



DOI: https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i1.5202

Factores sociodemográficos asociados al estrés en estudiantes de psicología de una universidad peruana

Lady Yanide Medina Oliva

Lmedinaoliva@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0003-1830-3985>

Universidad César Vallejo
Perú

Rosa Ydray Negrón Zare

rosanegronzare@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0003-4036-2746>

Universidad César Vallejo
Perú

RESUMEN

El objetivo de este estudio fue determinar la relación de los factores sociodemográficos asociados al estrés en estudiantes de psicología de una universidad peruana. Se aplicó el Inventario de Estrés Académico SISCO en una muestra representativa de 214 estudiantes de una universidad pública en el año 2022. Se usó una ficha de datos sociodemográficos, también el estadístico Chi-cuadrado. Para analizar la correlación entre el estrés y la edad, sexo y ciclo académico se utilizó la prueba Chi-cuadrado.

Los resultados demostraron que los estudiantes presentaron estrés moderado de 88.8%, el sexo femenino presentó estrés fuerte de 64%, las edades de 19 a 22 años presentaron un 52.3% de estrés fuerte, el primer ciclo de estudios presentó un nivel fuerte de estrés de 39.3%. Las variables que se asociaron significativamente fueron el sexo ($p=.017$) y la edad ($p=.000$). Se concluye que el estrés académico es un problema relevante en la población de estudio, por lo tanto, se debe implementar estrategias para evitar la desaprobación y/o deserción durante su etapa universitaria.

Palabras clave: estrés; estudiantes; universidad

Correspondencia: Lmedinaoliva@gmail.com

Artículo recibido: 15 noviembre 2022. Aceptado para publicación: 15 diciembre 2022.

Conflictos de Interés: Ninguna que declarar

Todo el contenido de **Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar**, publicados en este sitio están disponibles bajo

Licencia [Creative Commons](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/) 

Como citar: Medina Oliva, L. Y., & Negrón Zare, R. Y. (2023). Factores sociodemográficos asociados al estrés en estudiantes de psicología de una universidad peruana. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 6(6), 14172-14185. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i1.5202

Sociodemographic factors associated with stress in psychology students at a Peruvian university

ABSTRACT

The objective of this study was to determine the relationship of sociodemographic factors associated with stress in psychology students from a Peruvian university. The SISCO Academic Stress Inventory was applied to a representative sample of 214 students from a public university in the year 2022. A sociodemographic data sheet was used, as well as the Chi-square statistic. To analyze the correlation between stress and age, sex and academic cycle, the Chi-square test was used.

The results showed that the students presented moderate stress of 88.8%, the female sex presented strong stress of 64%, the ages of 19 to 22 years presented a 52.3% of strong stress, the first cycle of studies presented a strong level of stress of 39.3%. The variables that were significantly associated were sex ($p=.017$) and age ($p=.000$). It is concluded that academic stress is a relevant problem in the study population, therefore, strategies must be implemented to avoid disapproval and/or desertion during their university stage.

Keywords: *stress; students; university*

INTRODUCCIÓN

Los estudiantes universitarios presentan cambios en su vida a nivel emocional, fisiológico, conductual y cognitivo, porque es una etapa en la que enfrentan desafíos académicos, profesionales y personales, el nuevo estilo de vida (Pérez et al., 2021); se incrementa la labor de prácticas de tipo asistencial como es el caso de universitarios que estudian carreras de salud como la psicología (Llorente et. al, 2020), por lo tanto, pueden desarrollar estrés afectando su desempeño académico.

El estrés es una forma de respuesta que tiene una persona ante situaciones que sienten que son amenazas de su bienestar, la capacidad de afronte depende de la actitud, respuesta emocional y fisiológica, la interacción ambiental (Amaro et. al, 2022). El estrés aparece cuando existe un desequilibrio entre el ambiente y los recursos de afronte (Lazarus y Folkman, 1986, citado en Amaro et. al, 2022).

