



UNIVERSIDAD  
PRIVADA  
DEL NORTE

# FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Carrera de Psicología

## “ESTRÉS ACADÉMICO”: UNA REVISIÓN SISTEMÁTICA DE LA LITERATURA CIENTÍFICA EN LOS ÚLTIMOS DIEZ AÑOS

Trabajo de investigación para optar al grado de:

**Bachiller en Psicología**

**Autores:**

Paul Abel Pastor Romero

Maria Alejandra Ayesta Ancajima

**Asesor:**

Dr. Walter Iván Abanto Vélez

Trujillo - Perú

2020

## DEDICATORIA

A nuestras madres:

Milagros Romero Velarde por su paciencia, apoyo y motivación.

Mary Ancajima Chico, quien en vida brindó su guía, apoyo y motivación.

*Que en paz descanse.*

## **AGRADECIMIENTO**

A nuestro asesor, el Dr. Walter Abanto Vélez por su dedicación, apoyo y motivación para realizar la presente investigación.

## Tabla de contenido

<b>DEDICATORIA</b> .....	<b>2</b>
<b>AGRADECIMIENTO</b> .....	<b>3</b>
<b>ÍNDICE DE TABLAS</b> .....	<b>5</b>
<b>RESUMEN</b> .....	<b>6</b>
<b>CAPÍTULO I. INTRODUCCIÓN</b> .....	<b>7</b>
<b>CAPÍTULO II. METODOLOGÍA</b> .....	<b>12</b>
<b>CAPÍTULO III. RESULTADOS</b> .....	<b>14</b>
<b>CAPÍTULO IV. DISCUSIÓN</b> .....	<b>51</b>
<b>REFERENCIAS</b> .....	<b>59</b>

## ÍNDICE DE TABLAS

<b>Tabla 01</b> Base de datos académicos consultadas respecto al constructo Estrés Académico.....	16
<b>Tabla 02</b> Constructos relacionados con la variable Estrés Académico en función a los títulos de los artículos científicos seleccionados.....	17
<b>Tabla 03</b> Características de estudio en función a la universidad de origen de la revista científica.....	18
<b>Tabla 04</b> Número de artículos publicados en revistas indexadas en función a los años de publicación comprendidos entre 2010 al 2020.....	20
<b>Tabla 05</b> Tipo de investigación en función a las fuentes de consulta, respecto al constructo Estrés Académico.....	20
<b>Tabla 06</b> Número de artículos publicados en revistas en función del país de publicación.....	21
<b>Tabla 07</b> Número de definiciones conceptuales en función a los artículos científicos seleccionados.....	21
<b>Tabla 08</b> Tipos de estrategias de búsqueda establecidas en esta investigación.....	27
<b>Tabla 09</b> Características de estudio en función a la redacción del artículo respecto al constructo Estrés Académico.....	27

## RESUMEN

La presente investigación fue de carácter descriptivo y tuvo como objetivo analizar, a través de un estudio sistemático, los avances e investigaciones presentes sobre el estrés académico, por medio de una revisión bibliográfica de artículos científicos de los últimos diez años. Para su realización, se extrajeron artículos, referentes a la variable en mención, de revistas indexadas nacionales e internacionales, publicadas en las bases de datos de plataformas como Google Académico, Scielo, Redalyc, Scopus y Dialnet, con una antigüedad no mayor a diez años, en los idiomas español e inglés. Los artículos escogidos se sintetizaron en una tabla de Excel, estructurando la información según su base de datos, título, institución, autor, objetivo, método, resultados, instrumentos de medición y conclusiones. Como parte de los resultados se obtuvo que, el estrés académico, es una variable que se encuentra relacionada con diferentes factores propios del contexto educativo. Este, constituye un fenómeno que afecta a el proceso de enseñanza y aprendizaje de los estudiantes y trae consigo efectos perjudiciales en su bienestar tanto físico como psicológico.

**PALABRAS CLAVES:** estrés académico, estrés en estudiantes, estrés universitario, niveles de estrés y academic stress.

## CAPÍTULO I. INTRODUCCIÓN

Actualmente, los estudiantes que se encuentran cursando una carrera profesional se ven enfrentados a diversas demandas que requieren el uso de una gran cantidad de recursos tanto físicos como psicológicos y comportamentales, generando esto el desarrollo de estrés académico en ellos. Este problema no ha sido ajeno a años anteriores, dado que, en el 2014 la Oficina de Estadística e Informática reportó un total de 1945 casos de trastornos psicológicos diagnosticados, en edades de 15 a 19 años, derivados de factores precipitantes, entre ellos el estrés. Mientras que, en el año 2016, del mismo modo, se reportaron un total de 7995 casos, llegando hasta el 2018 con un total de 6743. Los resultados evidencian un incremento del 310.95% de los diagnósticos en este tipo de población en los periodos comprendidos entre el 2014 – 2016; teniendo un descenso del 15.63% para el año 2018. Considerando esto, se estima una proyección de 18.5% menos en la cantidad de casos reportados.

Considerando la información procedente de diversos artículos de investigación, se estableció la siguiente definición para la variable de interés. El estrés es una condición de activación fisiológica, emocional, cognitiva y conductual (Berrio y Mazo, 2011) que se produce y afecta a los estudiantes en diferentes niveles (Polo, Hernández y Poza, 1996; citados en García y Escalera, 2011). Este, se presenta como la respuesta de un organismo ante los estresores que ocurren en el contexto educativo y que afectan directamente su rendimiento y desempeño. (Maturana, 2015); generando un proceso de cambio en los mecanismos adaptativos, con el objetivo de mantener el estado dinámico de entrada y salida de la información (Román y Hernández, 2011) y responder adecuadamente a las demandas y exigencias académicas percibidas.

A partir de ello, diversos autores realizaron una serie de estudios e investigaciones, dentro de las cuales resaltan los hallazgos de Feldman, Goncalves, Chacón, Zaragoza, Vaguez y De Pablo (2008), Arias, Núñez, Señalin y Salcedo (2019), así como también Rodríguez, Barriel y Uchin (2019) quienes identificaron que dentro de los principales factores y situaciones frecuentes que producen estrés académico se encuentran el prepararse, presentar un examen y esperar los resultados del mismo, además de tener una excesiva cantidad de material por estudiar. A su vez, determinaron que, dentro de las principales manifestaciones físicas producto del estrés experimentadas por los estudiantes estaban las somatizaciones, incluyendo dolores de cabeza frecuentes, tensión muscular y fatiga crónica; mientras que, dentro de las principales reacciones psicológicas se encontraron a la angustia, inquietud y ansiedad.

Estos resultados presentaron una relación directa con los estudios realizados por Satchimo, Nieves y Grau (2013) acerca de los principales factores de riesgo para el desarrollo de estrés académico; determinando que, casi en su totalidad, los estudiantes con edades menores a 18 años, presentaban un alto riesgo y vulnerabilidad ante el estrés, y un carácter de riesgo significativo en aquellos con 18 años a más, pudiendo disminuir este según sus estrategias de afrontamiento. Lo cual es reforzado por Silva, López, Sánchez y Gonzales (2019) quienes obtuvieron resultados similares en el rango de edad mencionado, añadiendo además que presentaban un nivel de estrés moderado, incrementándose el nivel de riesgo y vulnerabilidad ante el mismo.

Se hizo también una revisión de los diferentes modelos y teorías explicativas sobre el estrés, que pudieran aportar información significativa a la investigación, destacándose entonces el Modelo de la Psicobiología del Estrés, en el cual el estrés supone un fracaso



adaptativo. Expresa la incapacidad de los mecanismos psicológicos de defensa y las estrategias de afrontamiento para reducir la activación anti-homeostática causada por la cognición cerebral de indefensión. De esta forma, se busca mitigar la amenaza haciendo uso de mecanismos más tranquilizadores (negación, intelectualización, racionalización, etc.) y estrategias de afrontamiento destinadas a reducir la activación emocional (centradas en la emoción) y/o modificar las condiciones amenazadoras del entorno (estrategias centradas en el problema). Todos estos recursos adaptativos están relacionados funcionalmente entre sí interactuando de manera dinámica y cambiante en el transcurso del afrontamiento, siendo diferentes en cada sujeto, e incluso en cada contexto. (Valdés, 2018).

Por otro lado, el Modelo Transaccional del Estrés propuesto por Lazarus y Folkman, citado en Dahab, Rivadeneira y Minici (2010) propone una definición centrada en la interacción de la persona y su medio. En este, se plantea que el individuo realiza un proceso de evaluación orientado a dos direcciones: el ambiente y sus recursos; generándose el estrés cuando la persona valora a sus recursos y los considera como escasos para enfrentar las demandas de su entorno. De esta manera, se considera al estrés como un proceso dinámico que radica en la evaluación cognitiva tanto del estímulo como la respuesta.

El Modelo Sistémico Cognoscitivista para el Estudio del Estrés Académico propone que este, es un proceso sistémico, de carácter adaptativo y esencialmente psicológico, que se presenta cuando el estudiante se ve sometido, en contextos educativos, a una serie de demandas que, bajo su propia valoración son consideradas como estresores (input); estos estresores provocan un desequilibrio sistémico (situación estresante) que se manifiesta en una serie de síntomas (indicadores del desequilibrio); obligándolo a realizar acciones de afrontamiento (output) para restaurar el equilibrio sistémico. Una vez aplicadas estas

de la literatura científica en los últimos diez años estrategias de afrontamiento, en caso de ser exitosas, el sistema recupera su equilibrio sistémico; en caso de que no lo sean, realiza un tercer proceso de valoración que lo conduce a un ajuste para lograr el éxito esperado. (Barraza, 2005).

De esta manera, surge la necesidad de indagar e investigar a mayor profundidad las causas, consecuencias y factores implicados en el desarrollo del estrés académico en estudiantes universitarios; así como los resultados que este ha tenido acorde con investigaciones pasadas. Considerando esto, la pregunta de investigación establecida para el proceso metodológico es la siguiente: ¿Cuáles son los avances y descubrimientos que se han realizado sobre el estrés académico en estudiantes universitarios, acorde con la literatura científica en los últimos diez años?

Teniendo como base la información mencionada anteriormente, este trabajo se justifica debido a que, el estrés resulta un problema de significativa relevancia para la población juvenil, encontrándose presente en diversos trastornos psicológicos y teniendo una mayor incidencia en aquellas personas que se encuentran cursando una carrera profesional. Este, se ve implicado en diferentes aspectos de la vida diaria y trae consigo consecuencias no solo a nivel personal, sino también académico, influyendo de forma directa en factores como el rendimiento, desempeño y la predisposición a desarrollar actividades de forma adecuada en el mismo contexto.

Por tanto, se plantea que el objetivo de la presente investigación es analizar, a través de un estudio sistemático, los avances e investigaciones presentes sobre el estrés académico, por medio de una revisión bibliográfica de artículos científicos de los últimos diez años. Además, como objetivos específicos se tienen:

de la literatura científica en los últimos diez años

- Identificar las bases de datos académicos consultadas respecto al constructo de estrés académico.
- Identificar los constructos relacionados con la variable de estrés académico en función a los títulos de los artículos científicos seleccionados.
- Establecer las características de estudio en función a la universidad de origen de la revista científica.
- Identificar el número de artículos publicados en revistas indexadas en función a los años de publicación comprendidos entre 2010 al 2020.
- Identificar el tipo de investigaciones en función a las fuentes de consultas respecto al constructo.
- Identificar el número de artículos publicados en revistas indexadas en función al país de publicación.
- Identificar el número de definiciones conceptuales del estudio en función a los artículos científicos seleccionados.
- Determinar los tipos de estrategia de búsqueda establecidas en esta investigación.
- Establecer las características de estudio en función a la redacción del artículo respecto al constructo de estrés académico.

