



DOI: <https://doi.org/10.46296/yc.v5i8edespmar.0137>

RELACIÓN ENTRE: ESTRÉS, ANSIEDAD Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE PSICOLOGÍA CLÍNICA

RELATIONSHIP BETWEEN: STRESS, ANXIETY AND ACADEMIC PERFORMANCE IN CLINICAL PSYCHOLOGY STUDENTS

Cedeño-Meza Jorge Guillermo ¹; Maitta-Rosado Inger Solange ²;
Molina-Palma Sara Elizabeth ³

¹ Universidad Técnica de Manabí. Portoviejo, Ecuador. Correo: jorge.cedeno@utm.edu.ec.

² Universidad Técnica de Manabí. Portoviejo, Ecuador. Correo: inger.maitta@utm.edu.ec.

³ Universidad Técnica de Manabí. Portoviejo, Ecuador. Correo: smolina3996@utm.edu.ec.

Resumen

El objetivo de la investigación es relacionar el estrés, ansiedad y el rendimiento académico de estudiantes que cursan el último nivel de la carrera de Psicología Clínica, para desarrollar este proceso se aplicó el test de escala de Hamilton y que fue contrastado bajo la correlación de Pearson, mediante la exploración de datos se desarrollaron cuadros con márgenes de interpretación que infirieron con los siguientes resultados: las puntuaciones de los niveles de estrés y ansiedad son relativamente bajos, alcanzando niveles entre 140 y 180 sobre 560. Los resultados obtenidos concluyen que existe una correlación negativa leve entre estrés, ansiedad y rendimiento académico en los estudiantes.

Palabras claves: Estrés Académico, Ansiedad, Rendimiento Académico, Educación Superior.

Abstract

The objective of the research is to relate stress, anxiety and academic performance of students in the last level of the Clinical Psychology career, to develop this process the Hamilton scale test was applied and contrasted under Pearson's correlation, through data exploration tables were developed with interpretation margins that inferred with the following results: the scores of stress and anxiety levels are relatively low, reaching levels between 140 and 180 out of 560. The results obtained conclude that there is a slight negative correlation between stress, anxiety and academic performance in students.

Keywords: Academic Stress, Anxiety, Academic Performance, High Education.

Información del manuscrito:

Fecha de recepción: 07 de enero de 2021.

Fecha de aceptación: 19 de febrero de 2021.

Fecha de publicación: 29 de marzo de 2021.



1. Introducción

El rendimiento académico se destaca quizás como uno de los aspectos más importantes de la educación, por esta razón las calificaciones son un factor determinante para valorarlo. Estas, muchas veces exigen de parte de los estudiantes esfuerzo y dedicación, que podría derivar en una sobrecarga de trabajo y horas de estudio que pueden provocar estados de ansiedad y estrés (Navarro, 2003).

Desde el contexto educativo, la academia tradicionalmente ha estado relacionada al esfuerzo que debe hacer el estudiante para prepararse dentro de cualquier institución académica. Niveles de esfuerzo constantes podrían producir síntomas que afecten al rendimiento académico generando estrés y ansiedad, lo cual ocasionaría un efecto contrario de lo que se esperaría.

El estrés en estudiantes universitarios es una problemática compleja que es necesario estudiar de manera profunda, ya que genera repercusiones a nivel físico, emocional y psicológico debido a

que los estudiantes enfrentan cada vez más exigencias, desafíos y retos académicos (Silva, 2020).

En ciencias de la educación, se habla de estrés académico para referirse a la reacción normal que se presenta cuando el estudiante se ve enfrentado a las exigencias del entorno educativo (pruebas, trabajos, presentaciones, etc.). Este estrés es el que moviliza al estudiante, ayudándole a alcanzar metas y objetivos. No obstante, cuando se presentan demasiadas exigencias al mismo tiempo, el estudiante se ve sobrepasado y su rendimiento podría decaer (Parra, 2018).

Sarubbi de Rearte (2013), procura construir un estado situacional sobre este mecanismo del ritmo de vida, resaltando que los jóvenes estudiantes no están exentos de las presiones y urgencias de la vida cotidiana ya que las tareas, trabajos, exámenes, compromisos, reuniones con amigos, son eventos que un estudiante universitario realiza constantemente a lo largo de su aprendizaje. Tales aspectos llegan a tomar fuerza dentro del



diario vivir de los estudiantes, y en ciertos casos los incorporan como parte de la misma.