El estrés académico es la experiencia que el estudiante tiene por la presión académica que afectar su salud y bienestar (Martín, 2007, citado en Amaro et. al, 2022). Existe mayor prevalencia en que los estudiantes presentan mayor estrés académico cuando aumentan el ciclo de estudios, se enfrentan a mayor carga académica y a la transición de la vida universitaria causando afectación psicológica, fisiológica, cognitiva pudiendo causar una desmotivación (Calderón y Gustems, 2020).

Los universitarios que estudian las carreras médicas les afecta aún más, no solo por enfrentar la vida en la universidad, sino por otros estresores como la carga académica, falta de tiempo y la influencia de las evaluaciones; ocasionando un bajo desempeño académico, satisfacción, salud y calidad en la vida (Huby et. al, 2016; Reisbing et. al, 2012; Puertas et. al, 2020 citado en Sotelo et. al, 2023). Los síntomas clínicos que se presentan con mayor frecuencia es la preocupación, cefalea, ansiedad, problemas del sueño, dificultad en la concentración y en las actividades académica. La capacidad de afronte que los estudian utilizan es el desarrollo de tareas, la capacidad de asertividad, ver televisión; sin embargo, no elimina el equilibrio o los síntomas (Pérez et. al, 2020).

Este estudio se justifica de conveniencia porque los resultados obtenidos de la investigación se utilizarán para investigaciones posteriores, que los estudiantes presenten menor estrés y tengan un mejor desempeño en la etapa universitaria. Tiene importancia social porque se conocerá la prevalencia del estrés académico y aspectos

sociodemográficos que presentan los estudiantes. Asimismo, presenta relevancia a nivel práctico, porque a través de este estudio se identificará la sintomatología del estrés para que los estudiantes desarrollen bienestar emocional y en su salud, logrando obtener un mejor aprendizaje, un mejor desempeño en sus estudios y culminen su etapa universitaria. Tiene un aporte a nivel teórico porque los resultados obtenidos aportarán y contrastan a los modelos teóricos que fundamentan la investigación. A nivel metodológico, el instrumento utilizado es válido y adaptado al contexto y empleado para investigaciones referentes.

Por todo lo antes mencionado surge la pregunta de investigación: ¿Cuál es la relación de los factores sociodemográficos asociados al estrés en estudiantes de psicología de una universidad peruana?

La hipótesis de estudio es que los factores sociodemográficos se asocian significativamente al estrés en estudiantes de psicología de una universidad peruana.

Por lo tanto, el objetivo de este estudio fue determinar la relación de los factores sociodemográficos asociados al estrés en estudiantes de psicología de una universidad peruana.

Dentro de las teorías que se basan el estrés académico, el enfoque psicobiologista menciona que el estrés es una respuesta o estímulo, cuyos estresores son el poco tiempo para las tareas o la presión de las evaluaciones. El enfoque psicológico cognitivista se basa en la Teoría del Modelo transaccional del estrés donde el individuo evalúa y valora la situación ambiental, personal y social que considera que le genera mayor estrés. El Modelo Sistémico Cognitivista, refiere que el estrés académico unifica el modelo de estresores, evaluación de los procesos cognitivos y las estrategias de afrontamiento frente a las demandas ambientales y personales. Sin embargo, los dos primeros enfoques explican al estrés como causas no del aspecto emocional, social ni psicológico. El tercer enfoque transaccional define al estrés desde un aspecto integral, definen al estrés como un estado de cambio que surge ante la demanda exigente a causa de la experiencia del proceso educativo (Barradas, 2017).

Factores sociodemográficos asociados al estrés en estudiantes de psicología de una universidad peruana

Avalos, et al. (2021), el propósito de su estudio fue comparar estresores académicos, nivel de estrés y estrategias de afrontamiento en universitarios en tiempo de pandemia por COVID 19, entre estudiantes universitarios durante la pandemia del COVID 19 con una muestra de 197 varones y 568 mujeres, de los cuales, el 65,9% presentaba estrés moderado y se encontró una asociación significativa en la variable presentada, entre estrés, sexo ($t=7.51$, $p=.00$) y área temática ($F=3.44$, $p=.00$).

