

Estrés académico y su relación con la autoestima en estudiantes de enfermería

Academic stress and its relationship with self-esteem in nursing students

Anderson Daniel Arias Chiluisa

aarias0245@uta.edu.ec
<https://orcid.org/0000-0001-8091-6008>
Universidad Técnica de Ambato, Ecuador

Sara Verónica Guadalupe Núñez

saravguadalupe@uta.edu.ec
<https://orcid.org/0000-0002-6555-8959>
Universidad Técnica de Ambato, Ecuador

RESUMEN

Introducción: El estrés académico es un fenómeno prevalente en estudiantes universitarios, especialmente en carreras de alta exigencia como enfermería. La autoestima puede actuar como un factor protector frente al estrés y favorecer el desempeño académico. **Objetivo:** Relacionar el nivel de estrés académico con la autoestima en estudiantes de enfermería. **Métodos:** Estudio cuantitativo, observacional-transversal y de alcance correlacional. Se recogió información de manera censal a estudiantes de enfermería de séptimo semestre de la Universidad Técnica de Ambato, mediante el Inventario SISCO para evaluar el estrés académico y la Escala de Autoestima de Rosenberg para medir la autoestima. El análisis de datos se realizó con Microsoft Excel y SPSS versión 29. **Resultados:** La mayoría de los estudiantes (89,5%) presentaron un nivel de estrés profundo y un 40,8% mostraron un nivel de autoestima elevada. Se encontró una correlación significativa entre el estrés académico y la autoestima (0,000 $p < 0,05$). **Conclusión:** La mayoría de los participantes presentaron un nivel de estrés profundo, y un porcentaje considerable presentaron autoestima elevada. Además, se encontró una correlación significativa entre el estrés académico y la autoestima, lo que permitió aceptar la hipótesis alterna del investigador, es decir, el estrés académico tiene una correlación significativa con la autoestima en los estudiantes de enfermería de la Universidad Técnica de Ambato.

Palabras clave: Estrés Psicológico; Autoestima; Estudiantes de Enfermería; Rendimiento Académico; Educación.

ABSTRACT

Introduction: Academic stress is a prevalent phenomenon in university students, especially in highly demanding careers such as nursing. Self-esteem can act as a protective factor against stress and promote academic performance. **Objective:** Relate the level of academic stress to self-esteem in nursing students. **Methods:** Quantitative, observational-cross-sectional and correlational study. Information was collected on a census basis from seventh-semester nursing students at the Technical University of Ambato, using the SISCO Inventory to evaluate academic stress and the Rosenberg Self-Esteem Scale to measure self-esteem. Data analysis was carried out with Microsoft Excel and SPSS version 29. **Results:** The majority of students (89.5%) presented a deep level of stress and 40.8% showed a high level of self-esteem. A significant correlation was found between academic stress and self-esteem (0.000 $p < 0.05$). **Conclusion:** The majority of participants presented a deep level of stress, and a considerable percentage presented high self-esteem. Furthermore, a significant correlation was found between academic stress and self-esteem, which allowed us to accept the researcher's alternative hypothesis, that is, academic stress has a significant correlation with self-esteem in nursing students at the Technical University of Ambato.

Keywords: Psychological Stress; Self-esteem; Nursing Students; Academic performance; Education.

INTRODUCCIÓN

El estrés académico es un fenómeno cada vez más prevalente en la población estudiantil a nivel mundial, especialmente en aquellos que cursan carreras de alta demanda y exigencia, como es el caso de la enfermería. Según la definición propuesta por Silva Ramos et al., (2020) el estrés académico se refiere a la respuesta física, emocional y cognitiva que experimenta un estudiante ante las demandas y exigencias del entorno educativo, las cuales son percibidas como amenazantes o desafiantes. Este tipo de estrés puede manifestarse a través de diversos síntomas, como: ansiedad, irritabilidad, fatiga, problemas de concentración y trastornos del sueño, entre otros (Talavera Salas et al., 2021).

La autoestima, por su parte, se define como la valoración que una persona hace de sí misma, incluyendo sus capacidades, habilidades y atributos personales (Rosenberg, 2015). La autoestima juega un papel crucial en el bienestar psicológico y emocional de los individuos, y se ha demostrado que puede actuar como un factor protector frente al estrés y otras adversidades (Liu et al., 2019). En el contexto académico, la autoestima puede influir en la forma en que los estudiantes afrontan los desafíos y exigencias propias de su formación, así como en su rendimiento y satisfacción con la carrera elegida (Moreno Moreno & Vásquez de la Bandera Cabezas, 2022).

A nivel global, el estrés académico se ha convertido en una problemática de creciente interés en las últimas décadas. Es así que, un estudio realizado por la Organización Mundial de la Salud (OMS) en 2020, que incluyó a estudiantes universitarios de 21 países, reveló que el 53% de los participantes experimentaba niveles moderados a altos de estrés

académico (World Health Organization, 2020). Estos hallazgos son consistentes con investigaciones previas, como la llevada a cabo por David et al., 2022, quienes encontraron que el 67% de los estudiantes de enfermería presentaban síntomas de estrés académico.

Además, diversos estudios han explorado la relación entre el estrés académico y la autoestima en estudiantes universitarios. Por ejemplo, una investigación realizada por Min et al., (2021) en Corea del Sur, que incluyó a 140 estudiantes de enfermería, encontró una correlación negativa significativa entre el estrés académico y la autoestima; es decir, a mayor nivel de estrés académico, menor era la autoestima reportada por los participantes.