Zárate (2018), sostiene que el estrés académico es producto de la percepción negativa del estudiante frente a las demandas de su entorno, cuando le resultan angustiantes aquellas situaciones a las que se enfrenta durante su proceso formativo, se produce la pérdida de la capacidad para afrontarlas.

Los trastornos de estrés se han constituido en un fenómeno de elevada importancia para algunos científicos, que investigan la conducta humana, debido a que sus efectos tienen consecuencias tanto en la salud física y mental. Los mismos que pueden o no incidir en el rendimiento laboral y académico de la persona, perturbar el equilibrio emocional y desarrollar trastornos de personalidad, conflictos familiares y sociales. (Quito, 2017).

El conjunto de actividades que se realizan en la universidad, indispensables para superar los retos académicos, pueden convertirse en una importante fuente de estrés y ansiedad. Por

ello, para comprender el estrés académico es necesario tener en cuenta las condiciones sociales, económicas, familiares, culturales e institucionales de los estudiantes (Suárez, 2014).

El entorno educativo de las universidades, podría significar un conjunto de situaciones estresantes para el estudiante ya sea de forma transitoria o no, debido a la falta de control sobre dicho ambiente y debido a diversos factores implicados en el estrés tales como la edad, sexo, lugar de residencia, patrón de conducta, apoyo social, auto concepto académico, nivel de estudios (Águila, 2015). Es así como, dichas variables suelen estar implicadas en el desarrollo del estrés y también podrían considerarse como causas de las afecciones tanto en la vida personal como en el proceso formativo del estudiante.

Por otra parte, existen autores que describen al estrés como una característica positiva ya que posibilita a un óptimo rendimiento y superación del estudiante, permitiéndole sobrellevar los obstáculos y de esa forma lo



prepara para un afrontamiento adecuado de la vida.

Hans Selye indica que el estrés se puede asociar con estímulos o experiencias agradables y desagradables y cuando se afirma que un individuo sufre de estrés significa que es excesivo y que implica un sobreesfuerzo del organismo al tratar de sobreponerse al nivel de resistencia del mismo (Sandín, 2003).

“El estrés es un fenómeno adaptativo de los seres humanos que contribuye, en buena medida, a su supervivencia, a un adecuado rendimiento en sus actividades y a un desempeño eficaz en muchas esferas de la vida” (Oliveti, 2010, p.8).

Gutiérrez (2011), lo define como aquellas sensaciones de estrés satisfactorio frente a actividades realizadas con expectativa de éxito a pesar poseer un alto grado de dificultad, las mismas son capaces de generar placer obteniendo como resultado experiencias positivas que sirven de motivación al individuo, permitiéndole alcanzar un nivel adecuado de adaptación frente a situaciones de estrés.

Guerrero (2017), sostiene que el estrés académico puede afectar de forma positiva, ya que puede actuar en función de motivador, para que el estudiante pueda realizar una actividad con mayor expectativa y mayor capacidad de concentración. Aunque cuando las situaciones a las que se enfrenta el estudiante son altamente complicadas puede surgir un estrés negativo el mismo que podría producir síntomas ansiosos.

Cubides & González (2018), indican que gran parte de los estudiantes universitarios son adultos jóvenes, que se encuentran en la etapa de desarrollar su propio proyecto de vida, asumiendo nuevas responsabilidades y presiones, las cuales pueden generar trastornos psicológicos como la ansiedad, síntoma que se suele presentar durante la formación académica.

Del Perpetuo (2019), indica que los desórdenes de ansiedad se han conceptualizado a través del tiempo como una respuesta cognoscitiva, comportamental y fisiológica, excesiva o prolongada, ante una situación percibida como amenazante, presentándose incluso por algo que es reconocido por una idea sobre eventos que aún no



ocurren, lo cual provoca en el sujeto una respuesta tanto emocional como psicofísica. En ocasiones los docentes y la sociedad en general pueden contribuir a la idea de que si no se rinde académicamente lo que viene de modo automático es el fracaso en la vida.

