar el instrumento SISCO, en la población objeto, para llegar a su confirmación o su contradicción.

De acuerdo a las evidencias académicas presentadas por los estudios abordados, se tienen herramientas y elementos esenciales para proponer como resultado, el diseño de un breve manual de intervención del estrés en los contextos académicos, por medio fundamental de módulos de trabajo, que parten de un tema introductorio que contenga, la conceptualización, características del estrés académico en universitarios, y sus efectos en el campo de los estudiantes universitarios, unidos a unos temas de trabajo e intervención personal y grupal con ejercicios prácticos y tareas que induzcan la superación del déficit y la potenciación de estados positivos que favorezcan el proceso académico de los estudiantes a manera de estrategias, basadas en evidencias que complementen las posibles intervenciones que los estudiantes puedan buscar a nivel prioritario dentro o fuera de la universidad con profesionales en el campo psicológico.

Recomendaciones

En función de los resultados obtenidos en los antecedentes del presente trabajo, se recomienda emplear sus conceptos como estrategia que puede complementar investigaciones afines al tema abordado. De igual manera, se requiere para futuras investigaciones actualizar y ampliar el proceso de revisión sistemática en la construcción del estado del arte, con el fin de incluir nuevos resultados y evidencias que contribuyan a la comprensión, conceptualización y abordaje de este tema de importancia en el desarrollo del proceso enseñanza-aprendizaje.

Finalmente, se recomienda respetuosamente a la Universidad Uniciencia de Bucaramanga, según una preocupación presentada por su anterior rector, acerca del rendimiento académico y su afectación a causa del estrés, tener en cuenta el producto generado a partir de los datos obtenidos, y el resultado se reconocido como un avance importante en el esfuerzo de diseñar recursos de intervención que se enfoquen en el conocimiento, prevención e intervención del estrés en el ámbito académico de los alumnos de primer semestre de su institución, y también como aporte para otras instituciones de tipo superior, que deseen como parte del bienestar de sus alumnos, en el contexto local y nacional.

Referencias

- Álvarez, H. J., Aguilar, P. J. M., Fernández C. J. M., Salguero, G. D., & Pérez G. E. (2013). EL ESTRÉS ANTE LOS EXÁMENES EN LOS ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, (2)1, 179-187.
<https://www.redalyc.org/pdf/3498/349852173008.pdf>
- Aragón, E. E. P., Navas, A. R. V., & Aragón, H. A. P. (2022). Estrés académico en estudiantes de la Universidad de La Guajira, Colombia. *Revista de ciencias sociales*, 28(5), 87-99.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8471675>
- Barraza, M. A. (2007). Propiedades psicométricas del Inventario SISCO del estrés académico. *Psicología científica*, 9(10). <https://tinyurl.com/2p8w8zm3>
- Berrio, N., & Mazo, R. (2011). *Caracterización psicométrica del inventario de estrés académico en estudiantes de pregrado de la Universidad de Antioquia*. [Trabajo de grado no publicada]. Universidad de Antioquia.
- Bonilla, G. K. M., & Galárraga A, A. S. (2023). Análisis 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>

Brown D. (2020). A Review of the PubMed PICO Tool: Using Evidence-Based Practice in Health Education. *Health promotion practice*, 21(4), 496–498.
<https://doi.org/10.1177/1524839919893361>

Caldera, J.F., Pulido, B. E., & Martínez, M.G. (2007). Niveles de estrés y rendimiento académico en estudiantes de la carrera de Psicología del Centro Universitario de Los Altos. *Revista de Educación y Desarrollo*, 7, 77-82.
https://www.cucs.udg.mx/revistas/edu_desarrollo/anteriores/7/007_Caldera.pdf

Campos, M. J. (2021, mayo 31). *El estrés académico: qué es*. Blog personal (versión electrónica). [https://www.mariajesuscampos.es/el-estres-academico-que-es/#:~:text=La%20Organizaci%C3%B3n%20Mundial%20de%20la,etapas%20acad%C3%A9micas\)%20ante%20sus%20estudios](https://www.mariajesuscampos.es/el-estres-academico-que-es/#:~:text=La%20Organizaci%C3%B3n%20Mundial%20de%20la,etapas%20acad%C3%A9micas)%20ante%20sus%20estudios)

Calatayud, M. A. P., Apaza, M. E., Huaquisto, R. E., Belizario, Q. G., & Inquilla, M. J. (2022). Estrés como factor de riesgo en el rendimiento académico en el estudiantado universitario (Puno, Perú). *Revista Educación*, 46(2), 114-132.
<https://dx.doi.org/10.15517/revedu.v46i2.47551>