## CAPÍTULO II. METODOLOGÍA

Para lograr evidenciar los aportes de los estudios se realizó una selección con criterios de inclusión de artículos científicos teniendo en cuenta la proximidad al objeto de estudio, calidad y confiabilidad, de tal modo que se pueda realizar una aproximación e integración en respuesta a la pregunta formulada. (Urra y Barría, 2010).

Se incluyeron artículos originales publicados en revistas de alto impacto en los idiomas de inglés y español, que se encontraran en las bases de datos de las plataformas de Scielo, Redalyc, Dialnet y Google Académico, en un periodo comprendido entre los años 2010 y 2020. Se consideraron artículos científicos provenientes de Instituciones de Educación Superior, de formación tecnológica y profesional, que cumplieran con la metodología IMRD. Finalmente, se determinó que el tópico central de búsqueda sea el de aquellas investigaciones que se aproximaran a la variable y respondieran a la pregunta de investigación planteada.

Todo el material fue seleccionado de la base de datos de las plataformas que contienen artículos y revistas científicas de utilidad para la investigación, tales como: Scielo, Redalyc, Dialnet y Google Académico.

Para garantizar un mejor proceso de búsqueda se definieron términos claves a partir de la pregunta de investigación, los cuales fueron: “estrés académico”, “estrés en estudiantes”, “estrés universitario”, “niveles de estrés” y “academic stress”.

Así mismo, se consideró el excluir de la investigación artículos que no se aproximen a la pregunta de investigación y la variable, que se hayan realizado fuera de la fecha límite establecida. Además, que se encuentren en idiomas externos a los considerados y no cumplan

de la literatura científica en los últimos diez años con la metodología IMRD. Finalmente, estudios que no expongan toda la información pertinente y que se hallen en bases de datos o repositorios donde se solicita remuneración económica para el acceso a los mismos.

Se realizó la extracción de artículos, considerando los criterios de selección anteriormente mencionados. Para ello, se utilizó el método de revisiones sistemáticas propuesto por Moreno, Muñoz, Cuellar, Domancic y Villanueva (2018), los cuales explican el proceso para la selección de artículos: (1) búsqueda de literatura científica, haciendo uso de la terminología clave y plataformas digitales anteriormente mencionadas, (2) filtro, de artículos encontrados en base a su título y resumen, (3) evaluación de textos completos para su elegibilidad, (4) revisión de manuscritos y aplicación de criterios de inclusión, los cuales fueron sistematizados en un archivo de formato .xlsx (excel), donde fueron organizados por base de datos, título, institución, autor, objetivo, método, resultados, instrumentos de medición y conclusiones. Y, finalmente, (5) estudios en la revisión sistemática, obteniendo una muestra conformada por 37 artículos científicos.

### CAPÍTULO III. RESULTADOS

**Tabla 01**

*Base de datos académicas consultadas respecto al constructo Estrés Académico*

Base de Datos	N°	%
<i>Google Académico</i>	21	56.76
<i>Scielo</i>	6	16.22
<i>Dialnet</i>	5	13.51
<i>Redalyc</i>	3	8.11
<i>Scopus</i>	2	5.41
Total	37	100

En la tabla 1, se observa que el 56.76% de los artículos consultados pertenecen a la base de datos de Google Académico, el 16.22% pertenece a Scielo. El 13.51% de los artículos, consultados pertenece a la base de datos de Dialnet, el 8.11%, pertenece a la base de datos de Redalyc y solo el 5.41% de artículos pertenece a Scopus.

**Tabla 02**

*Constructos relacionados con la variable Estrés Académico en función a los títulos de los artículos científicos seleccionados*

Constructos relacionados con la variable estrés académico	N°	%
<i>Estrés académico y variables asociadas</i>	19	51.35
<i>Desempeño académico</i>	3	8.11
<i>Inteligencia emocional</i>	2	5.41
<i>Burnout</i>	2	5.41
<i>Factores de riesgo y vulnerabilidad</i>	2	5.41
<i>Ansiedad</i>	2	5.41
<i>Salud mental y calidad de sueño</i>	1	2.70
<i>Autoestima</i>	1	2.70
<i>Cortisol salival</i>	1	2.70
<i>Perfiles bioquímico</i>	1	2.70
<i>Emociones académicas</i>	1	2.70
<i>Estrategias de afrontamiento</i>	1	2.70
<i>Estrés crónico</i>	1	2.70
Total	37	100

En la tabla 02 se puede observar el que 53.35% de los artículos consultados se encuentran relacionados con el constructo de estrés académico y sus variables. El 8.11% de los artículos consultados, está relacionado con el constructo de desempeño académico. Así mismo, el 5.41% está relacionado con los constructos de inteligencia emocional, *burnout*, factores de riesgo y vulnerabilidad, y ansiedad. Finalmente, el 2.70% de los artículos consultados, están relacionados con los constructos de cortisol salival, perfiles bioquímicos, emociones académicas, estrategias de afrontamiento y estrés crónico respectivamente.

**Tabla 03**

*Características de estudio en función a la universidad de origen de la revista científica*

Universidades de origen de las revistas científicas	N°	%
<i>Universidad de Valencia</i>	1	2.70
<i>Universidad del Papaloapan</i>	1	2.70
<i>Universidad Veracruzana</i>	1	2.70
<i>Universidad Peruana Cayetano Heredia</i>	2	5.41
<i>Universidad Pontificia Bolivariana de Medellín</i>	1	2.70
<i>Universidad de los Lagos</i>	1	2.70
<i>Universidad Pontificia de Comillas</i>	1	2.70
<i>Universidad Estatal de Milagro</i>	1	2.70
<i>Universidad Michoacana</i>	2	5.41
<i>Universidad de Bengaluru</i>	1	2.70
<i>Universidad Pedagógica de Durango</i>	1	2.70
<i>Universidad de Guadalajara</i>	1	2.70
<i>Universidad de Antioquía</i>	1	2.70
<i>Universidad de Belgrado</i>	1	2.70
<i>Universidad de Pondicherry</i>	1	2.70
<i>Universidad de las Islas Baleares</i>	1	2.70
<i>Universidad San Martín de Porres</i>	1	2.70
<i>Universidad César Vallejo</i>	1	2.70
<i>Universidad Privada Antenor Orrego</i>	2	5.41
<i>Universidad Nacional Mayor de San Marcos</i>	1	2.70
<i>Universidad Nacional de San Agustín</i>	1	2.70
<i>Universidad Alfonso X El Sabio</i>	1	2.70
<i>Universidad Javeriana</i>	1	2.70
<i>Universidad Estatal de la Península de Santa Elena, Universidad Técnica de Machala</i>	1	2.70



de la literatura científica en los últimos diez años

<i>Universidad de León Guanajuato</i>	2	5.41
<i>Universidad Juárez Autónoma de Tabasco</i>	1	2.70
<i>Instituto de Ciencias Biomédicas</i>	1	2.70
<i>Instituto Tecnológico Superior Vicente Roca fuerte</i>	1	2.70
<i>Instituto Superior de Ciencias de la Educación de Huambo y Universidad Central “Marta Abreu” de Las Villas</i>	1	2.70
<i>Universidad de Málaga y Universidad de Córdoba.</i>	1	2.70
<i>Universidad Juárez Autónoma de Tabasco</i>	1	2.70
<i>Universidad de Coruña</i>	1	2.70
<i>Unión de Universidades</i>	1	2.70
Total	37	100

En la tabla 03 se observa que, el 5.41% de los artículos consultados pertenecen a universidades como, Universidad Peruana Cayetano Heredia, Universidad Michoacana, Universidad Privada Antenor Orrego, Universidad de León Guanajuato, respectivamente. Mientras que, el 2.70% de los artículos consultados pertenecen a diferentes instituciones de enseñanza superior con una formación tecnológica y profesional, respectivamente.

**Tabla 04**

*Número de artículos publicados en revistas indexadas en función a los años de publicación comprendidos entre 2010 al 2020*

Año	N°	%
2010	1	2.70
2011	2	5.41
2012	3	8.11
2013	5	13.51
2014	4	10.81
2015	6	16.22
2016	4	10.81
2017	3	8.11
2018	4	10.81
2019	5	13.51
Total	37	100

En la tabla 04, se observa que 16.22% de los artículos consultados fueron indexados en el año 2015, el 13.51% de los artículos en los años 2013 y 2019 respectivamente. Y solo el 2.70 de los artículos fueron indexados en el año 2010.

**Tabla 05**

*Tipo de investigación en función a las fuentes de consulta, respecto al constructo Estrés Académico*

Tipo de investigación	N°	%
<i>Artículo Científico</i>	37	100
Total	37	100

En la tabla 05, se observa que el 100% de las fuentes consultadas, respecto al constructo de interés pertenecieron a artículos de carácter científico.

**Tabla 06**

*Número de artículos publicados en revistas en función del país de publicación.*

País	N°	%
<i>España</i>	7	18.92
<i>México</i>	9	24.32
<i>Perú</i>	9	24.32
<i>Colombia</i>	3	8.11
<i>Ecuador</i>	3	8.11
<i>Chile</i>	2	5.41
<i>India</i>	1	2.70
<i>Serbia</i>	1	2.70
<i>Australia</i>	1	2.70
<i>Angola y Cuba</i>	1	2.70
Total	37	100

En la tabla 06 se puede observar que el 24.32% de los artículos consultados en revistas, fueron publicados en Perú y México de manera respectiva, el 18.92% en España y el 2.70% fueron publicados en países como, India, Serbia, Australia, Angola y Cuba.

**Tabla 07**

*Número de definiciones conceptuales en función a los artículos científicos seleccionados.*

Base de Datos	N°	%
Barraza (2006) citado en Satchimo, Nieves y Grau (2011) , Barraza (2012), Marín, Álvarez, Izalde, Anguiano y Lemus (2014), Martin (2015), Jerez y Oyarzeo (2015), Toribio y Franco (2016), Céspedes, Soto y Alipázaga (2019), Rodriguez, Barriel y Uchin (2019) y Silva, López, Sánchez y Gonzáles (2019) conceptualiza al estrés académico	9	24.32

de la literatura científica en los últimos diez años

como un proceso sistémico de carácter adaptativo y esencialmente psicológico, que se presenta de manera descriptiva en tres momentos: Primero: el alumno se ve sometido, en contextos escolares, a una serie de demandas que, bajo la valoración del propio alumno son consideradas estresores. Segundo: estos estresores provocan un desequilibrio sistémico (situación estresante), que se manifiesta en una serie de síntomas (que son los indicadores del desequilibrio), y tercero: este desequilibrio sistémico obliga al alumno a realizar acciones de adaptación para restaurar el equilibrio sistémico, lo que se conoce como estrategias de afrontamiento, esta valoración constituye un proceso psicológico de interpretación que se pone en marcha cuando el entorno se considera amenazante y cada sujeto tiende a la utilización de los estilos de afrontamiento que domina, sea por aprendizaje o por descubrimiento fortuito, en una situación de emergencia.