En la misma línea, la ansiedad es percibida como una sensación displacentera frecuente, que funciona como signo de alarma ante situaciones de gran demanda, provocando manifestaciones cognitivas, fisiológicas y motoras. Se considera como una experiencia de carácter adaptativo necesario para el manejo normal de las exigencias en la cotidianidad. Sin embargo, llega a ser patológica al constar de respuestas desproporcionales, irracionales y de gran intensidad (Ortiz, 2018).

El trastorno de ansiedad es difuso, acompañado de molestias físicas como opresión retro esternal, taquicardia y sudoración. Se caracteriza por preocupación excesiva, sobre una amplia gama de acontecimientos o actividades, y se expresan en una serie de síntomas como: inquietud, impaciencia, fatigabilidad fácil,

dificultad para concentrarse, tensión muscular, alteraciones del sueño (López, 2018). Dichos síntomas que se encuentran presentes en las poblaciones universitarias se ven reflejados en el rendimiento académico, el cual está relacionado con el cumplimiento, los procesos de aprendizaje y la calificaciones de los estudiantes universitarios.

Objetivo

Relacionar estrés, ansiedad y rendimiento académico en estudiantes de décimo nivel de la carrera de Psicología Clínica de la Facultad de Ciencias Humanísticas y Sociales de la Universidad Técnica de Manabí del periodo académico septiembre 2019-febrero 2020.

2. Metodología

La investigación se realizó con un diseño no experimental, de naturaleza cuantitativa, descriptiva y correlacional. Se utilizó la técnica de la encuesta usando el test de Ansiedad de Hamilton (1959, Max R. Hamilton), a través del cual se lograron medir los niveles de estrés y ansiedad y mediante el cual va a



determinar el grado de correlación existente con el rendimiento académico.

Participantes

La muestra estuvo conformada por 70 estudiantes de décimo nivel de Psicología Clínica de la Facultad de Ciencias Humanísticas y Sociales de la Universidad Técnica de Manabí, 72,9% de población femenina y con un 27,1% de población masculina que oscilan entre 22 y 37 años de edad.

Instrumentos

El instrumento de evaluación para esta investigación, fue el siguiente test:

1. HARS. Escala de Ansiedad de Hamilton (1959).

Descripción general

Nombre original: Hamilton Anxiety Rating Scale

Autor: Max R. Hamilton

Traducción y Adaptación: Versión española por Carrobbles y Cols.

Significación: Evaluó la severidad de la ansiedad de una forma global en estudiantes que reúnan criterios

de ansiedad o estrés. Se indica para cada ítem una serie de signos y síntomas que pudieran servir de ayuda en su valoración, aunque no existen puntos de anclaje específicos.

Materiales: Cuestionario que contiene los ítems del HARS (Escala de Ansiedad de Hamilton).

Consta de 14 ítems, de los cuales 13 ítems hacen alusión a signos y síntomas ansiosos y el último ítem está destinado a evaluar el comportamiento del individuo durante la entrevista. El evaluado debe puntuar la intensidad en la que se le presentan los síntomas ansiosos basándose en una escala de tipo Likert de cinco valores categoriales: ausente, leve, moderado, grave y muy grave. En cada caso debe tenerse en cuenta tanto la intensidad como la frecuencia del mismo. Se puntúa de 0 a 4 puntos cada ítem, valorando tanto la intensidad como la frecuencia del mismo. La puntuación total es la suma de las de cada uno de los ítems. El rango va de 0 a 56 puntos. Que en este caso puede evidenciarse a través del rango total de la muestra que fue intervenida.

Procedimiento

Se aplicó el instrumento de forma individual, en las instalaciones de la Universidad Técnica de Manabí, los estudiantes que no pudieron asistir a la evaluación enviaron sus respuestas de forma digital.

En primer lugar, se indicó el motivo de la evaluación, luego se procedió a brindar las instrucciones del cuestionario el cual requirió el consentimiento individual de cada uno de los estudiantes para obtener su información personal y de los resultados respectivos.

Análisis de datos

Para el ingreso de los datos se utilizó el programa estadístico IBM SPSS Statistics 23 (Statistical Package Social Science) llevando a cabo un análisis de carácter descriptivo y de frecuencia de las variables estudiadas, así como el análisis correlacional de las mismas.

3. Resultados

A continuación, se presentan cada uno de los resultados obtenidos de la investigación.

