3. Estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes de posgrado en Enfermería de Puebla

Irvin Iván Gómez Hernández*
Inés Tenahua-Quitl**
María Luz de Ávila-Arroyo***
Alejandro Torres-Reyes****

DOI: https://doi.org/10.52501/cc.363.03

Resumen

Introducción: el estrés es un problema de salud pública que provoca inestabilidad, la transición a un posgrado lo condiciona y requiere el uso de estrategias de afrontamiento para no afectar el rendimiento académico o la salud. Objetivo: determinar la relación entre el estrés académico y las estrategias de afrontamiento en los estudiantes de posgrado en Enfermería del estado de Puebla. Material y método: estudio descriptivo, comparativo y correlacional. La población se conformó por 60 estudiantes de posgrado en Enfermería, se aplicó un censo. Se utilizó el SISCO SV-21 y la Escala de Afrontamiento del Estrés Académico. La investigación se apegó a la Ley General de Salud en Materia de Investigación. Resultados: la edad promedio fue 28 años, 78.3% era mujer y 70% trabajaba; 45% tenía estrés académico moderado y 55%, severo; se presentó una media de 67.28 ($DE = 9.66$) y las estrategias de afrontamiento 62.02 ($DE = 15.43$). Al comparar por posgrado, el estrés académico presentó diferencia ($U = 286.50$, $p = 0.016$), siendo superior en especialidad ($M = 70.09$) a diferencia de la maestría ($M = 64.47$).

* Maestro en Enfermería. Profesor de tiempo hora, Universidad de la Salud del Estado de Puebla, México. ORCID: https://orcid.org/0000-0001-5964-9187; vangomez.gh@gmail.com
** Doctora en Educación. Profesora investigadora de tiempo completo, Benemérita Universidad Autónoma de Puebla, México. ORCID: https://orcid.org/0000-0002-3987-8254
*** Doctora en Educación. Profesora investigadora de tiempo completo, Benemérita Universidad Autónoma de Puebla, México. ORCID: https://orcid.org/0000-0003-4924-1959
**** Maestro en Enfermería. Profesor investigador de tiempo completo, Benemérita Universidad Autónoma de Puebla, México. ORCID: https://orcid.org/0000-0001-5133-4172

Similar para las estrategias de afrontamiento ($U = 253.50$, $p = 0.001$), donde en especialidad fueron mayores ($M = 67.75$). Destacó que los puntajes de las subescalas fueron superiores en especialidad ($p<0.05$), donde la planificación y gestión de los recursos personales son más utilizadas ($M = 69.16$). Se evidenció que no existe relación significativa entre estrés académico y estrategias de afrontamiento ($r = 0.241$, $p = 0.063$); se encontró relación positiva con el estrés académico y la dimensión de afrontamiento mediante el pensamiento positivo ($p<0.05$). Conclusiones: los estudiantes de especialidad presentaron más estrés académico y uso de estrategias de afrontamiento, donde la planificación y la gestión de los recursos personales es la principal; dichos estudiantes también afrontan el estrés académico a través del pensamiento positivo.

Palabras clave: *estrés académico, estrategias de afrontamiento, estudiantes de posgrado.*

Introducción

El estrés es un problema de salud pública que se caracteriza por provocar inestabilidad, angustia, problemas en la capacidad para concentrarse o funcionar eficazmente de forma rutinaria, se produce como consecuencia de un desequilibrio o ante situaciones que resultan amenazadoras o desafiantes (Ferraz et al., 2021). Las múltiples demandas a las que se somete una persona, como cumplir con diferentes facetas y roles en el ámbito laboral, familiar y educativo, condicionan su presencia, de tal modo que el contexto donde se presente señala su clarificación, es así que se denomina estrés académico cuando existe un proceso sistémico de carácter adaptativo y esencialmente psicológico que surge de las demandas académicas en el contexto universitario, el cual se conforma por tres componentes: estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento (Álvarez-Silva et al., 2018; Barraza y Barraza, 2019).