Selye (1956) citado en Córdova y Benigna (2018) concibe al estrés como una reacción o manifestación adaptativa específica del organismo ante las demandas de su medio externo. 1 2.70

Orlandini (1999) citado en Mazo, Londoño y Gutiérrez (2013) plantea que, desde los grados preescolares hasta la educación universitaria de postgrado, cuando una persona está en período de aprendizaje, experimenta tensión. A ésta se le denomina estrés académico, y ocurre tanto en el estudio individual como en el aula escolar. 1 2.70

La Organización Mundial de la Salud (OMS) Rivas y Jiménez (2014) y citada en Córdova y Benigna (2018) define el estrés como el “conjunto de reacciones fisiológicas, que preparan al organismo para la acción”. 1 2.70

Polo (1996) citado en García, Pérez, Gónzales, Pérez y Natividad (2010) refiere que el estrés académico puede definirse simplemente “como aquél que se produce en relación con el ámbito educativo, incluyendo tanto el experimentado por los docentes como por los estudiantes de todos los niveles del sistema educativo”. 1 2.70

Pullido, Serrajo, Valdéz, Chávez, Hidakgo y Vera (2011) refieren que el estrés académico es una reacción del organismo ante las demandas de su medio cuando éstas se originan en el contexto de un proceso 1 2.70

de la literatura científica en los últimos diez años

educativo, exigiendo el uso de las reservas del individuo, las cuales, de agotarse, pueden traducirse en una serie de problemas.

Alfonso, Calcines, Monteagudo y Nieves (2015) citados en Alvarez (2018) mencionan que, el estrés académico se define como aquel factor que se origina por las demandas del entorno educativo y que afecta al profesorado y estudiantado. Es el malestar que siente el estudiante por causas físicas, emocionales, de relaciones interpersonales, de entorno y que pueden influir con presión en el desarrollo de las competencias que afrontan un contexto de rendimiento académico. 1 2.70

Arribas (2013) considera al estrés académico como aquel que se genera a partir de las demandas propias del contexto académico, sin que intervengan de forma significativa aspectos externos a la vida académica. 1 2.70

Espinel, Tobles y Álvarez (2015) plantean que el estrés hace referencia a una dolencia o aflicción que se presente en el día a día, relacionándolo con aspectos negativos. Sin embargo, también resulta una respuesta adaptativa del organismo, que es utilizada para defendernos de las amenazas del entorno. 1 2.70

Jayasankara, Rajan y Thatil (2018) mencionan que, el estrés académico resulta una interacción entre los estresores ambientales, la evaluación de los estudiantes y las reacciones a los mismos. 1 2.70

Pozos, Preciado, Acosta, Aguilera y Delgado (2014) consideran que, el estrés es una reacción fisiológica de un organismo en el que entran en juego diversos mecanismos de defensa para enfrentar una situación que se percibe como amenazante o de mayor demanda. 1 2.70

Caldera, Pulido y Martínez (2007) citados en Berrio y Mazo (2011) definen el estrés académico como aquél que se genera por las demandas que impone el ámbito educativo. En consecuencia, tanto alumnos como docentes, pueden verse afectados por este problema. Sin embargo, nos vamos a focalizar en el estrés académico de los estudiantes universitarios. 1 2.70

Verma y Gupta (1990) citados en Deb, Strondl y Sun (2015) plantean que "el estrés académico implica angustia mental con respecto desafíos 1 2.70

de la literatura científica en los últimos diez años

académicos anticipados o fracaso o incluso una conciencia de la posibilidad de fracaso académico"

Cuadra y Florenzano (2003) Gelabert y Muntaner (2017) mencionan que el estrés se define como la tensión provocada por situaciones agobiantes que originan reacciones psicósomáticas o trastornos psicológicos a veces graves; es una sobrecarga para el individuo, la cual está sometida a la relación entre las demandas de la situación y los recursos que posee la persona para afrontar dicha situación. Si los recursos son menores la sobrecarga será mayor. 1 2.70

Correa, F. (2013) propone que, el estrés, generalizado al ámbito humano, hace referencia a una situación, en la cual, los mecanismos de compensación y de afrontamiento que presenta la persona, corren el riesgo de ser superados, perturbando así el funcionamiento normal del cuerpo, predisponiéndolo a sufrir diversas patologías orgánicas y funcionales, e incluso la muerte. 1 2.70

Benites, Viela, Valladares, Cuzcano, Lezama, Vilela y Mejía (2014) proponen que el estrés es un proceso que se origina cuando las demandas ambientales superan la capacidad que un organismo tiene para adaptarse, esto puede dar lugar a cambios biológicos y psicológicos; pudiendo propiciar enfermedades mediante el incremento endógeno de cortisol, induciendo linfocitopenia, y la inhibición de la diferenciación linfocitaria. 1 2.70

Fernandez, Bardales y Hilario (2013) proponen que, el estrés se refiere a los diferentes tipos de presiones y demandas que se encuentran en un ambiente particular. Algunos investigadores definen el término como la respuesta individual a esas presiones y demandas. Estas respuestas individuales son moduladas por una valoración cognitiva. Las personas evalúan las demandas que les imponen una situación y, luego, evalúan los recursos para responder a esas demandas. Si las demandas han sido evaluadas como superiores a los recursos percibidos, la amenaza percibida se evalúa y es considerada como la respuesta al estrés catecolaminas, todo como respuesta al estrés 1 2.70

<p>Redollar (2011) citado en Chávez y Peralta (2019) define al estrés como estímulo, refiriéndose a la exposición a circunstancias o acontecimientos externos al sujeto, denominados agentes estresores, los mismos que alteran el equilibrio fisiológico y psicológico de la persona. El estrés como respuesta implica las manifestaciones del organismo de tipo fisiológico, emocional o conductual ante la presencia de estresores, y por último, el estrés como relación acontecimiento-reacción viene a ser el conjunto de estrategias de afrontamiento del sujeto frente a los agentes estresores.</p>	1	2.70
<p>Castillo, Chacón y Díaz (2016) plantean que, el estrés es un fenómeno que se asocia a eventos académicos, psicosociales y económicos. De estos factores, los que más destacan son los académicos, principalmente la alta carga académica expresada en cantidad de cursos, tanto presenciales como no presenciales, que deben dedicar al estudio.</p>	1	2.70
<p>Duarte, Varela, Braschi y Sánchez (2015) plantean que, el estrés mantenido en el tiempo actual como desencadenante en diferentes procesos de enfermedad tanto a nivel físico como mental. Por esta razón, debido a que en muchas ocasiones no se puede eliminar la exposición constante al evento estresante, es importante priorizar el conocimiento de los mecanismos de afrontamiento de influencia negativa en la persona y la forma de realizar un afrontamiento exitoso.</p>	1	2.70
<p>Kanner, Coyne, Schaefer y Lazarus (1981) citados en Vizoso y Arias (2016) mencionan que el estrés es un fenómeno que surge cuando un individuo percibe que una situación es amenazante o que desbordan sus recursos para hacerle frente. Por ello, se puede experimentar estrés en cualquier contexto ante situaciones adversas que se dan en la vida cotidiana. Así, los estudiantes también pueden percibir como estresantes algunas de las situaciones que deben afrontar en el contexto académico.</p>	1	2.70
<p>Ruiz (2001) citado en Castillo, Barrios y Alvis (2018) define al estrés como la respuesta psicológica, fisiológica o emocional de una persona al intentar adaptarse a presiones internas o externas; incluso, pueden generar estrés hechos positivos que exigen un gran cambio o implican</p>	1	2.70

de la literatura científica en los últimos diez años

algún proceso de adaptación físico o mental. Cuando estas situaciones, sean positivas o negativas, surgen en el contexto escolar como parte del proceso educativo, es frecuente referirse a ellas como estrés académico. El ambiente escolar, en especial el nivel de enseñanza, guarda relación directa y proporcional con el nivel de estrés, y a medida que este aumenta, el estrés de la persona también va en aumento.

Labrador (1995) citado en Vallejo, Aja y Plaza (2017) plante que el estrés se entiende como un proceso de índole psicosocial en el que intervienen las respuestas fisiológicas del organismo, además de las características del ambiente social y factores personales.

No conceptualizado por Gonzáles, Souto y Fernández (2017); Arias, Núñez, Señalín y Salcedo (2019); Vilchez, Quiñones, Failoc, Acevedo, Larico, Mucching, Torres, Aquino, Córdova, Huerta, Espinoza, Palacios y Díaz (2019); Chiyong y Villacampa (2015); Backović, D, Živojinović, Maksimović y Maksimović (2012); Bedoya, Matos y Zelaya (2012)

1 2.70

6 16.22

Total

37

100

En la tabla 07 se observa que, el 24.32% utilizaron la definición conceptual de Barraza, considerando a la variable como un proceso sistémico de carácter adaptativo y esencialmente psicológico, que se presenta de manera descriptiva en tres momentos, mientras que el 16.22% de los artículos consultados, no conceptualizaron la variable de estudio.



**Tabla 08**

*Tipos de estrategias de búsqueda establecidas en esta investigación.*

Tipo de estrategia de búsqueda	N°	%
<i>Palabras Clave</i>	37	100
Total	37	100

Como se puede observar en la tabla 08, el 100% de las estrategias de búsqueda, fueron mediante palabras clave.

**Tabla 09**

*Características de estudio en función a la redacción del artículo respecto al constructo Estrés Académico*

AUTOR/ES	OBJETIVO	MÉTODO	RESULTADO	INSTRUMENTO DE MEDICIÓN	CONCLUSIÓN
García, R.; Pérez Gonzáles, F.; Pérez Blasco, J. y Natividad, L.	Determinar las situaciones académicas en que los estudiantes de nuevo acceso a la universidad manifiestan experimentar niveles superiores de estrés y evaluar la dimensionalidad y características psicométricas del CEAU	Comparativo	Los resultados constatan que el estrés académico constituye un fenómeno generalizado en el año de acceso a la universidad y que los niveles superiores se presentan respecto diferentes factores.	Cuestionario de Estrés Académico en la Universidad (CEAU)	El estrés académico constituye un fenómeno generalizado entre los estudiantes de nueva incorporación a la universidad, siendo experimentado por el 82% de los

de la literatura científica en los últimos diez años

participantes  
en más de una  
ocasión.