Barraza, et al. (2019) determinaron el nivel de estrés académico en 93 estudiantes universitarios con las variables género, edad, semestre de estudio, relaciones afectivas, desayuno, tabaquismo, actividad física y menstruación, y obtuvieron los siguientes resultados: de 0 a 33% presentaron estrés leve; de 34% a 66% mostró estrés moderado; del 67% a 100% un presentaron estrés profundo, los resultados arrojaron un valor de $p-.033$ (sig. .377) y de $p.035$ (sig. .369), concluyendo que no existe relación significativa entre las variables edad, sexo y el estrés académico.

Carreón, et al. (2022) evaluaron la relación entre el estrés académico y las características académicas y sociodemográficas durante el período de cuarentena por COVID-19 en 690 en estudiantes universitarios, con una prevalencia del 23.3%, de estrés académico severo y encontraron que la variable estrés académico se asoció significativamente con el sexo ($p=.000$), las mujeres fueron las más afectadas y se asociaron con el periodo académico ($p=0.031$), familiares con la enfermedad ($p=.000$), y contacto con pacientes con diagnóstico sospechoso o confirmado de Covid-19 ($p=.001$), sugiriendo demasiado bajo una relación entre el estrés académico y el promedio escolar ($r_s=0.100$, sig.=0.008).

Cassaretto, et al. (2021) describieron el estrés académico en 1.801 estudiantes con variables sociodemográficas, académicas, conductuales y dimensiones del estrés, de los cuales el 38.3% presentó niveles moderados y los estudiantes de 18 a 20 años ($M = 2.66$, $DE = .71$), quienes presentaron mayor prevalencia los síntomas de estrés se compararon con los mayores de 20 años ($M = 2.49$, $DE = .71$).

Castillo, et al. (2018), cuyo estudio incluyó un análisis del estrés académico entre 587 estudiantes, resultando que el 42% de los estudiantes presenta estrés moderado y el 47,7% presenta niveles altos o moderados de respuestas físicas, fisiológicas y conductuales; en cuanto al nivel de estrés académico, como lo indica el 45.9% de los

estudiantes del séptimo lugar y el 44.2% de los estudiantes del segundo lugar se muestran muy preocupados. Por otro lado, estudiantes de primer año tienen menos estrés.

Asenjo, et al. (2021)) tuvo como objetivo determinar el nivel de estrés de 122 estudiantes de una universidad peruana durante la pandemia de Covid-19, y los resultados obtenidos mostraron altos niveles de estrés tanto en mujeres (51,7%) como en hombres (48.6%), en cuanto a los estresores, tanto las mujeres (64.4%) como los hombres (77.2%) fue severo, y en cuanto a los síntomas, las mujeres (42.5%) y los hombres (48.6%) y los resultados estuvieron significativamente más relacionados con sus estrategias de afrontamiento obtuvieron resultados severos tanto para mujeres(62.1%) y varones (60%). Llegaron a la conclusión de que presentaron nivel de estrés severo general y en sus dimensiones.

Estrada, et al. (2021), el objetivo de su estudio fue determinar el nivel de estrés académico en estudiantes de una universidad peruana durante el confinamiento por COVID-19 en 172 estudiantes, los cuales evidenciaron presentar altos niveles de estrés académico con un 47.1%, se encontró que el 62.8% presentó un nivel en la dimensión estresores, respecto a la dimensión síntomas obtuvieron un 44.2% presentaron nivel moderado, en la dimensión estrategias de afrontamiento obtuvieron un 40.1% ubicando en el nivel moderado y se determinó que esta variable está correlacionada significativamente con el sexo, el grupo de edad y el año de estudio ($p=0.0001$). Concluyendo que los estudiantes menores de 26 años predominan mayor estrés moderado y alto, los universitarios que cursan el primer y quinto año de estudios mostraron un nivel alto de estrés.