Los estresores se refieren a las perspectivas que tiene el estudiante sobre los estímulos del ámbito académico, ese es el inicio del proceso para que se presente el estrés, manifestado a través de los síntomas, que son el segundo

componente e indicador de desequilibrio sistémico que hace referencia a la experiencia subjetiva del estrés y varía según la personalidad o experiencias previas del estudiante; finalmente, actúan las estrategias de afrontamiento, las cuales determinan los recursos del estudiante para restaurar el equilibrio sistémico (Barraza, 2005; Barraza y Barraza; 2019; García et al., 2019).

Estas se centran en la emoción, situación o problema y permiten que se lleve a cabo la gestión y estrategia contra el estrés de manera favorable o desfavorable, depende de la evaluación emocional y cognitiva de la persona, que con el uso de recursos internos puede mediar y afrontar dificultades, tales como el pensamiento positivo, que incluye las acciones dirigidas a crear un nuevo significado de las situaciones estresantes, se realza la parte positiva y se minimizan los aspectos negativos; la búsqueda de apoyo emocional que amortigua las conductas, la planificación y gestión de recursos personales que deriva en acciones que fundamentan la modificación de la situación problemática a partir de una aproximación analítica y racional (Barraza, 2005; Barraza y Barraza, 2019; Cabanach et al., 2010; García et al., 2019; Gantiva et al., 2010).

El ámbito educativo del profesional de Enfermería no está exento de que exista este problema, cada vez las exigencias son mayores en cuanto a la formación en posgrado de estos profesionales, pese a que en México se reportan porcentajes bajos de quienes cuentan con especialidad (3.48%), maestría (2.08%) y doctorado (0.11%) (Secretaría de Salud, 2018). De manera que quienes realizan la transición a un posgrado, viven cambios académicos, personales, sociales que pueden determinar la presencia de alteraciones en la salud mental, por las exigencias académicas, dificultades en el aprendizaje, adquisición de nuevas competencias para el desarrollo profesional, autogestión de horario e inserción en un nuevo ambiente educativo, esto demanda adaptación, tiempo, esfuerzo y dedicación, lo cual puede derivar en una situación de estrés académico para muchos estudiantes de posgrado (Álvarez et al., 2018; Trunce et al., 2020).

Existen estudios a nivel internacional que reportan elevados porcentajes de estrés en más de 90% de universitarios que estudian Enfermería, el cual es considerado alto (56%), moderado (66%) e intenso (47%), principalmente. Los estresores que lo condicionan son sobrecarga académica (70.9%), evaluaciones (66.7%). Esta condición ocasionó alteraciones físicas,

conductuales y psicológicas, evidenciadas por sentimientos de depresión y tristeza.

Las estrategias de afrontamiento más utilizadas fueron extraer lo positivo (45.3%), concentrarse en la solución (44.5%) y búsqueda de apoyo (Fretel et al., 2022; Llorente et al., 2020; Rodríguez-Fernández et al., 2020; Teque-Julcarima et al., 2020).

El panorama descrito sugiere un importante problema de salud que puede tener impacto en el ámbito escolar. Además, en la búsqueda de literatura se encontraron estudios realizados principalmente en estudiantes de Licenciatura en Enfermería y no en posgrado, área donde es necesario indagar sobre dicha problemática, ya que por las demandas que los programas implican puede exacerbarse la presencia de estrés y existe la posibilidad de que no se cuente con estrategias de afrontamiento que ayuden a minimizar esta situación. Los resultados que se obtengan a partir de esta investigación podrán contribuir a llenar este vacío de conocimientos en el estado de Puebla y ampliar la visión para la investigación de variables relacionadas con la salud mental al evidenciar su impacto en el contexto de posgrado en Enfermería, para que a partir de ello se desarrollen futuras intervenciones para prevenir o contrarrestar el estrés académico mediante estrategias de afrontamiento eficaces. Por tal razón, surge el objetivo de investigación que a continuación se presenta.

Objetivo

Determinar la relación entre el estrés académico y las estrategias de afrontamiento en los estudiantes de posgrado de Enfermería del estado de Puebla.