<p>Toribio, C. y Franco, S. Identificar los principales estresores desencadenantes del estrés académico en los estudiantes de la Licenciatura en Enfermería de la Universidad del Papaloapan.</p>	<p>los Descriptivo transversal.</p>	<p>Los resultados revelan que los estresores más afectantes en esta población son: los exámenes, la sobrecarga académica, el corto periodo de entrega de las mismas y la personalidad/carácter del profesor.</p>	<p>Inventario del SISCO Estrés Académico.</p>	<p>El estrés académico cuya fuente se encuentra en el ámbito educativo es una cuestión que afecta al aprendizaje de los estudiantes y a su bienestar</p>
<p>Pullido, M.; Serrajo, M.; Valdéz, E.; Chávez, M.;Hidalgo, P. y Vera, F. Identificar el perfil de los estudiantes de una universidad con mayores niveles de estrés académico y determinar las propiedades psicométricas del instrumento denominado SEEU.</p>	<p>Analítico</p>	<p>Se observó que los estudiantes de las carreras de Sistemas, Traducción, Diseño Gráfico y Arquitectura manifiestan los niveles más elevados de estrés. Siendo igualmente altos en los primeros y últimos semestres.</p>	<p>Cuestionario SEEU (Sobre estrés en estudiantes universitarios )</p>	<p>Las distintas licenciaturas difieren significativamente en cuanto a los niveles de estrés académico que generan.</p>

de la literatura científica en los últimos diez años

<p>Bedoya, F.; Determinar los niveles de estrés, manifestaciones psicosomáticas y estrategias de afrontamiento en estudiantes de medicina de primero, cuarto y séptimo año de una Universidad Privada de Lima en el año 2012.</p>	<p>Descriptivo transversal</p>	<p>La prevalencia de estrés académico alcanzó el 77,54%. Los estudiantes de séptimo año obtuvieron los mayores niveles, siendo más bajo en varones que en mujeres. El estresor más frecuente fue la sobrecarga de trabajos y evaluaciones de los profesores.</p>	<p>Inventario de estrés SISCO Académico.</p>	<p>La frecuencia de manifestaciones psicosomáticas fue moderada a predominio de reacciones psicológicas en ambos sexos y en los tres años de estudio. Se sugiere la evaluación del estrés en estudiantes bajo terapia antidepressiva.</p>
<p>Mazo, R.; Conocer los niveles de estrés académico de los estudiantes de pregrado de la Universidad Pontificia Bolivariana de Medellín, y su relación con variables como edad, sexo, nivel de estudios y tipo de</p>	<p>Descriptivo transversal</p>	<p>Sugieren que la prueba permite diferenciar las variables susceptibilidad al estrés y contexto académico, como predictores del nivel de estrés académico de los estudiantes</p>	<p>Inventario de Estrés Académico (INVEA)</p>	<p>Los espacios educativos tienen diferentes niveles de estrés y la academia debe contribuir al control del estrés en los espacios de formación</p>

de la literatura científica en los últimos diez años

carrera de los de pregrado, estudiantes. además de evidenciar diferencias en las variables señaladas.

<p>Álvarez, L.; Gallegos, R. y Herrera, P.</p> <p>Identificar el nivel de estrés académico al que están expuestos los estudiantes de Tecnología Superior en Finanzas de una entidad de educación superior pública de la ciudad de Guayaquil-Ecuador.</p>	<p>No experiment al, transversal.</p>	<p>Las reacciones de tipo psicológicas, como respuesta al estrés son las de mayor incidencia, siendo más frecuentes y punteadas la ansiedad, angustia o desesperación, concentración e inquietud.</p>	<p>Inventario SISCO del Estrés Académico.</p> <p>El estrés académico está presenta en nivel medio, siendo las demandas del entorno tales como la sobrecarga, los mayores desencadenantes de reacciones a nivel psicológico.</p>
<p>Jerez, M. y Oyarzo, C.</p> <p>Identificar la prevalencia de estrés en estudiantes de la Universidad de Los Lagos, Osorno.</p>	<p>la No experiment al, descriptivo, transversal.</p>	<p>Un 98% de los estudiantes han presentado estrés académico, señalando estar más estresadas las mujeres que los hombres. Teniendo como síntomas más frecuentes somnolencia,</p>	<p>Inventario SISCO del Estrés Académico.</p> <p>En relación a los factores estresores los más recurrentes en las diferentes carreras fueron las evaluaciones de los profesores, la sobrecarga de tareas y</p>

de la literatura científica en los últimos diez años

problemas de trabajos y el  
concentración, tiempo  
fatiga crónica y limitado para  
problemas de la  
digestión. realización de  
trabajos.

Arribas, J.	Proponer un modelo Analítico estructural de las dimensiones que configuran el estrés académico de los estudiantes universitarios	Analítico	Las dimensiones Escala de Se o estresores Estrés académico que Académico al estrés Percibido. podrán ser susceptibles de intervención con el fin de controlar la intensidad con la que son percibidos por los estudiantes, y de esta forma incidir sobre dos aspectos fundamentales durante el desarrollo de sus estudios: el bienestar psicológico y el rendimiento académico.	Se puede afirmar que el constructo estrés académico está conformado por cuatro dimensiones estructurales generadas por demandas propias del contexto académico. Dichas dimensiones son: “trabajos obligatorios”, “sobrecarga académica”, “percepción del profesor” y “percepción de la asignatura”
-------------	--	-----------	---	--

de la literatura científica en los últimos diez años

Espinel, J.;	Determinar la	Cualitativo,	La frecuencia de	Tobles, J. y	ocurrencia de los	descriptivo,	los síntomas se	Álvarez, G.	riesgos	transversal.	evidencian en un		Estrés	estudiantes	El 71% de				
	psicosociales en el	40% de	Académico.		grado de estrés, con	reacciones	síntomas de		el fin de contribuir	físicas, 33,33 %	estrés durante		al buen vivir dentro	de reacciones	el semestre				
	de los	de reacciones	.La intensidad		de los	psicológicas y el	del estrés es		establecimientos	26,7% muestran	del 85,88% en		educativos.	reacciones	este estudio,				
		comportamental	lo que para			es, sin embargo	(Van-			el uso de	DerHofstadt			estrategias de	Román &				
		del estrés arrojan	Gómez Gras,			porcentajes en	2013) puede			un promedio del	convertirse en			16% para alguna	un problema				
		de ellas	para el				organismo.												
Marín, M.	Comparar el nivel	No	Respecto al		de estrés experiment	género de los	SISCO del		académico que al,	estudiantes	Estrés es		presentan los	según	Académico.		correlacion	dependencia	psicológicas
	estudiantes	de comparativ	sobresale la		al,	universitaria se	ansiedad,		universitarios de	y observa que	angustia o		de o	predomina el	desesperación				
	las facultades de	transversal.	y en las		Químico farmacobio	género femenino	manifestacion		logía, Psicología y	con un 64.4%	es		escuela de	(580). Con un	comportament				
	Enfermería y Salud	comportamiento	ales el		Pública de la	similar en las			Universidad										

			de la literatura científica en los últimos diez años	
	Michoacana de San Nicolás de Hidalgo.		tres instituciones educativas)	incremento o disminución en el consumo de alimentos.
Jayasankara .K.; Rajan, K. y Thattil, A.	Encontrar si existe estrés académico entre los estudiantes. Además de comprender si existen diferencias de género y corrientes en cuanto al estrés académico informado por los participantes.	Cuantitativo	Acorde con la Escala de Estrés Académico se encontró que el 48.80% de los estudiantes caen en la categoría de tener niveles de estrés promedio a alto. Se determinó que no existe una diferencia significativa en el estrés académico total experimentado por hombres y mujeres.	El estrés académico se ha convertido en un problema generalizado en todos los países, culturas y grupos étnico. El presente estudio sacó a la luz que el estrés académico sigue siendo un problema devastador que afecta la salud mental y el bienestar de los estudiantes.
Barraza, A.	Establecer el nivel de presencia de diversos estresores académicos y determinar la relación de estos estresores con dos	Correlación transaccional y experimental	El estresor que se presenta con mayor frecuencia en los alumnos de la Licenciatura en Intervención	Inventario de Estresores Académicos (IESA) que con mayor frecuencia están presentes en los alumnos pueden

de la literatura científica en los últimos diez años

indicadores del  
desempeño  
académico.

Educativa fue la  
realización de un  
examen,  
mientras que el  
que se presenta  
con menos  
frecuencia fue la  
aparición física  
del profesor.  
corresponder  
a los tres  
rubros ya  
identificados:  
exámenes,  
trabajo  
académico y  
el profesor.

Pozos, B.; Examinar la Transversal  
Preciado, correlación y el analítico.  
M.; Acosta, valor predictivo  
M.; entre el Inventario  
Aguilera, de Estrés  
M. y Académico (IEA) y  
Delgado, D. el Inventario de  
Síntomas de Estrés  
(ISE) en estudiantes  
universitarios, así  
como su asociación  
con la edad y género  
en ambos  
inventarios.

Los resultados Inventario de Se concluye  
mostraron que Estrés que la  
las situaciones Académico identificación  
del IEA que (IEA) y el exacta de  
corresponden a Inventario de estresores  
intervención en Síntomas de podría ayudar  
clase, trabajos Estrés (ISE) a entender el  
obligatorios y la estrés y sus  
realización de un efectos  
examen predicen dañinos en  
un nivel elevado estudiantes  
de estrés universitarios.  
crónico; el  
género femenino  
y las edades de  
18, 23 y 25 años  
se asociaron  
mayormente con  
el estrés.

Berrío, N. y Revisar algunos Descriptivo  
Mazo, R. modelos cognitivos  
del estrés,  
incluyendo el  
Modelo  
Cognoscitivo

No se Inventario de El estrés  
evidenciaron Estrés académico es  
diferencias Académico un tipo de  
significativas en estrés cuya  
estrés académico fuente se  
según el género. encuentra en



<p>Sistémico del estrés académico, para establecer una discusión entre ellos.</p>	<p>Se encontró que las Unidades Académicas con mayores niveles de estrés académico son Ciencias Exactas, Enfermería e Ingeniería. En cuanto a nivel de estudios se observó mayor estrés en el noveno semestre.</p>	<p>de la literatura científica en los últimos diez años el ámbito educativo. Es un tópico aún muy nuevo en las ciencias de la salud, y por ello, aún no se ha incluido su diagnóstico en las clasificaciones nosológicas DSM y CIE.</p>
<p>Backović,D.; Živojinović, J.; Maksimović, J y Maksimović, M. Determinar la influencia del estrés académico en la salud mental y el síndrome de burnout con la intención de encontrar diferentes patrones en estudiantes de medicina de sexo masculino y femenino.</p>	<p>Los exámenes se describieron como un estresante en el 50% de todos los estudiantes examinados. Se encontraron puntuaciones altas entre el 52,6% de todos los estudiantes examinados en la subescala MBI de despersonalizaci</p>	<p>Se encontraron diferencias de género en los patrones de comportamiento y salud; así como en la percepción de la salud física y los efectos del estrés de actividades académicas particulares. Finalmente, se identificaron como fuentes</p>

de la literatura científica en los últimos diez años  
 ón, y 33.6% en la principales del  
 subescala MBI estrés  
 de agotamiento académico a  
 emocional sin los exámenes  
 diferencia de y elementos  
 género de  
 evaluaciones  
 de la curricula  
 escolar.

<p>Deb, S.; Investigar el estrés Analítico          Strodl, E. y académico y la          Sun, J. salud mental de los          estudiantes de          secundaria indios y          la asociación entre          diversos factores          psicosociales y          estrés académico</p>	<p>Más del 50% de Cuestionario          los estudiantes de salud académico es          informaron general un problema          estrés debido a la (GHQ-28) y grave que          presión Cuestionario afecta a casi          académica. Estructurado. dos tercios de          Alrededor de los estudiantes          dos tercios de los de secundaria          estudiantes en Kolkata. Se          informaron sugieren          sentirse métodos          presionados por potenciales          tener un mayor para combatir          rendimiento los desafíos de          académico. Así las presiones          mismo, el 81,6% académicas.          informó          experimentar          ansiedad          relacionada con          exámenes.</p>	<p>El estrés          académico es          un problema          grave que          afecta a casi          dos tercios de          los estudiantes          de secundaria          en Kolkata. Se          sugieren          métodos          potenciales          para combatir          los desafíos de          las presiones          académicas.</p>
<p>Gelabert, J. Conocer las Transversal          y diferencias de estrés          Muntaner, académico por sexo          A. que causan las</p>	<p>Los estudiantes Escala de Las          del género Estrés estudiantes          masculino Académico universitarias          muestran de Percibido de poseen unos</p>	

de la literatura científica en los últimos diez años

asignaturas estudiadas y en segundo lugar percibir las emociones académicas de ambos sexos.

forma significativa menores valores de estrés percibido que el género femenino en diversos factores. Los estudiantes universitarios experimentan significativamente mayores emociones académicas positivas. Arribas y Escala de estrés percibido académicas superior al de los alumnos de género masculino. Las estudiantes universitarias presentan valores más altos en emociones académicas negativas, mientras los estudiantes universitarios los presentan en emociones académicas positivas.