METODOLOGÍA

La investigación es cuantitativa porque permitió comprobar la hipótesis planteada utilizando el método estadístico de acuerdo a la revisión teórica; es un estudio descriptivo porque estudió la prevalencia del estrés académico según las características demográficas; no experimental, correlacional permitió el nivel de relación de dos variables sin manipularlas; transversal porque investigará la relación de la frecuencia y características de la exposición de la enfermedad (Villanueva, 2022). La población muestral incluye a 214 estudiantes a los que se les aplicó el Inventario de Estrés

Factores sociodemográficos asociados al estrés en estudiantes de psicología de una universidad peruana

Académico SISCO y una ficha sociodemográfica. Se utilizó el muestreo no probabilístico por conveniencia.

Para recolectar la información se empleó la técnica de encuesta y el instrumento del Inventario de Estrés Académico SISCO SV, adaptado y usado al contexto de COVID-19, elaborado por Alania et al. (2020) que se basa en el estudio realizado por Barraza (2007). Se realizó la validez de contenido por juicio de expertos, cuyos resultados son significativos en todos sus ítems. Se evaluó la confiabilidad mediante el estadístico de Alpha de Cronbach, su resultado general fue superior de 0.9555, en sus dimensiones 0.951, 0.932 y 0.958; concluyendo que se tiene una adecuada validez y confiabilidad.

La ficha sociodemográfica fue elaborada para recopilar la información de edad, sexo y el ciclo de estudios en curso.

Los criterios de inclusión fueron los estudiantes que desearon participar y aceptaron el consentimiento informado. Se excluyeron los estudiantes que no asistieron de forma regular a clases.

Para el análisis de los datos se empleó el programa SPSS, versión 26. Posteriormente, se utilizó la estadística descriptiva y luego se realizó el análisis correlacional mediante las pruebas estadísticas rho de Spearman y t de Student.

Las consideraciones éticas utilizadas fueron el respeto, porque los estudiantes participaron de forma voluntaria e informada porque se utilizó el consentimiento informado; la beneficencia y no maleficencia buscar el bienestar de los universitarios evitando perjudicar a los investigados; permitiendo un trato justo y equitativo de los participantes; los datos obtenidos permitirán una integridad científica porque los resultados ayudarán a que los estudiantes mejoren a nivel académico y profesional; el estudio se realizó con responsabilidad porque los resultados serán con fines de investigación (Ames y Merino, 2019).

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Resultados

De acuerdo a los datos de los factores sociodemográficos obtenidos, se obtuvo que 71% de participantes pertenecen al sexo masculino y el 29 % al femenino, el 57% tienen entre 19 a 22 años, seguido por un 29.9% de 23 a más, solo el 13.1% pertenece a un rango de

edad hasta los 18 años. Se observa que el 41.1% pertenece del I al V ciclo de estudios, el 38.8% pertenece del VII al IX, el 20.1% se encontraba en el X y XI ciclo de estudios.

Tabla 1

Factores sociodemográficos

| Variable | n | % |
|-------------------|-----|------|
| Sexo | | |
| Masculino | 152 | 71 |
| Femenino | 62 | 29.0 |
| Edad | | |
| Hasta 18 | 28 | 13.1 |
| 19 a 22 | 122 | 57.0 |
| 23 a más | 64 | 29.9 |
| Ciclo de estudios | | |
| I al V | 88 | 41.1 |
| VII al IX | 83 | 38.8 |
| X y XI | 43 | 20.1 |

En la tabla 2, se observa que los estudiantes de sexo masculino presentaron un 64% de nivel fuerte de estrés académico; mientras que las estudiantes de sexo femenino presentaron un 24,8% de nivel fuerte de estrés académico. Para conocer la relación entre sexo y estrés académico se obtuvo mediante el test Chi-Cuadrado, observándose que el valor de prueba $X^2(2.214) = 2.373$, $p > .05$ concluyéndose que no existe relación significativa entre el nivel de estrés académico y sexo, es decir se puede determinar que el estrés está presente en ambos sexos.