Material y métodos

El diseño fue de tipo descriptivo, comparativo y correlacional (Polit y Tatano, 2018). La población estuvo conformada por 60 estudiantes de posgrado en programas educativos de especialidad en Enfermería médico quirúrgica, cuidados intensivos y maestría en Enfermería de una institución pública del

estado de Puebla, dadas las características de la población se consideró un censo. Se incluyeron aquellos estudiantes hombres y mujeres inscritos en dichos programas educativos, se consideró como criterio de exclusión a aquellas personas que no se encontraban presentes al momento de la aplicación del estudio, situación que no se presentó.

La recolección de datos se llevó a cabo con una cédula de datos sociodemográficos para caracterizar a la muestra; el estrés académico se midió con el instrumento SISCO SV-21, diseñado por Barraza-Macías (2018), que consta de 21 ítems distribuidos en un ítem de filtro que permite determinar si el encuestado es candidato para responder o no, posteriormente, esta pregunta identifica el nivel de intensidad en una escala tipo Likert que va del 1 al 5, siendo 1 la menor cantidad y 5 la mayor, enseguida se integran los ítem de tres dimensiones: estímulos estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento, evaluadas con una escala que va desde 0 = nunca, 1 = casi nunca, 2 = rara vez, 3 = algunas veces, 4 = casi siempre, y 5 = siempre; para el procesamiento estadístico de este instrumento se realizaron índices de 0 a 100, lo que indica que a mayor puntaje mayor estrés; se presentó un Alfa de Cronbach de 0.840 para esta investigación.

También se utilizó el Cuestionario de Estrés Académico (cea) de Cabanach et al. (2010) para medir el afrontamiento del estrés académico con 23 ítems y tres dimensiones: (a) afrontamiento mediante el pensamiento positivo (7, 1, 10, 16, 13, 18, 20, 4, 22), (b) afrontamiento mediante la búsqueda de apoyo social (14, 8, 2, 11, 5,21, 17), y (c) afrontamiento mediante la planificación y la gestión de los recursos personales (6, 3, 9, 19, 12, 15, 23). La escala tiene una opción de respuesta Likert que va desde: 1 = nunca, 2 = alguna vez, 3 = bastantes veces, 4 = muchas veces y 5 = siempre. Para el análisis se realizaron índices de 0 a 100, en este estudio la escala obtuvo un Alfa de Cronbach de 0.925.

Dadas las características del contexto de la pandemia en el 2021, en este periodo que se desarrolló la investigación, se obtuvo el permiso de los docentes para realizar una sesión virtual a través de la plataforma Meet en momentos que no se interfiriera con sus clases, se explicó en que consistía la investigación y a quienes decidieron participar se les hizo llegar un formulario con el consentimiento informado y las preguntas de los instrumen-

tos, este tenía opciones para dejar de responder en el momento que lo decidiera el participante. Asimismo, se cumplió lo establecido en la Ley

General de Salud (Cámara de Diputados del H. Congreso de la Unión et al., 2024) se respetó la integridad, confidencialidad de los participantes en todo momento, se contó con el consentimiento informado, así como con el registro de la investigación en la Secretaría de Investigación y Estudios de Posgrado de la Facultad de Enfermería de la Benemérita Universidad Autónoma de Puebla (SIEP/ME/110/2022). Para analizar los datos se utilizó la prueba U de Mann Whitney y correlación de Spearman.

Resultados

La muestra se conformó por 60 participantes de 23 a 36 años con un promedio de 28.80 años (*DE* = 2.81), la mayoría fueron mujeres (78.3%), solteras (56.7%) y trabajaban (70%). La muestra fue homogénea, 50% cursaba maestría y especialidad en Enfermería, en segundo (65%) y cuarto (35%) semestre; respecto a la especialidad, 28.3% correspondió a cuidados intensivos y 21.7% a quirúrgica. Destaca que la modalidad de clases en la que se encontraban fue en línea (83.3%), mixta (5.0%) y presencial (11.7%).