Análisis de los resultados de las variables sociodemográficas

Tabla 1. Análisis descriptivo y de frecuencia de los resultados de datos sociodemográficos

Evaluación de datos sociodemográficos
Estudiantes

Sexo		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Hombre	19	27,1	27,1	27,1
	Mujer	51	72,9	72,9	100,0
	Total	70	100,0	100,0	
Situación laboral		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Solo estudia	41	58,6	58,6	58,6
	Estudia y trabaja	29	41,4	41,4	100,0
	Total	70	100,0	100,0	
Situación sentimental		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Soltero	46	65,7	65,7	65,7
	Compromiso	24	34,3	34,3	100,0
	Total	70	100,0	100,0	



Análisis: Tal como se puede observar en la TABLA 1, en cuanto a la edad, el 10% de la muestra se encuentra alrededor de los 27 a 37 años mientras los de menor edad se encuentran dentro del porcentaje mayor. Por otra parte, los resultados sobre el sexo indicaron que prevalece un mayor índice de personas correspondiente al sexo femenino (72,9%), mientras el menor índice corresponde al sexo

masculino (27,1%). También se muestra que el 58% de los estudiantes solo estudian mientras el resto del porcentaje de la muestra estudia y trabaja, siendo casi equitativa la muestra en cuanto a la dedicación laboral. En cuanto a la variable situación sentimental en la muestra se destaca que el 35% se encuentran en compromiso sentimental y el 65% se dedica a estudiar.

Tabla 2. Análisis descriptivo y de frecuencia de las variables estrés y ansiedad del test “HARS” (escala de ansiedad de Hamilton).

Estrés				Ansiedad			
		Frecuencia	Porcentaje			Frecuencia	Porcentaje
Válido	0	1	1,4	Válido	0	1	1,4
	10	2	2,9		10	4	5,7
	20	14	20,0		20	7	10,0
	30	10	14,3		30	11	15,7
	40	7	10,0		40	7	10,0
	50	7	10,0		50	12	17,1
	60	9	12,9		60	8	11,4
	70	3	4,3		70	5	7,1
	80	4	5,7		80	3	4,3
	90	4	5,7		90	3	4,3
	100	2	2,9		100	3	4,3
	110	3	4,3		120	1	1,4
	120	1	1,4		130	4	5,7
	140	2	2,9		140	1	1,4
	180	1	1,4				
	Total	70	100,0		Total	70	100,0

ANÁLISIS: Como se muestra en la TABLA 2 los niveles de estrés y ansiedad son relativamente bajos, oscilan entre 140 y 180 sobre 560 (máximo nivel de estrés y ansiedad). Otro dato a resaltar es

que el 50% de la muestra está entre 0 y 50 puntos de niveles de ansiedad y estrés aproximadamente.

Análisis de los resultados de las variables situación laboral, situación sentimental y rendimiento académico

Tabla 3.

Tabla cruzada				
Rendimiento académico/Situación laboral				
		Situación laboral		Total
		solo estudia	estudia y trabaja	
Rendimiento académico (décimo semestre)	77	1	0	1
	79	1	0	1
	80	3	0	3
	81	3	0	3
	82	1	3	4
	83	1	3	4
	84	4	3	7
	85	5	2	7
	86	5	0	5
	87	1	3	4
	88	1	3	4
	89	1	2	3
	90	3	2	5
	91	3	3	6
	92	2	1	3
	93	1	0	1
	94	0	1	1
	95	4	1	5
	96	0	1	1
	97	1	1	2
Total		41	29	70

Análisis: Como se muestra en la TABLA 3 los estudiantes con rendimiento sobresaliente de 90 a 100, 14 de ellos solo estudian mientras que los otros 10 estudian y trabajan. Tal como indica la TABLA 3 se puede interpretar en cuanto a los estudiantes con rendimiento muy bueno de 80 a 89, 25 de ellos solo

estudian mientras que 19 estudian y trabajan. Dichos resultados podrían significar que a menor carga laboral mayor rendimiento académico, aunque no se considera un valor determinante debido a que las diferencias son mínimas no son significativas en cuanto a la muestra y representan una diferencia poco considerable.

Tabla 4.