Tabla 2

Relación entre el nivel de estrés académico y sexo

| Sexo | Estrés académico | | | | | | Total | |
|-----------|------------------|-----|----------|-----|--------|------|-------|-------|
| | Leve | | Moderado | | Fuerte | | n | % |
| | n | % | n | % | n | % | | |
| Femenino | 1 | 0.5 | 14 | 6.5 | 137 | 64.0 | 152 | 71 |
| Masculino | 2 | 0.9 | 7 | 3.3 | 53 | 24.8 | 62 | 29.0 |
| Total | 3 | 1.4 | 21 | 9.8 | 190 | 88.8 | 214 | 100.0 |

Nota: $X^2 = 2.373$; $p = .305 > .05$.

En la tabla 3, se observa la prevalencia según edad de los estudiantes. Los estudiantes que tienen entre 19 a 22 años se caracterizaron por presentar un 52.3% de nivel fuerte de estrés académico; mientras que los estudiantes que tienen hasta los 18 años se

Factores sociodemográficos asociados al estrés en estudiantes de psicología de una universidad peruana

caracterizaron por presentar un 13.1% de nivel fuerte de estrés académico. Para conocer la relación entre edad y estrés académico se obtuvo mediante el test Chi-Cuadrado, observándose que el valor de prueba $X^2(4, 214) = 12.078$, $p < .05$ concluyéndose que, si existe relación significativa entre el nivel de estrés académico y edad, es decir se puede determinar que el estrés académico predomina en el grupo etario de 19 a 22 años.

Tabla 3

Relación entre el nivel de estrés académico y edad

| Edad (años) | Estrés académico | | | | | | Total | |
|-------------|------------------|-----|----------|-----|--------|------|-------|-------|
| | Leve | | Moderado | | Fuerte | | | |
| | n | % | n | % | n | % | n | % |
| Hasta 18 | 0 | 0.0 | 0 | 0.0 | 28 | 13.1 | 28 | 13.1 |
| 19 a 22 | 1 | 0.5 | 9 | 4.2 | 112 | 52.3 | 122 | 57.0 |
| 23 a más | 2 | 0.9 | 12 | 5.6 | 50 | 23.4 | 64 | 29.9 |
| Total | 3 | 1.4 | 21 | 9.8 | 190 | 88.8 | 214 | 100.0 |

Nota: $X^2 = 12.078$; $p = .017 > .05$.

En la tabla 4, se observa la prevalencia según ciclo de estudios de los estudiantes. Los estudiantes del I al V se caracterizaron por presentar un 39.3% de nivel fuerte de estrés académico; mientras que los estudiantes X y XI se caracterizaron por presentar un 13.1% de nivel fuerte de estrés académico. Para conocer la relación entre el estrés académico y su ciclo de estudios se obtuvo mediante el test Chi-Cuadrado, observándose que el valor de prueba $X^2(4, 214) = 31.015$, $p < .05$ concluyéndose que, si existe relación significativa entre el nivel de estrés académico y ciclo, es decir se puede determinar que el estrés académico es predominante en los estudiantes del I al V ciclo de estudios.

Tabla 4

Relación entre el nivel de estrés académico y ciclo de estudios.

| Ciclo | Estrés académico | | | | | | Total | |
|-----------|------------------|-----|----------|-----|--------|------|-------|-------|
| | Leve | | Moderado | | Fuerte | | | |
| | n | % | n | % | n | % | n | % |
| I al V | 1 | 0.5 | 3 | 1.4 | 84 | 39.3 | 88 | 41.1 |
| VII al IX | 0 | 0.0 | 5 | 2.3 | 78 | 36.4 | 83 | 38.8 |
| X y XI | 2 | 0.9 | 13 | 6.1 | 28 | 13.1 | 43 | 20.1 |
| Total | 3 | 1.4 | 21 | 9.8 | 88 | 190 | 214 | 100.0 |

Nota: $X^2 = 31.015$; $p = .000 > .05$.