Los resultados indican que los estudiantes de posgrado en Enfermería tenían estrés académico. El 45% correspondió a moderado y 55% a severo. Los principales estresores que se identificaron son la sobrecarga de tareas (50.0%) y evaluación de los profesores (33.3%); respecto a los síntomas, ansiedad, angustia y desesperación (40.0%), sentimientos de tristeza (31.7%), y problemas de concentración (36.7%) fueron los que casi siempre se presentaron (tabla 3.3).

Asimismo, indican que el puntaje del estrés académico fue de 67.28 (*DE* = 9.66) y para las estrategias de afrontamiento 62.02 (*DE* = 15.43), donde destaca con mayor puntaje el afrontamiento mediante la planificación y la gestión de los recursos personales (*M* = 63.45, *DE* = 17.12), seguido del afrontamiento mediante el pensamiento positivo (*M* = 62.08, *DE* = 16.04) y la búsqueda de apoyo social (*M* = 60.53, *DE* = 20.99). Al comparar el estrés académico por programa educativo, destaca que los estudiantes de especialidad (*M* = 70.09) presentaron mayor puntaje que los de maestría (*M* = 64.47),

aunque no se observó diferencia estadísticamente significativa ($U = 282.500$, $p = 0.160$). Respecto a las estrategias de afrontamiento, fueron superiores en especialidad (véase la tabla 3.1).

Tabla 3.1. *Comparación de estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes de posgrado*

Variable	*M*	*Rango promedio*	*U*	*Valor de p*
Estrés académico				
Especialidad	70.09	35.95	286.500	
Maestría	64.47	25.05		
Estrategias de afrontamiento				
Especialidad	67.75	37.05	253.500	0.004
Maestría	56.30	23.95		
Afrontamiento mediante el pensamiento positivo				
Especialidad	66.75	35.27	307.000	0.034
Maestría	57.40	25.73		
Afrontamiento mediante la búsqueda de apoyo social				
Especialidad	67.61	37.23	248.000	0.003
Maestría	53.45	23.77		
Afrontamiento mediante la planificación y la gestión de los recursos personales				
Especialidad	69.16	36.52	269.500	0.007
Maestría	57.73	24.48		

Nota: $n = 60$.
Fuente: elaboración propia.

Tabla 3.2. *Relación de estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes de posgrado*

Variable	*1*	*2*	*3*	*4*	*5*
1. Estrés académico	1				
2. Estrategias de afrontamiento	0.241 0.063	1			
3. Afrontamiento mediante el pensamiento positivo	0.260* 0.045	0.847 0.001	1		
4. Afrontamiento mediante la búsqueda de apoyo social	0.189 0.148	0.812* 0.001	0.462* 0.001	1	
5. Afrontamiento mediante la planificación y la gestión de los recursos personales	0.140* 0.286	0.911* 0.001	0.748* 0.001	0.667* 0.001	1

Nota: *Correlación significativa = 60.
Fuente: elaboración propia.

Al relacionar las variables se identificó mediante la Rho de Spearman que no existe relación significativa entre estrés académico y estrategias de afrontamiento (tabla 3.2), sin embargo, se encontró relación positiva y significativa con el afrontamiento mediante el pensamiento positivo (p<0.05).

Tabla 3.3. *Estrés académico en estudiantes de posgrado*

Pregunta	*Nunca*		*Casi nunca*		*Rara vez*		*Algunas veces*		*Casi siempre*		*Siempre*	
	f	*%*	*f*	*%*	*f*	*%*	*f*	*%*	*f*	*%*	*f*	*%*
La sobrecarga de tareas y trabajos escolares que tengo que realizar todos los días	0	0	1	1.7	1	1.7	23	38.3	30	50.0	5	8.3
La forma de evaluación de mis profesores/as (a través de ensayos, trabajos de investigación, búsquedas en internet, etcétera)	1	1-7	1	1.7	11	18.3	24	40.0	20	33.3	3	5.0
Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)	1	1.7	5	8.3	9	15.0	20	33.3	19	31.7	6	10.0
Ansiedad, angustia o desesperación	0	0	3	5.0	9	15.0	18	30.0	24	40.0	6	10.0
Problemas de concentración	0	0	2	3.3	14	23.3	16	26.7	22	36.7	6	10.0
Concentrarse en resolver la situación que me preocupa	0	0	1	1.7	2	3.3	17	28.3	35	58.3	5	8.3
Establecer soluciones concretas para resolver la situación que me preocupa	0	0	0	0	3	5.0	15	25.0	39	65.0	3	5.0
Elaboración de un plan para enfrentar lo que me estresa y ejecución de sus tareas	1	1.7	2	3.3	5	8.3	23	38.3	20	33.3	9	15.0