Céspedes, E; Soto, V. y Alipázaga, P. Descriptivo No se encontró asociación entre la inteligencia emocional y stress académico (p<0,05). Con frecuencia que más se presentó el estrés académico. Evaluación de la asociación entre la inteligencia emocional y niveles de estrés académico en los estudiantes de la Facultad de Medicina Humana de la Universidad de San Martín de Porres -Filial Norte. No se encontró asociación entre la inteligencia emocional y Bar-on e Inventario de estrés académico. Se concluye que no existe relación de la inteligencia emocional y niveles de estrés académico en los estudiantes de medicina de la

			<p>de la literatura científica en los últimos diez años en los estudiantes fue de algunas veces con 64,1%, seguido de casi siempre con 28,8%.</p>		<p>Universidad de San Martín de Porres Filial Norte.</p>
<p>Correa, F.</p>	<p>Determinar el nivel de estrés presente en los universitarios, generado por razones académicas; además de sus principales consecuencias y más frecuentes medios de afrontamiento.</p>	<p>Transversal</p>	<p>Se encontró una mayor prevalencia del nivel de preocupación en mujeres. La edad con frecuencia más alta fue 18 años. El nivel de estrés académico es casi homogéneo en sus tres niveles, siendo el de mayor frecuencia el nivel alto (36,8%).</p>	<p>Inventario SISCO del Estrés Académico.</p>	<p>Los niveles de preocupación presentes en los estudiantes es medio, con mayor prevalencia en mujeres; siendo el nivel de estrés académico presente en los universitarios, alto en mayor frecuencia.</p>
<p>Benites, K.; Vilela, M.; Valladares, M.; Cuzcano, A.; Lezama, P.; Vilela, P. y Mejía, C.</p>	<p>Determinar la asociación del perfil bioquímico y el estrés en estudiantes de medicina humana de la Universidad Privada Antenor Orrego-Piura.</p>	<p>Transversal analítico</p>	<p>El 11% (14) tuvo un puntaje de la escala STAI considerado como estrés moderado/severo; esto estuvo asociado al valor promedio de los</p>	<p>Inventario de Ansiedad Estado Riesgo</p>	<p>Algunos valores y bioquímicos estuvieron altos en aquellos estudiantes de medicina que estuvieron</p>

de la literatura científica en los últimos diez años

triglicéridos, de la hemoglobina y del PCR positivo. No se encontró asociación de los valores bioquímicos según el año de estudio, pero si con el peso del estudiante ( $p: 0,036$ ).  
 más estresados, se deberían realizar estudios longitudinales para determinar si es que existe causalidad en la relación.

<p>Fernández, L.; Bardales, V. y Hilario, J.</p>	<p>Determinar los niveles de cortisol salival, estrés académico y o características sociodemográficas en los estudiantes de segundo año de medicina de la Universidad Privada Antenor Orrego en el semestre 2012 - I.</p>	<p>Descriptivo comparativo y o</p> <p>Se encontró diferencias significativas al comparar niveles de estrés según turno de estudios al inicio del semestre, siendo más alto en la mañana. La correlación entre los niveles de estrés académico y cortisol salival al inicio, mitad y final de ciclo según turnos de estudio es muy baja.</p>	<p>de Escala Estrés Percibido</p> <p>Los niveles de cortisol se ven afectados por el estrés excesivo y existen tres fases en el síndrome general de adaptación frente al estrés, lo cual se ha reflejado al inicio del semestre, incrementados indica un estrés agudo debido a las características propias de la</p>
--	---	---	--

de la literatura científica en los últimos diez años

asignatura de  
son diarias y  
en cada área  
de estudio.

Chiyong, E. Evaluar el estrés Observacio Se encontró que Inventario Los  
y académico y su nal, el 100% de los SISCO del principales  
Villacampa, repercusión con el descriptivo, estudiantes Estrés estresores que  
C. desempeño transversal. presentaron en Académico. se presentaron  
académico de los algún momento en los  
estudiantes de situación de estudiantes de  
odontología estrés con una odontología  
intensidad fueron  
promedio. El sobrecarga de  
rendimiento tareas, el  
académico tiempo  
promedio fue de limitado y las  
13.2. En el evaluaciones,  
análisis siendo la  
multivariado se habilidad  
halló que la asertiva en el  
habilidad manejo del  
asertiva es el es-trés el  
factor factor  
determinante en asociado y  
el rendimiento determinante  
académico de en el  
los estudiantes rendimiento  
de odontología. académico.

Chávez, J. y Determinar el tipo Descriptivo Los resultados Inventario Se concluye,  
Peralta, R. de relación existente , muestran que el SISCO del que el estrés  
entre el estrés transersval, estrés académico Estrés académico se  
académico y la correlacion se incrementa y Académico y relaciona de  
autoestima. al. la autoestima Escala de forma inversa  
disminuye con la

de la literatura científica en los últimos diez años conforme se Autoestima autoestima en avanza en los de Rosenberg. estudiantes de estudios; enfermería, asimismo, la hecho que mayor parte de debe ser los estudiantes tomado en percibe altos cuenta en la niveles de formación de agentes enfermeros(as) estresores, más ). de la mitad manifiesta síntomas de estrés de nivel moderado; mientras que la mayor parte emplea estrategias de afrontamiento de nivel intermedio.

<p>Vilchez, J, Determinar la Transversal Quiñones, asociación entre los analítico D., Failoc, problemas de salud V., mental (ansiedad, Acevedo, estrés y depresión) y V., Larico, la calidad de sueño G., en los estudiantes de Mucching, medicina humana S., Torres, de 8 facultades del S., Aquino, Perú P., Córdova, J., Huerta,</p>	<p>Con respecto a la Escala de Se observa salud mental se depresión, una frecuencia halló que 290 ansiedad y elevada de (32,51%) sufrían estrés. malos de depresión, dormidores en 472 (52,91%) de estudiantes de ansiedad y 309 medicina de (34,64%) de ocho estrés. Se halló universidades asociación del Perú. La significativa mala calidad entre la mala de sueño se</p>
---	---

<p>A., Espinoza, J., Palacios, L. y Díaz, C.</p>		<p>de la literatura científica en los últimos diez años</p>		<p>asoció con la ansiedad, depresión y estrés en los estudiantes de segundo y tercer año, respectivamen te.</p>
<p>Castillo, C.;Chacón, T. y Díaz, G.</p>	<p>Determinar los Descriptivo niveles de ansiedad , e identificar las transversal. fuentes generadoras de estrés académico existente entre los estudiantes de 2.o año de Enfermería y Tecnología Médica de la Facultad de Medicina de la Universidad de Chile.</p>	<p>A pesar de que Cuestionario las situaciones de Ansiedad generadoras de Rasgo-Estado estrés fueron e Inventario similares para de Estrés ambos grupos, Académico varias de ellas fueron percibidas como estresores significativamen te mayores por los estudiantes de Enfermería. Las tres principales fuentes de estrés resultaron ser: sobrecarga académica, falta de tiempo para cumplir con las actividades académicas y</p>		<p>Los estudiantes de Enfermería presentan altos índices de ansiedad. Resulta necesario analizar la planificación curricular de estos cursos, así como implementar consejerías y talleres para enseñar a los estudiantes a afrontar las situaciones estresantes.</p>



de la literatura científica en los últimos diez años  
realización de un  
examen.

Duarte, M.; Varela, I.; Braschi, L. y Sánchez, E. Evaluar el nivel de estrés en estudiantes de enfermería y durante el período de formación práctica, su significación y su posible relación con el año académico cursado.

Descriptivo

A lo largo de todos los cursos

Escala de Estrés Percibido

de

El nivel de estrés se relaciona con el año académico cursado.

las mujeres sufren más estrés que los hombres. En cuanto a las situaciones que producen mayor nivel de estrés, se describen algunos componentes significativos:

“Estrés por competencia profesional”,

“Estrés por interacción con el paciente”,

“Estrés por confrontación con el sufrimiento” y

“Estrés por relación profesional”

Vizoso, C. y Arias, O. Conocer las principales fuentes de estrés percibidas por los estudiantes universitarios en el

Descriptivo  
Los resultados revelan que las situaciones relacionadas con los exámenes

Escala de Estresores Académicos

de

Los estudiantes perciben como estresantes las

de la literatura científica en los últimos diez años

contexto académico y analizar las relaciones de estos estresores con el burnout académico y el rendimiento.

son las percibidas como estresantes con más frecuencia. La carencia de valor de los contenidos predice significativamente todas las dimensiones del burnout. Además, la eficacia y el rendimiento se predicen por la preocupación por las deficiencias metodológicas y por la falta de participación.

situaciones en las que son evaluados (exámenes e intervenciones en público), y también sienten estrés por la excesiva demanda de trabajo y por las deficiencias metodológicas. Teniendo en cuenta que la evaluación, carga y metodología son impuestas por el profesor, estos efectos podrían deberse a un sentimiento de escaso control por parte del estudiante.

Córdova, D. Determinar los No El estrés Dental La mayoría de  
y Benigna, factores asociados experiment académico se Environment los estudiantes  
F. al estrés en al, presentó en el Stress de  
estudiantes de la transversal. 75,7% de los Questionaire odontología

de la literatura científica en los últimos diez años

Facultad de  
Odontología de una  
Universidad  
Peruana

estudiantes y se  
encontró una  
asociación  
estadísticamente  
significativa con  
el nivel  
académico de  
los mismos,  
observándose  
mayor estrés en  
el nivel  
preclínico que  
en el nivel  
clínico; así  
mismo, mayor  
estrés en los  
adultos jóvenes  
que en los  
adultos.

de una  
universidad  
peruana  
presentan  
estrés  
académico, el  
cual está  
asociado al  
nivel  
académico y a  
la edad.