El estudio se realizó con 214 estudiantes de psicología de diferentes ciclos académicos, el 71% fueron de sexo femenino y un 23% de sexo masculino. El nivel de estrés académico en la dimensión estresores fue moderado en mujeres (40.2%) y varones (22.9%), observándose en el valor de prueba $X_c^2(2, 214) = 15.712$, $p < .05$, concluyendo que si existe relación entre sexo y estresores. En la dimensión síntomas fue leve en mujeres (57.5%) y leve en varones (24.3%), observándose en el valor de prueba $X_c^2(2, 214) = 3.473$, $p > .05$, concluyendo que no existe relación entre sexo y síntomas. Y en la dimensión estrategias de afrontamiento fue severo en mujeres (44.9%) y varones (19.2%), observándose en el valor de prueba $X_c^2(2, 214) = 1.600$, $p > .05$, concluyendo que no existe relación entre sexo y estrategias.

Tabla 5.

Nivel de estrés académico según dimensiones en estudiantes de psicología

| Dimensiones | Femenino | | Masculino | |
|------------------------------|----------|------|-----------|------|
| | n | % | n | % |
| Estresores | | | | |
| Nivel leve | 3 | 1.4 | 4 | 1.9 |
| Nivel moderado | 86 | 40.2 | 49 | 22.9 |
| Nivel severo | 63 | 29.4 | 9 | 4.2 |
| Síntomas | | | | |
| Nivel leve | 123 | 57.5 | 52 | 24.3 |
| Nivel moderado | 21 | 9.8 | 10 | 4.7 |
| Nivel severo | 8 | 3.7 | 0 | 0.0 |
| Estrategias de afrontamiento | | | | |
| Nivel leve | 7 | 3.3 | 5 | 2.3 |
| Nivel moderado | 96 | 44.9 | 41 | 19.2 |
| Nivel severo | 49 | 22.9 | 16 | 7.5 |

Nota: Dimensión Estresores $X^2 = 15.712$; $p = .000 > .05$., Dimensión Síntomas $X^2 = 3.473$; $p = .176 > .05$, Dimensión Estrategias de afrontamiento $X^2 = 1.600$; $p = .449 > .05$.

Discusión

La transición de la etapa escolar a la vida universitaria genera cambios ante las nuevas demandas académicas que puede generar que los estudiantes presenten estrés (Restrepo et al., 2020). Estos resultados hacen referencia a los hallazgos de esta investigación que el 88.8% de estudiantes presentaron nivel fuerte de estrés académico a causa de estresores principales como la carga académica, la limitación del tiempo para el desarrollo de actividades académicas o para el estudio de los exámenes (Sotelo et al., 2023). Coincidiendo con la teoría transaccional acerca del estrés, un estudio integral, dónde la persona realiza una evaluación cognitiva del estímulo y respuesta frente a las demandas de su entorno académico y/o laboral (Barradas, 2017). Asimismo, se encontraron resultados reportados en el estudio de Avalos, et al. (2021) dónde los estudiantes presentaron un 65.9% de estrés moderado. Y se relaciona con los resultados de Carreón, et al. (2022) dónde los universitarios obtuvieron un 23.3%, de estrés académico severo. Los resultados coinciden con el estudio de Cassaretto, et al. (2021) dónde encontraron que el 38.3% presentaron niveles moderados. Castillo, et al. (2018), 42% de los estudiantes presenta estrés moderado.

En relación a los resultados a la asociación de las variables estrés académico y características sociodemográficas. En relación a la asociación de las variables estrés académico y sexo, dónde tanto hombres y mujeres niveles fuerte de estrés académico. Se encontraron resultados similares a Asenjo, et al. (2021) dónde lo estudiantes presentaron niveles altos niveles de estrés tanto en mujeres (51.7%) como en hombres (48.6%).