Tabla cruzada Rendimiento académico/Situación sentimental				
		Situación sentimental		Total
		soltero	compromiso	
Rendimiento académico (décimo semestre)	77	1	0	1
	79	1	0	1
	80	1	2	3
	81	2	1	3
	82	3	1	4
	83	3	1	4
	84	4	3	7
	85	4	3	7
	86	4	1	5
	87	2	2	4
	88	2	2	4
	89	2	1	3
	90	5	0	5
	91	4	2	6
	92	1	2	3
	93	1	0	1
	94	1	0	1
	95	3	2	5
	96	0	1	1
	97	2	0	2
Total		46	24	70

Análisis: Como se puede observar en la TABLA 4, la variable situación sentimental, parece tener un impacto sobre el rendimiento académico pues los puntajes más altos los poseen los estudiantes que no tienen compromiso sentimental.

Finalmente se puede apreciar que los estudiantes sin compromiso sentimental con un rendimiento sobresaliente y muy bueno representan un mayor porcentaje versus a aquellos que tienen compromiso sentimental.

CORRELACIONES ENTRE LOS RESULTADOS DE ESTRÉS, ANSIEDAD Y EL RENDIMIENTO ACADÉMICO DE LOS ESTUDIANTES

Tabla 5. Resultados de la correlación de estrés, ansiedad y el rendimiento académico de los estudiantes.

Correlaciones

		Ansiedad	Rendimiento académico (décimo semestre)
Ansiedad	Correlación de Pearson	1	-,153
	Sig. (bilateral)		,206
	N	70	70
		Estrés	Rendimiento académico (décimo semestre)
Estrés	Correlación de Pearson	1	-,152
	Sig. (bilateral)		,209
	N	70	70



Análisis e interpretación: En la presente TABLA 5 se muestra el análisis de correlación de las variables estrés y ansiedad con el rendimiento académico, mostrándose una correlación negativa ligeramente significativa de -1,53, es decir que a mayor peso de una variable la otra disminuye. Y en la misma TABLA 5 se puede observar que los niveles de estrés y ansiedad son relativamente bajos ya que oscilan entre 140 y 180 sobre 560 (máximo nivel de estrés y ansiedad).

4. Conclusiones

Los resultados de la investigación demostraron que los niveles de estrés y ansiedad se relacionan con el estrés académico, lo cual sugiere que cuando los alumnos experimentan mayor estrés y ansiedad su rendimiento académico disminuye.

A través de los resultados obtenidos con las variables sociodemográficas, condición laboral y condición sentimental los resultados concluyen que ambas tienen un impacto sobre el rendimiento académico. En el caso de la condición laboral este impacto

en nuestra investigación es mínimo, indicando que el hecho de que los estudiantes trabajen o no, no es una condición determinante para determinar el logro académico. Sin embargo, el compromiso sentimental este juega un papel más significativo y de impacto sobre el rendimiento académico, pues un alto porcentaje de estudiantes con notas sobresalientes corresponden a los que no tienen un compromiso sentimental, lo cual significa que el empeño en una relación puede tener un impacto significativo en las responsabilidades académicas.

Por último, los resultados evidenciaron una correlación negativa leve entre los niveles de estrés y ansiedad con el rendimiento académico; lo cual indica en nuestra investigación que al subir los niveles de estrés y ansiedad pueden disminuir los resultados académicos y cuando suben los resultados académicos hay menos presencia de estrés y ansiedad.

La limitación principal en nuestra investigación es que se precisaría una muestra mayor para establecer datos más válidos y confiables. Sin embargo, permite deducir que el



estrés y la ansiedad pueden estar mediados por otros factores que lo influyen como la situación laboral, el compromiso sentimental y otras variables pertenecientes a otros estudios como la posición socioeconómica, las relaciones interpersonales, la salud física o el consumo de sustancias.