Nota: n = 60.

Fuente: SISCO SV-21.

Discusión

Los resultados de este estudio muestran que los estudiantes de posgrado que estudian maestría y especialidad en Enfermería presentaron estrés académico, 45% fue moderado y 55% severo, similar a lo reportado por Fretel et al. (2022) y Teque-Julcarima et al. (2020), quienes señalan principalmente esta clasificación, sin embargo, difiere con Llorente et al. (2020), que indicaron niveles superiores a 20% de estrés moderado. Esta situación es alarmante, pues evidencia un serio problema de salud mental entre los

estudiantes de posgrado, ya que todos presentan estrés académico, lo que significa que pueden estar presentando síntomas conductuales, psicológicos y físicos que alternen y vulneren su vida.

Estos porcentajes pueden estar condicionados por los estresores, entre los que destacaron la sobrecarga de tareas, trabajos y la evaluación de los profesores, lo que coincide con Teque-Julcarima et al. (2020) y Llorente et al. (2020), quienes describen a estos entre los participantes de sus investigaciones. Esto puede deberse a la exigencias académicas implícitas en los planes de estudio, que al ser de posgrado se vuelven más rigurosos, aunado a ello los roles que tienen los estudiantes, ya que la mayoría de los participantes de este estudio trabajan, situación que puede limitar el desarrollo de las actividades académicas, además otra característica a destacar es el sexo, ya que las mujeres componen la mayor parte de la muestra y socialmente adquieren mayores roles, desde amas de casa, cuidadoras de hijos y familiares, trabajadoras y estudiantes, lo cual puede limitar el tiempo para desarrollar las diversas actividades y generar o exacerbar el estrés académico.

En relación a los síntomas, se encontró que los sentimientos de depresión y tristeza, ansiedad, angustia y desesperación, así como problemas en la concentración casi siempre se presentaron en más de 30%, estos datos son similares a los reportes de Teque-Julcarima et al. (2020) y Llorente et al. (2020). Lo cual revela que están presentes alteraciones conductuales y psicológicas, primordialmente, lo que se confirma al identificar síntomas que involucran aspectos emocionales y cognitivos en estudiantes de maestría y especialidad en Enfermería, también que son un factor de riesgo para que se presenten complicaciones como depresión, consumo de drogas o suicidio, al tener sensaciones desagradables que afectan el estado de ánimo a partir de los síntomas manifestados.

Respecto a las estrategias de afrontamiento, se identificó que entre los estudiantes de posgrado se presentó un puntaje de 62, lo que sugiere que estas se utilizan moderadamente para contrarrestar el estrés, lo cual puede verse reflejado en que el total de la muestra de este estudio tiene estrés moderado, por lo que es importante cuestionar cómo se están aplicando las estrategias de afrontamiento y el nivel de información o identificación que se tiene acerca de ellas, ya que una aplicación correcta dota de recursos internos para mediar y aprobar las dificultades a las que se enfrenten. En

este sentido se destaca que las estrategias de afrontamiento que casi siempre utilizaron los participantes del estudio eran concentrarse en resolver la situación que les preocupa, establecer soluciones concretas para resolver la situación que les inquieta y elaborar un plan para enfrentar lo que les estresa y ejecutar las tareas, lo que coincide con Teque-Julcarima et al. (2020). Este contexto muestra que posiblemente se requiera mayor atención para elegir aquellas estrategias que ayuden a gestionar mejor el estrés y ayuden a resolver problemas mediante la reestructuración cognitiva.