Cárdenas, J. (2018). *Investigación cuantitativa*. (1ra ed). trAndeS Material Docente.
<http://dx.doi.org/10.17169/refubium-216>

Castillo, A, I. Y., Barrios, C, A., & Alvis, E, L. R. (2018). Estrés académico en estudiantes de enfermería de Cartagena, Colombia. *Investigación En Enfermería: Imagen Y Desarrollo*, 20(2). <https://doi.org/10.11144/Javeriana.ie20-2.eaee>

Del Toro, A., Gorguet, P. A., Pérez, I. M. Y., & Ramos, G. (2011). Estrés académico en estudiantes de medicina de primer año con bajo rendimiento escolar. *MEDISAN*, 15(1), 17-22. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1029-30192011000100003&lng=es&tlng=en.

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*, 27(1), 1-11. <https://doi.org/10.1590/0104-07072018000370014>

Escobar, E., Soria, B., López, G., & Peñafiel, D. (2018). Manejo de estrés académico. *Revista: Atlante. Cuadernos de Educación y Desarrollo*. <https://www.eumed.net/rev/atlante/2018/08/estres-academico.html>

Freitas, P. H. B., Meireles, A. L., Ribeiro, I. K. S., Abreu, M. N. S., Paula, W., & Cardoso, C. S. (2023). Síntomas de depresión, ansiedad y estrés en estudiantes del área de la salud e impacto en la calidad de vida. *Revista Latinoamericana de Enfermagem*, 31, e3884. <https://doi.org/10.1590/1518-8345.6315.3886>

Gallego, Y., Gil, S., & Sepúlveda, M. (2018). *Revisión teórica de eustrés y distreses definidos como reacción hacia los factores de riesgo psicosocial y su relación con las estrategias de afrontamiento*. [Trabajo de grado, Universidad CES]. <https://repository.ces.edu.co/bitstream/handle/10946/4229/Revisi%c3%b3n%20te%c3%b3rica%20de%20eustr%c3%a9s%20y%20distr%c3%a9s%20definidos%20como%20reacci%c3%b3n%20hacia%20los%20factores%20de%20riesgo>



UNIVERSIDAD
SANTOTOMÁS
—SEDE PRINCIPAL BOGOTÁ—

[go%20psicosocial%20y%20su%20relaci%3%b3n%20con%20las%20estrategias%20de%20afrentamientopdf?sequence=1&isAllowed=y](#)

Garbanzo, G. M. (2012). Factores asociados al rendimiento académico en estudiantes universitarios, una reflexión desde la calidad de la educación superior pública. *Revista Educación*, 31(1), 43–63. <https://doi.org/10.15517/revedu.v31i1.1252>

García, 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*, 13(25), 1-9. <https://doi.org/10.23913/ride.v13i25.1238>

Grasso, P. (2020). Rendimiento académico: un recorrido conceptual que aproxima a una definición unificada para el ámbito. *Revista de educación*, 1, 89-104. <https://api.semanticscholar.org/CorpusID:219659970>

Guzmán, C. A., Bustos, N. C., Zavala, S. W., & Castillo, J. L. (2022). Inventario SISCO del estrés académico: revisión de sus propiedades psicométricas en estudiantes universitarios. *Terapia psicológica*, 40(2), 197-211. <https://dx.doi.org/10.4067/S0718-48082022000200197>

Gusqui, B. K. M., & Galárraga, A. A. S. (2023). Análisis 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>



UNIVERSIDAD
SANTOTOMÁS
—SEDE PRINCIPAL BOGOTÁ—

Gutiérrez, H. A. M., & Amador, M. M. E. (2016). Estudio Del Estrés En El Ámbito Académico Para La Mejora Del Rendimiento Estudiantil. *Quipukamayoc*, 24(45), 23–28. <https://doi.org/10.15381/quipu.v24i45.12457>

Gutiérrez, Y. F., Londoño, K. F., & Mazo, R. (2009). *Diseño y validación del inventario de estrés académico en estudiantes de pregrado de la Universidad Pontificia Bolivariana de Medellín*. [Trabajo de grado no publicada, Universidad Pontificia Bolivariana].