Respecto a la relación edad y estrés académico, se identificó que existe una asociación significativa, se encontró que los estudiantes que tienen entre 19 a 22 años obtuvieron un 52.3% de nivel fuerte de estrés académico. Se encontraron resultados similares a Cassaretto, et al. (2021) evidenciaron que los estudiantes de 18 a 20 años presentaron nivel fuerte de estrés.

Otro resultado revelador indica que el estrés académico se relaciona significativamente con el ciclo de estudios, dónde se obtuvo que los estudiantes del I al V se caracterizaron presentaron un 39.3% de nivel fuerte de estrés académico. Se encontraron resultados similares a Estrada, et al. (2021), dónde los universitarios menores de 26 años

evidenciaron tener estrés moderado y alto. Asimismo, se relaciona a los resultados obtenidos por Calderón y Gustems (2020), dónde los estudiantes presentan prevalencia de estrés académico cuando tienen mayor ciclo de estudios.

Se pudo observar que se encontraron asociación significativa entre sexo y la dimensión estresores, dónde los estudiantes obtuvieron nivel moderado en mujeres (40.2%) y varones (22.9%). Los resultados coinciden con Asenjo, et al. (2021) dónde las mujeres (64.4%) y los hombres (77.2%) presentan nivel severo de estrés académico.

Finalmente, las limitaciones de la investigación fueron que se debió considerar otras variables sociodemográficas como estado civil, lugar de procedencia, el número de cursos matriculados en el semestre, consumo de sustancias psicoactivas, actividad física, ocupación, si trabajan y/o estudian. Asimismo, incluir variables como el nivel socioeconómico y las características académicas. Por lo tanto, se recomienda que los futuros investigadores incluyan estas variables y ampliar la mayor cantidad de la muestra con la finalidad de generalizar los resultados.

CONCLUSIONES

El inicio a la vida universitaria genera desafíos que puede desencadenar el estrés, asociando la influencia de la edad, sexo y el ciclo de estudios.

Se concluyó que los estudiantes presentan nivel fuerte de estrés académico. Y las variables sociodemográficas como la edad y ciclo de estudios se asocian significativamente con el estrés académico. Por lo tanto, las autoridades académicas deben realizar estudios para identificar los niveles de estrés como una medida de prevención reduciendo los efectos negativos que pueden causar el estrés y deben poner mayor énfasis en estrategias de intervención como la implementación programas preventivos en todos los ciclos de estudios, para que los estudiantes pueden disminuir el estrés académico y logren desarrollar estrategias de afrontamiento para el logro del equilibrio emocional y bienestar de su salud física evitando el bajo rendimiento académico y la deserción estudiantil.