Por otra parte se identificó que por programa educativo de posgrado en Enfermería los estudiantes de especialidad presentaron más estrés académico que los de maestría, situación que se puede deber a que en este programa educativo además de conocimientos que adquieren en clases, deben asistir a prácticas clínicas en instituciones de salud, para profundizar en las habilidades técnicas que demanda el área de especialización, sumado a ello se encuentra el trabajo para diplomación, que en conjunto puede convertirse en otro estresor, todo ello difiere de quienes cursan la maestría. Sin embargo, este mismo grupo utilizó más las estrategias de afrontamiento, siendo la planificación y gestión de recursos personales, el pensamiento positivo y la búsqueda de apoyo social las que mayor presencia tuvieron, esto posiblemente condicionado por la presencia del estrés académico, ya que al estar presente buscaron estrategias para contrarrestarlo, lo cual significa que el personal suele pensar de forma positiva y buscar apoyo de familiares o amigos, además planifica, estudia y elabora planes de acción para resolver problemas.

Finalmente, se reporta que no existe relación entre estrés académico y estrategias de afrontamiento, situación que se debe posiblemente a que las estrategias de afrontamiento centradas en el problema y aspectos emocionales permiten una mejor adaptación y alcanzar el éxito en diferentes áreas, además ayudan a enfrentar los problemas de una forma activa; esto puede verse reflejado al encontrar relación positiva y significativa con el afrontamiento mediante el pensamiento positivo, lo que significa que a mayor estrés, mayores pensamientos positivos, los cuales permitirán limitar el estrés académico, ya que con esta estrategia, cuando existe algún problema o situación de estrés, la persona piensa positivo, trabaja para que los problemas no lo superen, procura no darles importancia, ser objetivo y mantener el

control, además de ver de forma normal los síntomas derivados de una situación de tensión (Valdez et al., 2022).

Conclusiones

Los estudiantes de posgrado en Enfermería tenían estrés académico moderado y severo; destacan las estrategias de afrontamiento planificación y la gestión de los recursos personales. En estudiantes de especialidad se presentaron con mayor puntaje, en estos casos la planificación y gestión de los recursos personales destacan, y afrontan el estrés académico a través del pensamiento positivo. Se determinó que no existe relación significativa entre estrés académico y estrategias de afrontamiento. Pero se encontró relación positiva y significativa con el afrontamiento mediante el pensamiento positivo. Se concluye que es relevante estudiar los problemas de salud mental como estrés académico en el contexto educativo del posgrado en Enfermería, puesto que por las exigencias y rigurosidad de los programas pueden existir condicionantes que lo detonen, también es importante conocer estrategias de afrontamiento eficaces para contrarrestarlo y que de esta manera surjan futuras intervenciones que impacten en la salud, bienestar y desempeño académico de los estudiantes de posgrado.

Referencias

Álvarez-Silva, L. A., Gallegos-Luna, R. M., y Herrera-López, P. S. (2018). Estrés académico en estudiantes de tecnología superior. *Universitas, 28,* 193-209. https://dspace.ups.edu.ec/bitstream/123456789/15443/1/uni_n28_%C3%81lvarez-Silva_Gallegos-Luna_Herrera-L%C3%B3pez.pdf

Barraza, A. (2005). Características del estrés académico de los alumnos de educación media superior. *Investigación Educativa Duranguense, 1*(4), 15-20. https://editorialupd.mx/revistas/index.php/ined/article/view/24

Barraza, M. A., y Barraza, N. S. (2019). Procrastinación y estrés, análisis de su relación en alumnos de educación media superior. *Revista de Investigación Educativa,* (28), 132-151. https://doi.org/10.25009/cpue.v0i28.2602

Barraza-Macías, A. (2018). *Inventario sistémico cognoscitivista para el estudio del estrés*

académico. https://www.ecorfan.org/libros/Inventario_SISCO_SV-21/Inventario_sist%C3%A9mico_cognoscitivista_para_el_estudio_del_estr%C3%A9s.pdf