Bibliografía

- Águila, B, Castillo, M, De la guardia, R, Nieves, Z. (2015). Estrés académico. Edumecentro, 7 (2). 163-179. <https://www.medigraphic.com/pdfs/edumecentro/ed-2015/ed152m.pdf>
- Cubides, B, González, D. (2018). NIVELES DE ANSIEDAD EN ESTUDIANTES DE PSICOLOGÍA DE LA UNIVERSIDAD COOPERATIVA DE COLOMBIA. (Seminario de profundización). Villavicencio. Recuperado de https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/5537/1/2018_niveles_ansiedad_estudiantes.pdf
- Chapi, S. (2020). El estrés académico de los estudiantes de primero a quinto semestre de la carrera de Educación Inicial de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación de la Universidad Técnica de Ambato durante el período 2019-2019. (Tesis de pregrado, Universidad Central del Ecuador). Quito, Ecuador. <http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/20644/1/T-UCE-0010-FIL-752.PDF>
- De Rearte, S, Castaldo, R. (2013). Factores causales del estrés en los estudiantes universitarios. V Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XX Jornadas de Investigación Noveno Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires. <https://www.aacademica.org/000-054/466.pdf>
- Del Perpetuo, C, Cárdenas, R, Peñaloza, R, Carrillo, E, Basulto, L. (2019). Estudio comparativo niveles de ansiedad y disfunción temporomandibular en estudiantes universitarios de Argentina-México. Revista odontológica Mexicana, 23 (2). 85-96. Recuperado de <https://www.medigraphic.com/pdfs/odon/uo-2019/uo192d.pdf>
- Guerrero, G. (2017). El estrés académico y su correlación con la ansiedad en estudiantes universitarios de la carrera de medicina de la



- ciudad de Ambato. (Tesis de pregrado, Pontificia Universidad Católica del Ecuador, sede Ambato). Ambato, Ecuador. <https://repositorio.pucesa.edu.ec/bitstream/123456789/2151/1/76573.pdf>
- López, A, Viveros, V. (2018). Incidencia y grado de ansiedad en estudiantes de nivel superior del área de ciencias de la salud. SALUD EN TABASCO, 24 (1 y 2). 21-26. Recuperado de <https://tabasco.gob.mx/sites/default/files/users/ssaludtabasco/21.pdf>
- Navarro, R. (2003). El rendimiento académico: concepto, investigación y desarrollo. REICE. Revista Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y Cambio en Educación, 1(2). <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=551/55110208>
- Oliveti, S. (2010). “Estrés académico en estudiantes que cursan primer año del ámbito universitario”. (Tesis de pregrado, Universidad Abierta Interamericana). <http://imgbiblio.vaneduc.edu.ar/fulltext/files/TC104100.pdf>
- Ortiz, Y. (2018). “ANSIEDAD Y ESTRÉS ACADÉMICO E. LOS ESTUDIANTES DE LA PUCE AMBATO ANTES Y DESPUES DE LOS PROCESOS DE EVALUACIÓN. ESTUDIO COMPARATIVO HISTÓRICO”. (Tesis de pregrado). Universidad Pontificia de Ecuador. Ambato, Ecuador. Recuperado de <https://repositorio.pucesa.edu.ec/bitstream/123456789/2445/1/76717.pdf>
- Parra, J, Rodríguez, D & Rodríguez, María, & Díaz, V. (2018). Relación entre estrés estudiantil y reprobación. Salud Uninorte, 34(1),47-57. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=817/81759538005>
- Quito, J, Tamayo, M, Buñay, D, Neira, O. (2017). ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE TERCERO DE BACHILLERATO DE UNIDADES EDUCATIVAS PARTICULARES DEL ECUADOR. Revista electrónica de psicología Iztacala, 20 (3). 253- 276. Recuperado de https://www.researchgate.net/publication/320175032_ESTRES_ACADEMICO_EN_ESTUDIANTES_DE_TERCERO_DE_BACHILLERATO_DE_UNIDADES_EDUCATIVAS_PARTICULARES_DEL_ECUADOR
- Sandín, B. (2003). El estrés: un análisis basado en el papel de los factores sociales.



International Journal of
Clinical and Health
Psychology, 3(1), 141-157.
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=337/33730109>

Silva, M, López, J, Columba, M.
(2020). Estrés académico en
estudiantes universitarios.
Investigación y Ciencia,
28(79) ,75-83. Disponible en:
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=674/67462875008>

Suárez, N, Díaz, L. (2015). Estrés
académico, deserción y
estrategias de retención de
estudiantes en la educación
superior. Rev. Salud pública,
17 (2). 300-313. Recuperado
de
<http://www.scielo.org.co/pdf/rasap/v17n2/v17n2a13.pdf>

Zárate, N, Soto, M, Martínez, E,
Castro, M, García, R, López,
N. (2018). Hábitos de estudio
y estrés en estudiantes del
área de la salud.
<http://scielo.isciii.es/pdf/fem/v21n3/2014-9832-fem-21-3-153.pdf>