Hernández, S. R., Fernández, C. C., & Baptista, L. P. (2014). Metodología de la investigación (6a ed.). México D.F, McGraw-Hill. <https://www.esup.edu.pe/wp-content/uploads/2020/12/2.%20Hernandez,%20Fernandez%20y%20Baptista-Metodolog%C3%ADa%20Investigacion%20Cientifica%206ta%20ed.pdf>

Jiménez, M. (2000). Competencia social: intervención preventiva en la escuela. *Infancia y Sociedad: Revista de estudios*, 24, 21-48. https://www.researchgate.net/profile/Manuel-Jimenez-21/publication/259442484_Competencia_social_intervencion_preventiva_en_la_escuela/links/54461db60cf2d62c304da000/Competencia-social-intervencion-preventiva-en-la-escuela.pdf

Lamas, H. (2015). Sobre el rendimiento escolar. *Propósitos y Representaciones*, 3(1), 313-386. <http://dx.doi.org/10.20511/pyr2015.v3n1.74>

Luque, V. O. M., Bolívar, E. N., Achahui, V. E., & Gallegos, J. R. (2022). Estrés académico en estudiantes universitarios frente a la educación virtual asociada



UNIVERSIDAD
SANTOTOMÁS
—SEDE PRINCIPAL BOGOTÁ—

al covid-19. *Puriq: Revista de Investigación Científica*, 4(1), e200.
<https://doi.org/10.37073/puriq.4.1.200>

Martín, I. M. (2007). Estrés Académico en Estudiantes Universitarios. *Apuntes de Psicología*, 1(25), 87-99.
<https://www.apuntesdepsicologia.es/index.php/revista/article/view/117>

Moya, L. I. N., Barreno, L. J. S., & Álvarez, M. M. A. (2023). Estrés académico y adaptación a la universidad en estudiantes de primer semestre de una universidad pública en Ecuador. *LATAM Revista Latinoamericana De Ciencias Sociales Y Humanidades*, 4(4), 247–262.
<https://doi.org/10.56712/latam.v4i4.1212>

Naranjo, P. M. L. (2009). Una revisión teórica sobre el estrés y algunos aspectos relevantes de éste en el ámbito educativo. *Revista Educación*, 33(2), 171–190.
<https://doi.org/10.15517/revedu.v33i2.511>

Oliveras, M. (2023, Julio 06). *¿Qué es el estrés?* topdoctors.es/diccionario-medico/estres#

Organización Mundial de la Salud. (2023). *¿Qué es el estrés?*
<https://www.who.int/es/news-room/questions-and-answers/item/stress>

Real Academia Española (2017). *Definición de rendimiento*.
<https://dle.rae.es/?id=VwxnN6O>



UNIVERSIDAD
SANTOTOMÁS
—SEDE PRINCIPAL BOGOTÁ—

- Rivas, S. H. (2022). Estrés, ansiedad y rendimiento académico. *Revista Cubana de Medicina Militar*, 51(4), e02202149. <https://revmedmilitar.sld.cu/index.php/mil/article/view/2149>
- Román, C. A., Ortiz, F., & Hernández, Y. (2008). El estrés académico en estudiantes latinoamericanos de la carrera de Medicina. *Revista Iberoamericana de Educación*, 7(46). <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2733042>
- Salavarieta, D. A. M., Cáceres, G. S. C., & Ballesteros, G. H. P. (2010). Validación del inventario SISCO del estrés académico y análisis comparativo en adultos jóvenes de la Universidad Industrial de Santander y la Universidad Pontificia Bolivariana, Seccional Bucaramanga, Colombia. *Praxis investigativa ReDIE: revista electrónica de la Red Durango de Investigadores Educativos*, 2(3), 26-42. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6534519>
- Trucco, M. (2002). Estrés y trastornos mentales: aspectos neurobiológicos y psicosociales. *Revista chilena de neuro-psiquiatría*, 40(Supl. 2), 8-19. <https://dx.doi.org/10.4067/S0717-92272002000600002>
- Vega, M. A. J., & Martínez. F. R. (2022). Patrones de aprendizaje, estrés académico y rendimiento en universitarios de primer curso: un estudio exploratorio. *Educación y género: Experiencias desde las pedagogías feministas en el campo de la educación*, 59(1), 1-10. <https://educar.uab.cat/article/view/v59-n1-vega-et-al>



UNIVERSIDAD
SANTOTOMÁS
—SEDE PRINCIPAL BOGOTÁ—

Vidal, C. J., Muntaner, M. A., & Palou S, P. (2018). Diferencias de estrés y afrontamiento del mismo según el género y cómo afecta al rendimiento académico en estudiantes universitarios. Contextos Educativos. *Revista De Educación*, (22), 181–195. <https://doi.org/10.18172/con.3369>