LISTA DE REFERENCIAS

- Amaro, A., Vidal, F. y Da Silva, L. (2022). *Psicología, Sociología y Sociedad*. Editorial Aranzadi. <https://acortar.link/6Ab6WS>
- Ames, P. y Merino, F. (2019). *Cuaderno de Trabajo N° 52. Reflexiones y lineamientos para una investigación ética en ciencias sociales*. Editorial Pontificia Universidad Católica del Perú.
- Asenjo-Alarcón, J. A., Linares-Vásquez, O., y Díaz-Dávila, Y. Y. (2021). Nivel de estrés académico en estudiantes de enfermería durante la pandemia de COVID-19. *Revista Peruana de Investigación En Salud*, 5(2), 59–66. <https://doi.org/10.35839/repis.5.2.867>
- Avalos Latorre, M. L., y Trujillo Martínez, F. (2021). Variables involucradas con el estrés académico y el afrontamiento en universitarios durante el confinamiento por covid-19. *Psicología Iberoamericana*, 29(3), e293331. <https://doi.org/10.48102/pi.v29i3.331>
- Barradas, M.E. (2017). *¡Auxilio! ¡Tengo Estrésss! Soy Profesor: ¡Y Yo También, Y Soy Estudiante!*. Editorial Palibrio. <https://acortar.link/fR4pI3>
- Barraza, A., González, L., Garza, A., y Cázares, F. (2019). El estrés académico en alumnos de odontología. *Revista Mexicana De Estomatología*, 6(1), 12 - 26. <https://www.remexesto.com/index.php/remexesto/article/view/236>
- Calderón, C. y Gustems, J. (2020). Gestión del tiempo en Educación Superior. Prácticas de eficiencia y procrastinación. Edicions de la Universitat de Barcelona. <https://acortar.link/8j71au>
- Carreón, C., De los Reyes, L., y Vázquez, M. (2022). Estrés académico en estudiantes de enfermería durante la pandemia de COVID-19. *Revista Salud Y Cuidado*, 1(1), 27-40. <https://doi.org/10.36677/saludycuidado.v1i1.18237>
- Cassaretto, M., Vilela, P., y Gamarra, L. (2021). Estrés académico en universitarios peruanos: importancia de las conductas de salud, características sociodemográficas y académicas. *Liberabit*, 27(2), 1-18. <https://dx.doi.org/10.24265/liberabit.2021.v27n2.07>
- Castillo, I. Y., Barrios, A., y Alvis, 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>

- Estrada, E. G.; Mamani, M.; Gallegos, N. A.; Mamani, H. J.; Zuloaga, M. C. (2021). Estrés académico en estudiantes universitarios peruanos en tiempos de la pandemia del COVID-19. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 40(1), 88-97. <https://www.redalyc.org/journal/559/55971233016/55971233016.pdf>
- Llorente, Y.J., Herrera, J. L., Hernández, D. Y., Padilla, M. y Padilla, C. I. (2020). Estrés académico en estudiantes de un programa de Enfermería - Montería 2019. *Revista Cuidarte*, 11(3). <https://doi.org/10.15649/cuidarte.1108>
- Pérez, M., Hernández Rojas, Y., y Santiesteban Leyva, E. (2021). Estrés académico en estudiantes de nuevo ingreso de Licenciatura en Psicología de la Universidad de Holguín, Cuba. *Delectus*, 4(1), 32–38. <https://doi.org/10.36996/delectus.v4i1.99>
- Restrepo, J., Sánchez, O. y Castañeda Quirama, T. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Revista Psicoespacios*, 14 (24): 23-47, DOI: 10.25057/21452776.1331
- Rodríguez, E., y Sánchez, M. A. (2022). Estrés académico en estudiantes de Ciencias de la Salud en la modalidad de educación a distancia en tiempos de Covid-19. *Revista de estudios y experiencias en educación*, 21(45), 51-69. <https://dx.doi.org/10.21703/0718-5162.v21.n45.2022.003>
- Silva, M. F., López, J. J., Sánchez, O., González, P. (2019). Estrés académico en estudiantes de Licenciatura en Enfermería. *Revista Científica de Enfermería – Recien*, 18, 25-39. <https://doi.org/10.14198/recien.2019.18.03>
- Silva, M., López, J., y Columba, M. (2020). Estrés académico en universitarios. *Revista Investigación y Ciencia*, 28(79), 75–83. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=67462875008>
- Silva, M. F., López, J. J., y Meza, M. E. C. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Investigación y Ciencia de La Universidad Autónoma de Aguascalientes*, (79), 75–83. <https://doi.org/10.33064/iycuaa2020792960>
- Sotelo, M.A., Echevarria, S.B., Fernández, M.T. y Ochoa, E. (2023). *Desarrollo de los estudiantes: Procesos Motivacionales en la vida escolar*. Editorial Fontamara. <https://books.google.com.pe/books?id=zgKvEAAAQBAJ&printsec=frontcover#v=onepage&q&f=false>
- Villanueva, F.J. (2022). *Metodología de la investigación*. Editorial Klik soluciones educativas. <https://acortar.link/gogbw8>