<p>Castillo, I.; Describir el estrés académico de , Barrios, A. estudiantes de transversal. y Alvis, L. enfermería de la ciudad de Cartagena, Colombia.</p>	<p>Descriptivo El 90,8% manifestó haber tenido Estrés momentos de Académico. preocupación o nerviosismo durante el transcurso del semestre, el 42% reportó un nivel medio de estrés, cuya fuente principal fue la sobrecarga académica</p>	<p>Inventario Los del SISCO Estrés Académico. los programas de enfermería de Cartagena tienen niveles heterogéneos de estrés y se sienten nerviosos y preocupados por la carga académica de los semestres, lo que puede</p>
---	--	---

			de la literatura científica en los últimos diez años		
			derivada de la		repercutir de
			demanda de		forma
			tareas de las		negativa en su
			asignaturas		salud física y
			teóricas y		mental.
			prácticas con un		
			48,2%.		
Marín, M.;	Evaluar el nivel de	No	El 64.19%	Inventario	El estrés
Álvarez, C.;	estrés académico y	experiment	manifestó casi	SISCO del	académico se
lizalde, A.;	sus variables	al,	siempre y	Estrés	presenta con
Anguiano,	determinantes	correlacion	siempre estrés	Académico.	mayor
A. y Lemus,	(síntomas y	al,	por las		frecuencia en
B.	estrategias de	comparativ	evaluaciones de		el género
	afrentamiento) en	o,	los profesores.		femenino, en
	estudiantes de la	descriptivo	Los resultados		los últimos
	Facultad de	y	encontrados son		años de la
	Enfermería de la	transeccion	similares a los de		carrera y
	Universidad	al.	Barraza (2012)		durante las
	Michoacana.				prácticas
					clínicas
Arias, V.;	Determinar el estrés	Analítico,	El 93% de los	Encuesta de	Se manifiesta
Núñez, L.;	académico y su	descriptivo.	estudiantes	Estrés	que bastantes
Señalin, O.	incidencia en la		saben qué es el	Académico	individuos
y Salcedo,	calidad de vida de		estrés y el 7% no		sufren de
V.	los jóvenes		lo saben. En		estrés, pero
	estudiantes		consecuencia, se		sólo la mitad
			concluye que		tiene
			pocas personas		conocimiento
			no tienen el		de cómo
			conocimiento de		controlarlo. Se
			lo que es esta		creo que el
			afección		factor
			psicológica que		principal de su
			la padece la		estrés son los

de la literatura científica en los últimos diez años  
mayoría de estudios, y los  
población síntomas más  
actualmente. frecuentes que  
presentan son  
dolores de  
cabeza,  
rigidez en la  
mandíbula y  
músculos  
tensos.

<p>Rodríguez, E.; Barriel, P. y Uchin, N.</p> <p>Determinar las características de estrés académico de los estudiantes de las licenciaturas en Psicología y Pedagogía de una universidad privada en la ciudad de León, Guanajuato.</p>	<p>Descriptivo transversal cuantitativo</p> <p>Los hallazgos señalan que los alumnos de licenciatura presentan estrés en un rango medio. La situación que más genera inquietud es la personalidad y carácter del profesor, seguido de las evaluaciones, así como situaciones relacionadas con exámenes, tareas, ensayos, trabajos de investigación y el tiempo</p>	<p>Inventario del SISCO de Estrés Académico.</p> <p>El estrés académico se hace presente en el centro educativo, siendo un elemento relevante que afecta los procesos de aprendizaje y el bienestar integral de los estudiantes.</p>
--	--	--

de la literatura científica en los últimos diez años

limitado para el  
cumplimiento.

<p>Silva, M.; Determinar el nivel Cuantitativ López, J.; de estrés y su o, Sánchez.; O relación con las descriptivo y Gonzales, variables sexo y y P semestre en correlacion estudiantes de al Licenciatura en Enfermería.</p>	<p>Los estudiantes Inventario presentan un SISCO del nivel de estrés Estrés moderado. No se Académico. encontró asociación significativa entre el nivel de estrés, semestre (p=.678) y sexo (p=.476).</p>	<p>Los estudiantes presentan un nivel de estrés moderado. Asimismo, es importante enfaticar que el estrés provoca reacciones tanto físicas, psicológicas y comportament ales que tienen impacto en la salud de los mismos</p>
<p>Satchimo, Describir los Exploratori A.; Nieves, principales factores o, Z. y Grau, de riesgo y descriptivo R. vulnerabilidad al y estrés en los correlacion estudiantes al universitarios investigado</p>	<p>Los dos Test de profesores Vulnerabilida entrevistados d al Estrés refieren la incidencia de problemáticas académicas, relacionadas con la familia y con el grupo escolar como principales factores de riesgo en la labor</p>	<p>Entre los principales factores de riesgo identificados en el presente estudio, se revela la edad y su correspondien te relación con el año académico. En este sentido,</p>

de la literatura científica en los últimos diez años educativa que se encontró realizan con los que los alumnos alumnos del participantes en primer año la investigación. son más Uno de los vulnerables al docentes (del estrés que los primer año) de tercero, ya también se que en la refiere al medida que consumo de aumenta el alcohol en año de fiestas por los estudios, la estudiantes de vulnerabilidad sexo masculino, al estrés al hábito de disminuye. fumar y al cambio de pareja

<p>Vallejo, M.; Estudar la relación Analítico, Aja, J. y entre burnout, correlacioa Plaza, J. engagement y nal estrés percibido; determinar si existen diferencias en estas variables según el sexo y la titulación y vislumbrar si existen diferencias en el modelo predictivo del estrés para hombres y mujeres</p>	<p>A medida que School los estudiantes Burnout perciben mayor Inventor, estrés, también Utrecht Work muestran mayor Engagement perfil de agotamiento, Scale y estudiante cinismo e Perceived universitario inadecuación y Stress Scal con niveles menos vigor, medios en dedicación y agotamiento, absorción (y inadecuación y viceversa) estrés percibido, pero también en vigor y absorción</p>
---	---

de la literatura científica en los últimos diez años

respecto sus estudios. Es decir, se sienten agotados, con estrés y con dudas respecto a su capacidad.

<p>Rivas, V. y Jiménez, J.</p>	<p>Evaluar la frecuencia e intensidad del estrés en los estudiantes de la Licenciatura en Enfermería de la DACS y las reacciones estresantes físicas, psicológicas, conductuales y estrategias de afrontamiento</p>	<p>la Cuantitativa y descriptivo transversal</p>	<p>El estrés presentó una intensidad moderada. Los eventos estresantes fueron la sobrecarga de tareas, evaluaciones del profesor y el tiempo para realizar los trabajos. En cuanto a reacciones estresantes físicas, psicológicas y conductuales, la somnolencia, inquietud y aumento o reducción de</p>	<p>Inventario del Estrés Académico. Los diarias que realizamos, depende de cada uno percibirlo de forma positiva o negativa, lo cual afecta nuestro equilibrio sistémico, por ello es importante, estar preparados con buenas estrategias de afrontamiento.</p>	<p>El estrés está presente en las actividades diarias que realizamos, depende de cada uno percibirlo de forma positiva o negativa, lo cual afecta nuestro equilibrio sistémico, por ello es importante, estar preparados con buenas estrategias de afrontamiento.</p>
--------------------------------	---	--	--	---	---



de la literatura científica en los últimos diez años

consumo de  
alimentos.

González, comprobar la ex post Los estudiantes Escala de Los  
R.; Souto, existencia de facto con un perfil de Dificultades estudiantes de  
A. y diferencias prospectivo alta regulación en la fisioterapia  
Fernández, significativas entre simple de emocional Regulación con elevadas  
R. los grupos corte percibieron en Emocional y puntuaciones  
obtenidos sobre la transversal menor medida el Cuestionario en control y  
percepción de entorno de Estrés aceptación de  
estresores académico como Académico sus estados  
académicos y las amenazante y emocionales  
manifestaciones experimentaron perciben las  
psicofisiológicas de con menor circunstancias  
estrés frecuencia académicas de  
manifestaciones forma más  
psicofisiológicas adaptativa y  
de estrés. Los experimentan  
estudiantes con menores  
perfiles de baja respuestas de  
regulación y estrés  
baja regulación  
con alta atención  
emocional  
mostraron  
resultados  
similares, a  
excepción de las  
alteraciones del  
sueño.

---

En la tabla 10 se observa que, de los 37 artículos incluidos en la revisión sistemática, 19 hacen referencia a determinar el nivel de estrés académico existente en los estudiantes y

factores asociados; mientras que, 18 están orientados a establecer su relación con otros constructos. Con respecto a los métodos de mayor prevalencia, se encuentran el descriptivo, transversal, correlacional y no experimental; así mismo, destaca el uso de instrumentos psicométricos para la medición de las variables. Se evidenciaron similitudes en los resultados obtenidos, determinando que, el estrés académico constituye un fenómeno generalizado que afecta a los estudiantes ocasionando efectos perjudiciales en su proceso de aprendizaje y bienestar tanto físico como psicológico; teniendo como manifestaciones de mayor incidencia a las psicológicas y fisiológicas. Finalmente, dentro de los factores más frecuentes de estrés académico se encontraron las evaluaciones de los profesores, sobrecarga de tareas y trabajos y el tiempo limitado para realizarlos; además de la preparación y realización de un examen.

## CAPÍTULO IV. DISCUSIÓN

A partir del análisis sistemático de la literatura científica realizado, se obtuvieron investigaciones sobre la variable y constructos relacionados, las cuales permitieron determinar los diferentes avances e investigaciones sobre el estrés académico en los últimos 10 años, tanto en América, África y Europa.

Por lo tanto, la presente investigación tuvo como uno de los objetivos el identificar las bases de datos académicos consultadas respecto al estrés académico, hallándose que el 56.76% de los artículos consultados pertenecen a la base de datos de Google Académico y el 16.22% pertenece a Scielo. Esto significa que, el mayor porcentaje de fuentes consultadas se encuentran publicadas en plataformas científicas con mayor facilidad para su acceso. Estos resultados se corroboran con las investigaciones realizadas por Duarte, Varela, Braschi y Sánchez (2015), dado que la mayor parte de su bibliografía fue obtenida de la plataforma de Scielo. Así mismo, con las fuentes consultadas por Vallejo, Aja y Plaza (2017) para su estudio sobre estrés percibido y la influencia del burnout, en las que se evidencia principalmente la plataforma de Google Académico.

Así mismo, como segundo objetivo se tuvo el identificar los constructos relacionados con el estrés académico en función a los títulos de los artículos seleccionados, encontrándose que el 53.35% se encuentran relacionados con el constructo de estrés académico. Esto quiere decir que se halló una mayor incidencia del tema de estudio y sus variables asociadas, tales como niveles, manifestaciones físicas, psicológicas y comportamentales, además de factores de riesgo y vulnerabilidad. Siendo corroborado por Arribas (2013); Marín (2015) y Córdova

de la literatura científica en los últimos diez años y Benigna (2018) quienes estudiaron el estrés académico, manifestaciones y dimensiones presentes en el constructo y los factores asociados al mismo.

Así mismo, como tercer objetivo se tuvo el establecer las características de estudio según la universidad de origen de la revista científica, encontrándose que el 5.41% de los artículos consultados pertenecen a universidades como, Universidad Peruana Cayetano Heredia, Universidad Michoacana, Universidad Privada Antenor Orrego, Universidad de León Guanajuato, respectivamente. Evidenciando que, esta variable ha sido estudiada mayormente en universidades de habla hispana. Esto puede ser corroborado con los estudios de Córdova y Benigna (2018), evidenciando que, dentro de sus fuentes seleccionadas se encontraron artículos provenientes de la Universidad Cayetano Heredia. A su vez, con Benites, Vilela Estrada, Valladares, Cuzcano, Lezama, Vilela Castro y Mejia (2019), cuyas investigaciones evidenciaron artículos de la Universidad Privada Antenor Orrego.