Cabanach, R. G., Valle, A., Rodríguez, S., Piñeiro, I., y González, P. (2010). Las creencias motivacionales como factor protector del estrés en estudiantes universitarios. *European Journal of Education and Phychology, 3*(1), 75-87. https://www.redalyc.org/pdf/1293/129313736006.pdf

Cámara de Diputados del H. Congreso de la Unión/Secretaría General/Secretaría de Servicios Parlamentarios (2024). *Ley General de Salud*. https://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/LGS.pdf

Ferraz Mesa, M. de los A., Serrano Barberá, M. del C., López Montesinos, M. J., Martínez Alarcón, L., y González Martín, J. M. (2021). Estrés en graduados y técnicos en cuidado auxiliares de Enfermería en las áreas quirúrgicas hospitalarias. *Enfermería Global, 20*(1), 193-213. https://doi.org/10.6018/eglobal.423851

Fretel Quiroz, N. M., Aranciaga Campos, H. A., Torres Vargas, E., Velasquez Bernal, L. R., y Rivera Carrera, E. D. (2022). Estrés académico en nuevos estudiantes en la Carrera de Enfermería. Caso UNAMAD. *Revista Vive, 5*(13), 170-178. https://doi.org/10.33996/revistavive.v5i13.139

Gantiva Díaz, C. A., Luna Viveros, A., Dávila, A. M., y Salgado, M. J. (2010). Estrategias de afrontamiento en personas con ansiedad. Psychologia. *Avances de la disciplina, 4*(1), 63-72. https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=297224086006

García Gascón, Á., Gorguet Pi, M., Cisneros Prego, E., Del Toro Añel, A. Y., y Chi Rivas, J. C. (2019). Insuficiencia académica en estudiantes de primer año de medicina. *MEDISAN, 23*(6), 1070-1081. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1029-30192019000601070&lng=es&tlng=es

Llorente Pérez, Y. J., Herrera Herrera, J. L., Hernández Galvis, D. Y., Padilla Gómez, M., y Padilla Choperena, C. I. (2020). Estrés académico en estudiantes de un programa de Enfermería - Montería 2019. *Revista Cuidarte, 11*(3), e1108. https://doi.org/10.15649/cuidarte.1108

Polit, D. F., y Tatano, B. C. (2018). Investigación en Enfermería (9ª ed.). Wolters Kluwer.

Rodríguez-Fernández, A., Maury-Sintjago, E., Troncoso-Pantoja, C., Morales-Urzúa, M., y Parra-Flores, J. (2020). Estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes de carreras de salud de Santiago de Chile. *Edumecentro,12*(4), 1-16. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2077-28742020000400001

Secretaría de Salud (2018). *Estado de la Enfermería en México.* http://www.cpe.salud.gob.mx/site3/publicaciones/docs/estado_enfermeria_mexico2018.pdf

Teque-Julcarima, M. S., Gálvez-Díaz, N. C., y Salazar-Mechán, D. M. (2020). Estrés académico en estudiantes de enfermería de universidad peruana. *Medicina Naturista, 14*(2), 43-47. https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7512760

Trunce Morales, S. T., Villarroel Quinchalef, G. P., Arntz Vera, J. A., Muñoz Muñoz, S. I., y Werner Contreras, K. M. (2020). Niveles de depresión, ansiedad, estrés y su relación con el rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Investigación en Educación Médica, 9*(36), 8-16. https://doi.org/10.22201/fm.20075057e.2020.36.20229

Valdez López, Y. C., Marentes Patrón, R. A., Correa Valenzuela, S. E., Hernández Pedroza,

R. I., Enríquez Quintero, I. D., y Quintana Zavala, M. O. (2022). Nivel de estrés y estrategias de afrontamiento utilizadas por estudiantes de la Licenciatura en Enfermería. *Enfermería Global, 21*(1), 248-259. https://dx.doi.org/10.6018/eglobal.441711