Como cuarto objetivo se tuvo el identificar el número de artículos publicados en revistas considerando un periodo de publicación comprendido entre el 2010 al 2020 y encontrándose que 16.22% de los artículos consultados fueron indexados en el año 2015. Esto quiere decir que en el año 2015 es donde se realizaron mayores trabajos de investigación en relación a la variable. Siendo esto corroborado por Jerez y Oyarzo (2015), Espinel, Tobles y Álvarez (2015), Marín, Deb, Strodl y Sun (2015), Chiyong y Villacampa y Duarte, Varela, Braschi y Sánchez (2015); cuyos hallazgos científicos, orientados al estudio del estrés académico en estudiantes universitarios fueron publicados en el año anteriormente mencionado.

A su vez, como quinto objetivo se tuvo el identificar el tipo de investigaciones en función a las fuentes de consultas, hallándose que el 100% de las fuentes respecto al

constructo de interés pertenecieron a artículos de carácter científico. Evidenciándose que, todos los artículos seleccionados corresponden al mismo tipo de estudio. Siendo esto validado por García, Pérez y Natividad (2011) y Álvarez, Medardo y Herrera (2018) quienes tuvieron como referencia investigaciones científicas sobre el constructo de interés y su relación con otras variables, para su estudio sobre el estrés académico en estudiantes de educación superior.

Así mismo, como sexto objetivo se tuvo identificar el número de artículos publicados en revistas, según el país de publicación. Observándose que el 24.32% de los artículos fueron publicados en Perú y México de manera respectiva. Esto quiere decir que, los países anteriormente mencionados tienen un mayor índice de publicaciones sobre el tema de interés. Estos resultados se corroboran con Toribio y Franco (2016); Marín (2015); Barraza (2012) y Rodríguez, Barriel y Uchin (2019) quienes realizaron sus investigaciones en México, tomando como referentes estudios anteriores en la comprensión de la variable objetivo. Así como, Bedoya, Matos y Zelaya (2012); Céspedes, Soto y Alipázaga (2019); Correa (2018) y Córdova y Benigna (2018) cuyas publicaciones orientadas al estudio y medición del estrés académico fueron realizadas en poblaciones peruanas sentando bases para futuras investigaciones.

Cómo séptimo objetivo se tuvo el identificar el número de definiciones conceptuales del estudio en función a los artículos científicos seleccionados. A partir de ello se encontró que, el 24.32% utilizaron la definición de estrés académico propuesta por Barraza. Esto quiere decir que el autor mencionado es quien ha brindado más aportes para la conceptualización de la variable. Siendo corroborado por Satchimo, Nieves y Grau (2011), Barraza (2012), Marín, Álvarez, Izalde, Anguiano y Lemus (2014), Marín (2015), Jerez y

Oyarzeo (2015), Toribio y Franco (2016), Céspedes, Soto y Alipázaga (2019), Rodríguez, Barriel y Uchin (2019) y Silva, López, Sánchez y Gonzáles (2019), quienes toman como referencia para la definición del estrés académico el Modelo Sistémico Cognoscitivista del Estrés Académico propuesto por Barraza, considerando a la variable como un proceso sistémico de carácter adaptativo y esencialmente psicológico, que se presenta de manera descriptiva en tres momentos.

A su vez, como octavo objetivo se planteó determinar los tipos de estrategia de búsqueda establecidas para la investigación, obteniéndose que el 100% de las mismas fueron palabras clave. Evidenciándose, de esta manera, el uso de palabras como estrés académico, estrés en estudiantes, estrés universitario, niveles de estrés y academic stress, para la búsqueda de información. Siendo estos resultados semejantes a los de Rodríguez, Barriel y Uchin (2019), quienes tuvieron como palabras clave “estrés”, “estresores académicos y “estudiantes universitarios”. Arias, Núñez, Señalín y Salcedo (2019), cuyas palabras para la búsqueda de información fueron “estrés”, “stress”, “estrés académico” y “estudiantes”. Así como Jerez y Oyarzo (2015), quienes utilizaron como palabras clave “estrés académico”, “estresores” y “estudiantes universitarios”.

Finalmente, como noveno objetivo se tuvo el establecer las características de estudio en función a la redacción del artículo. Se hallaron similitudes en los resultados obtenidos, determinando que, el estrés académico constituye un fenómeno generalizado que genera efectos perjudiciales en el proceso de aprendizaje y bienestar tanto físico como psicológico. Así mismo, se encontraron como factores frecuentes las evaluaciones de los profesores, sobrecarga de tareas y trabajos y el tiempo limitado para realizarlos; además de la preparación y realización de un examen. Esto quiere decir que, en los últimos años se ha

de la literatura científica en los últimos diez años considerado al estrés académico como un problema de significativa importancia para salud y desempeño de los estudiantes. Estos resultados pueden ser corroborados por García, Pérez Gonzáles, Pérez Blasco y Natividad (2011) quienes determinaron que constituye un fenómeno en el acceso a la universidad y que se presenta respecto a la exposición de trabajos, la sobrecarga académica, la falta de tiempo y la realización de exámenes.

## CONCLUSIONES

Se realizó una revisión sistemática de la literatura científica en los últimos 10 años, encontrándose diferentes hallazgos, avances, investigaciones y perspectivas en función a la variable de estrés académico; siendo este asociado con otros constructos en su mayoría.

En relación a la identificación de bases de datos consultadas sobre la variable de estrés académico, se encontró que el 56.76% de los artículos seleccionados corresponden a la base de datos de la plataforma Google Académico y el 16.22% pertenece a Scielo. De esta manera, se concluye con que el mayor porcentaje de fuentes consultadas se encuentran en plataformas electrónicas de reconocimiento, que presentan una mayor facilidad para su acceso.

De la misma manera, se determinó que un 53.35% de los títulos correspondientes a los artículos seleccionados para la investigación se encuentran relacionados con el constructo de estrés académico. Destacando una mayor incidencia del tema y variable relacionadas, dentro de las que se incluyen los niveles de estrés, manifestaciones físicas, psicológicas y comportamentales, producto del mismo; así como factores de riesgo y vulnerabilidad.

Con respecto a las características del estudio, teniendo en cuenta la universidad de origen de la revista científica, un 5.41% de los artículos consultados pertenecen a universidades como, Universidad Peruana Cayetano Heredia, Universidad Michoacana, Universidad Privada Antenor Orrego, Universidad de León Guanajuato, respectivamente.

En relación a la identificación del número de artículos que fueron publicados en revistas, dentro del periodo 2010 al 2020, se encontró que el 16.22% de los artículos fueron



de la literatura científica en los últimos diez años indexados en el 2015, siendo este el año donde se realizaron mayores investigaciones sobre la variable de estrés académico.

Así mismo, con respecto al tipo de investigaciones encontradas en función a las fuentes consultadas sobre la variable de interés; se concluye con que el 100% de las mismas pertenecieron a artículos de carácter científico, descartándose otros estudios como tesis doctorales.

Con respecto al número de artículos publicados en las revistas indexadas según su país de publicación. Se encontró que el 24.32% de los artículos seleccionados fueron publicados en Perú y México, respectivamente; concluyéndose con que en estos países hay un mayor índice de publicaciones sobre el constructo de estrés académico.

En relación a la identificación del número de definiciones conceptuales del estudio, teniendo en cuenta a los artículos científicos seleccionados. Se concluye con que el 24.32% de los autores utilizaron la definición propuesta por Barraza, siendo considerado como quien ha brindado más aportes en la conceptualización de la variable de estrés académico.

Se concluye con que el 100% de las estrategias de búsqueda establecidas para la búsqueda de información en la investigación fueron palabras clave, dentro de las cuales se evidencian “estrés académico”, “estrés en estudiantes”, “estrés universitario”, “niveles de estrés” y “academic stress”.

Finalmente, con respecto a las características de estudio en función a la redacción del artículo. Se hallaron similitudes en los resultados obtenidos, concluyéndose con que el estrés académico constituye un fenómeno cuyas consecuencias son perjudiciales en el proceso de aprendizaje, rendimiento y desempeño de los estudiantes, además de su bienestar

de la literatura científica en los últimos diez años físico y psicológico. A su vez, que dentro de sus factores frecuentes se encuentran las evaluaciones de los profesores, sobrecarga de tareas y trabajos y el tiempo limitado para realizarlos; además de la preparación y realización de un examen.

## REFERENCIAS

- Álvarez, L.; Gallegos, R. y Herrera, P. (2018). Estrés académico en estudiantes de tecnología superior. *Revista Universitas*. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/jatsRepo/4761/476154745010/index.html>
- Arias, V.; Núñez, L.; Señalin, O. y Salcedo, V. (2019). Congreso Internacional de Ciencias Pedagógicas del Ecuador [sitio web]. Obtenido de: <https://www.pedagogia.edu.ec/public/docs/1ba1974a9e935155869f3104d666efe0.pdf>
- Arribas, J. (2013). Hacia un modelo causal de las dimensiones del estrés académico en estudiantes de enfermería. *Revista de educación*. 60(2). Doi: 10-4438/1988-592X-RE-2011-360-126
- Backović, D.; Živojinović, J.; Maksimović, J y Maksimović, M. (2012). Gender Differences in academic stress and burnout among medical students in final years of education. *Psychiatria Danubina*. 24(12). 175 – 181. [Archivo PDF]
- Barraza, A. (2005). Un Modelo Conceptual para el Estudio del Estrés Académico. *Revista de Psicología Científica*. Obtenido de: <https://www.psicologiacientifica.com/estres-academico-modelo-conceptual/>
- Barraza, A. (2012). Estresores en alumnos de licenciatura y su relación con los indicadores autoinformados del desempeño académico. *Revista Investigación Educativa*. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4025617>
- Bedoya, F.; Matos, L. y Zelaya, E. (2012). Niveles de estrés académico, manifestaciones psicosomáticas y estrategias de afrontamiento en alumnos de la facultad de medicina de

de la literatura científica en los últimos diez años una universidad privada de Lima en el año 2012. *Revista Neuropsiquiátrica* 77(4). 264-268. Recuperado de <http://www.scielo.org.pe/pdf/rnp/v77n4/a09v77n4.pdf>

Benites, K.; Vilela, M.; Valladares, M.; Cuzcano, A.; Lezama, P.; Vilela, P. y Mejía, C. (2014). Perfil bioquímico y estrés de los estudiantes de medicina en Universidad privada Antenor Orrego-Piura. *Revista del Cuerpo Médico del HNAAA*. 7 (4). 27 - 30. <https://doi.org/10.35434/rcmhnaaa.2014.74.199>

Berrío, N. y Mazo, R. (2011). Estrés Académico. *Revista de Psicología*. Universidad de Antioquía. 3(2). 65-66. Obtenido de: <https://www.medigraphic.com/pdfs/epsicologia/epi-2011/epi113j.pdf>

Céspedes, E; Soto, V. y Alipázaga, P. (2019). Inteligencia emocional y niveles de estrés académico en estudiantes de medicina de la Universidad de San Martín de Porres, Chiclayo-Perú. *Revista del Cuerpo Médico del HNAAA*. 9 (3). 172-174. Doi: <https://doi.org/10.35434/rcmhnaaa.2016.93.113>

Castillo, I.; Barrios, A. y Alvis, L. (2018). Estrés académico en estudiantes de enfermería de Cartagena, Colombia. *Revista Investigación en Enfermería: Imagen y Desarrollo*. 20(2). Recuperado de: [https://revistas.javeriana.edu.co/files-articulos/IE/20-2%20\(2018-II\)/145256681002/](https://revistas.javeriana.edu.co/files-articulos/IE/20-2%20(2018-II)/145256681002/)

Castillo, C.; Chacón, T. y Díaz, G. (2016). Ansiedad y fuentes de estrés académico en estudiantes de carreras de la salud. *Revista de Investigación en Educación Médica*. 5(20). Recuperado de: [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S2007-50572016000400230&script=sci\\_arttext&tlng=en](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S2007-50572016000400230&script=sci_arttext&tlng=en)

- Chávez, J. y Peralta, R. (2019). Estrés académico y autoestima en estudiantes de enfermería, Arequipa-Perú. *Revista de Ciencias Sociales*. 25 (1). Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7113737>
- Chiyong, E. y Villacampa, C. (2015) Estrés y desempeño académico en estudiantes de Odontología. *Odontología. Sanmarquina*. 18(1). 24 - 27. Recuperado de <https://revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/odont/article/view/11336/10211>
- Córdova, D y Benigna, F. (2018). Factores asociados al estrés en estudiantes de odontología de una universidad peruana. *Revista Estomatológica Herediana*. 28 (4). Doi: <http://dx.doi.org/https://doi.org/10.20453/reh.v28i4.3429>
- Correa, F. (2013). Estrés académico en estudiantes de medicina de la Universidad Cesar Vallejo, de Piura 2013. *Revista Cuerpo Médico del HNAA*. 8(2). 81 – 83. Recuperado de: <http://www.cmhnaaa.org.pe/ojs/index.php/rcmhnaaa/article/view/202/168>
- Dahab, J., Rivadeneira, C. y Minici, A. (2015). El Enfoque Cognitivo – Transaccional del Estrés. *Revista de Terapia Cognitivo Conductual*. 18. Obtenido de: <http://cetecic.com.ar/revista/pdf/el-enfoque-cognitivo-transaccional-del-estres.pdf>
- Deb, S.; Strodl, E. y Sun, J. (2015). Academic stress, parental pressure, anxiety and mental health among Indian high school students. *International Journal of Psychology and Behavioral Science*, 5(1), pp. 26-34.
- Duarte, M.; Varela, I.; Braschi, L. y Sánchez, E. (2015). Estrés en estudiantes de enfermería. *Educación Médica Superior*, 31(3). Recuperado de <http://www.ems.sld.cu/index.php/ems/article/view/1067/560>

Espinel, J.; Tobles, J. y Álvarez, G. (2015). Factores de riesgo y prevención del estrés académico en estudiantes universitarios de la UNEMI, Milagro. *YACHANAREVISTA CIENTÍFICA*. 4 (2). 44-45. Recuperado de: <http://revistas.ulvr.edu.ec/index.php/yachana/article/view/56/50>

Feldman, L.; Goncalves, L.; Chacón, G.; Zaragoza, J.; Vaguez, N. y De Pablo, J. (2008). Relaciones entre estrés académico, apoyo social, salud mental y rendimiento académico en estudiantes universitarios venezolanos. *Revista Universitas Psychologica*. 7(3). 742-743. Recuperado de: <http://www.scielo.org.co/pdf/rups/v7n3/v7n3a11>

Fernández, L.; Bardales, V. y Hilario, J. (2013). Niveles de cortisol salival y estrés académico en estudiantes de II año de medicina de la Universidad Privada Antenor Orrego. *Revista Pueblo Continente*. 24 (1). Recuperado de: <http://journal.upao.edu.pe/PuebloContinente/article/view/43>

García, A. y Escalera, M. (2011). Estrés Académico ¿Una consecuencia de las reformas educativas del nivel medio superior? *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*. 14(3). 161-162. Recuperado de: <https://www.medigraphic.com/pdfs/epsicologia/epi-2011/epi113j.pdf>

García, R.; Pérez González, F.; Pérez Blasco, J. y Natividad, L. (2010). Evaluación del estrés académico en estudiantes de nueva incorporación a la universidad. *Revista Latinoamericana de Psicología*. 44 (2). 148 – 150. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/805/80524058011.pdf>

Gelabert, J. y Muntaner, A. (2017). Estrés académico y emociones académicas en estudiantes

universitarios. *Revista Internacional de Aprendizaje en Educación Superior*. 4. 1-7. Doi:

<http://dx.doi.org/10.37467/gka-revedusup.v4.1367>.

González, R.; Souto, A. y Fernández, R. (2017). Perfiles de regulación emocional y estrés

académico en estudiantes de fisioterapia. *European Journal of Education and*

*Psychology*. 17 (10). 57 – 67. [Archivo PDF]

Jayasankara, K.; Rajan, K. y Thattil, A. (2018). Academic Stress and its Sources Among

University Students. *Biomed Pharmacol*, 11(1). Recuperado

de: <http://biomedpharmajournal.org/?p=19485>

Jerez, M. y Oyarzo, C. (2015). Estrés académico en estudiantes del Departamento de Salud

de la Universidad de Los Lagos Osorno. *Revista Chilena de Neuro-psiquiatría*. 53 (3).

Doi: <http://dx.doi.org/10.4067/S0717-92272015000300002>

Maturana, H. (2015). El Estrés Escolar. *Revista Médica Las Condes*, 26, 34-41. Doi:

<https://doi.org/10.1016/j.rmclc.2015.02.003>

Marín, M. (2015). Estrés en estudiantes de educación superior de Ciencias de la Salud.

*Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*. 6(11). 3 - 5.

Recuperado de: <https://www.ride.org.mx/index.php/RIDE/article/view/145/634>

Marín, M.; Álvarez, C.; Lizalde, A.; Anguiano, A. y Lemus, B. (2014). Estrés académico en

estudiantes. El caso de la Facultad de Enfermería de la Universidad Michoacana. *Revista*

*Iberoamericana de Producción Académica y Gestión Educativa*. 1(2). Recuperado de:

<https://www.pag.org.mx/index.php/PAG/article/view/126/173>

Mazo, R.; Londoño, K, y Gutiérrez Vélez, Y. (2013). Niveles de estrés académico en estudiantes universitarios. *Revista Informes Psicológicos*. 13(2). 121 – 134. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5229731>

Ministerio de Salud. Plan Nacional de Fortalecimiento de Salud Mental Comunitaria 2018 – 2021. (2018) Obtenido de: <http://bvs.minsa.gob.pe/local/MINSA/4422.pdf>.

Moreno, B.; Muñoz, M.; Cuellar, J.; Domancic, S. y Villanueva, J. (2018). Revisiones Sistemáticas: Definiciones y Nociones Básicas. *Revista Clínica Periodoncia, Implantología y Rehabilitación Oral*. 11(3). 184-185. Recuperado de: <https://scielo.conicyt.cl/pdf/piro/v11n3/0719-0107-piro-11-03-184.pdf>

Pozos, B.; Preciado, M.; Acosta, M.; Aguilera, M. y Delgado, D. (2014). El estrés académico como predictor del estrés crónico en estudiantes universitarios. *Revista Psicología Educativa*. 20(14). 47 – 52. Recuperado de: <https://reader.elsevier.com/reader/sd/pii/S1135755X14000074?token=CFF3C5456B6EFE3BC8E56B64AAC056B435E33AD54DDDD418CB2C3665A29F5A46D5CDB7EFFE5958CF0C780D12560017AF>

Pullido, M.; Serrajo, M.; Valdéz, E.; Chávez, M.; Hidalgo, P. y Vera, F. (2011). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Revista Psicología y Salud*. 21 (1). 31 – 37. Recuperado de: <http://psicologiaysalud.uv.mx/index.php/psicysalud/article/view/584/1008>

Oficina de Estadística. Compendios Estadísticos 2014-2018. Obtenido de: <http://www.insm.gob.pe/oficinas/estadistica/compendio.html>.



Rivas, V. y Jiménez, J. (2014). Frecuencia e Intensidad del Estrés en Estudiantes de Licenciatura en Enfermería de la DACS. *Revista Salud Pública*. 13(1). Recuperado de: <http://revistas.ujat.mx/index.php/horizonte/article/view/59/827>

Rodríguez, E.; Barriel, P. y Uchin, N. (2019). Perfil de Estrés Académico. Un Estudio de Caso en Estudiantes de una Universidad en León, Guanajuato. *Revista Electrónica de Divulgación de la Investigación*. 17. 94-95. Recuperado de: [http://portales.sabes.edu.mx/redi/anteriores/17/pdfs/6\\_Perfil-de-estres-academico-Un-estudio-de-caso-en-estudiantes-de-una-Universidad-en-Leon-Guanajuato.pdf](http://portales.sabes.edu.mx/redi/anteriores/17/pdfs/6_Perfil-de-estres-academico-Un-estudio-de-caso-en-estudiantes-de-una-Universidad-en-Leon-Guanajuato.pdf)

Román, C. y Hernández, Y. (2011). El Estrés Académico. Una Revisión Crítica del Concepto desde las Ciencias de la Educación. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*. 14(2). 11-12. Recuperado de: <https://www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin/vol14num2/Vol14No2Art1.pdf>

Satchimo, A.; Nieves, Z. y Grau, R. (2013). Factores de Riesgo y Vulnerabilidad al Estrés en Estudiantes Universitarios. *Psicogente*, 16 (29),143-154. Recuperado de: <http://revistas.unisimon.edu.co/index.php/psicogente/article/view/1947>

Silva, M.; López, J.; Sánchez.; O y Gonzales, P (2019). Estrés Académico en Estudiantes de Licenciatura en Enfermería. *Revista Científica de Enfermería*.18. 32-33. Recuperado de: <http://rua.ua.es/dspace/handle/10045/100448>

Toribio, C. y Franco, S. (2016). Estrés Académico: El Enemigo Silencioso del Estudiante.

*Revista Salud y Administración.* 3(7). 13-16. Recuperado de

[http://www.unsis.edu.mx/revista/doc/vol3num7/A2\\_Estres\\_acad.pdf](http://www.unsis.edu.mx/revista/doc/vol3num7/A2_Estres_acad.pdf)

Urta, E. y Barría, R. (2010). La Revisión Sistemática y su Relación con la Práctica Basada

en la Evidencia en Salud. *Revista Latino-americana de Enfermagem.* 18(4). 3-4.

Recuperado de: [https://www.scielo.br/pdf/rlae/v18n4/es\\_23.pdf](https://www.scielo.br/pdf/rlae/v18n4/es_23.pdf)

Vallejo, M.; Aja, J. y Plaza, J. (2017). Estrés percibido: influencia del burnout y engagement

académico. *Revista Internacional de Investigación e Innovación Educativa.* 9. 13 – 17.

Recuperado de: <https://www.upo.es/revistas/index.php/IJERI/article/view/2558/2234>

Vilchez, J, Quiñones, D., Failoc, V., Acevedo, V., Larico, G., Mucching, S., Torres, S.,

Aquino, P., Córdova, J., Huerta, A., Espinoza, J., Palacios, L. y Díaz, C. (2016). Salud

mental y calidad de sueño en estudiantes de ocho facultades de medicina humana del

Perú. *Revista Chilena de Neuropsiquiatría.* 54(4). Recuperado de:

[https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?pid=S071792272016000400002&script=sci\\_arttext  
&tlng=en](https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?pid=S071792272016000400002&script=sci_arttext&tlng=en)

Vizoso, C. y Arias, O. (2016). Estresores académicos percibidos por estudiantes

universitarios y su relación con el burnout y el rendimiento académico. *The UB Journal*

*of Psychology.* 46(2). Doi: 10.1016/j.anpsic.2016.07.006