En el contexto latinoamericano, el estrés académico también ha sido objeto de estudio en diversos países; por ejemplo, una investigación llevada a cabo por Espinoza & Dominguez, (2024), que incluyó a 40 estudiantes de enfermería, encontró que el 72% de los participantes presentaba niveles moderados a altos de estrés académico. Además, se identificaron como principales fuentes de estrés la sobrecarga académica, las evaluaciones y la falta de tiempo para cumplir con las responsabilidades académicas y personales.

Por otro lado, un estudio realizado por Rupay Nolasco et al., 2022, que contó con la participación de 88 estudiantes de enfermería, exploró la relación entre el estrés académico, la autoestima y el rendimiento académico. Los resultados mostraron que los estudiantes con niveles más altos de estrés académico presentaban una autoestima significativamente menor en comparación con aquellos con niveles bajos de estrés. Asimismo, se encontró una correlación positiva entre la autoestima y el rendimiento académico.

En Ecuador, si bien la investigación sobre el estrés académico y su relación con la autoestima en estudiantes de enfermería es aún limitada, algunos estudios han abordado esta temática. Una investigación llevada a cabo por Toaquiza Espinoza, 2022 en una universidad pública de Quito, que incluyó a 71 estudiantes de enfermería, encontró que el 65% de los participantes experimentaba niveles moderados a altos de estrés académico. Además, se identificó una correlación negativa significativa entre el estrés académico y la autoestima.

Como se evidencia el estrés académico es un problema de salud pública que afecta a los estudiantes universitarios a nivel mundial (Rosales & Espín, 2023). Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), la prevalencia de estrés académico oscila entre el 30% y 50% en países desarrollados, mientras que, estudios recientes indican que la prevalencia de estrés académico en estudiantes universitarios latinoamericanos oscila entre 45% y 56% y en Ecuador, puede llegar alcanzar cifras de entre 40% y 70% (Organización Mundial de la Salud, 2021; Santos Morocho, 2017).

Asimismo, el Ministerio de Salud Pública del Ecuador ha identificado al estrés académico como uno de los principales problemas de salud mental en jóvenes y adolescentes del país. En el Plan Estratégico Nacional de Salud Mental, se establece como línea de acción prioritaria el fortalecimiento de programas de prevención y manejo del estrés académico en instituciones educativas (Ministerio de Salud Pública, 2014; Ministerio de Salud Pública del Ecuador, 2019). Por su parte, la Universidad Técnica de Ambato contempla dentro de sus lineamientos estratégicos el bienestar y calidad de vida de los estudiantes, por lo que la investigación sobre estrés académico se alinea con la misión institucional (Universidad Técnica de Ambato, 2022).

A su vez, la carrera de enfermería exige alta dedicación y diversos factores de riesgo pueden afectar el estilo de vida y bienestar de los estudiantes (Jiménez et al., 2024), aumentando la vulnerabilidad al estrés académico, aunque no se han estudiado sus niveles ni su relación con la autoestima. Investigar estos aspectos es esencial para diseñar estrategias dirigidas a promover la salud mental y prevenir el estrés académico en esta población, contribuyendo al cumplimiento de los objetivos institucionales y nacionales. Por ello este estudio, tiene como objetivo identificar los niveles de estrés académico y su relación con la autoestima en estudiantes de enfermería.

METODOLOGÍA

Este estudio tiene un enfoque cuantitativo, debido a que buscó medir las variables de manera observable y cuantificable, cuenta con un alcance relacional que permite establecer asociación entre las variables estrés académico y autoestima, cuenta además con un diseño observacional-transversal, ya que recoge información de la problemática en un momento específico.

La población inicial para este estudio fueron los 85 estudiantes de enfermería de séptimo semestre de la Universidad Técnica de Ambato de Tungurahua, Ecuador. Sin embargo, para este estudio se aplicó criterios de inclusión y exclusión.

Criterios de inclusión:

- Estudiantes matriculados legalmente en séptimo semestre de la carrera de Enfermería de la Universidad Técnica

de Ambato.

- Estudiantes de ambos sexos.
- Estudiantes que acepten participar en el estudio mediante consentimiento informado.

Criterios de exclusión:

- Estudiantes que cursen otra carrera simultáneamente
- Estudiantes que no asistieron la fecha de recogida de información
- Estudiantes que no completaron los instrumentos de evaluación en su totalidad.

De los cuales 76 estudiantes cumplieron con estos criterios determinados por los autores, a quienes se les aplicó el instrumento de medida y se procesaron los datos de forma censal, a fin de evitar sesgos en la investigación por querer escoger una muestra representativa. Todo esto se llevó a cabo durante los meses de abril y mayo del 2024.

Para identificar la información de estrés académico se empleó el Inventario SISCO, el cual es un instrumento de autoinforme que evalúa las reacciones psicológicas y comportamentales relacionadas con el estrés académico en estudiantes. Consta de 31 ítems, conformado por 3 dimensiones: estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento. Este instrumento fue desarrollado por Barraza (2007) basado en un modelo conceptual sistémico-cognoscitivista. Presenta propiedades psicométricas con una confiabilidad de 0.90 (alfa de Cronbach). La escala de los ítems son tipo Likert con 5 opciones de respuesta (1=nunca, 2=rara vez, 3=algunas veces, 4=casi siempre, 5=siempre).

Este instrumento permite obtener un puntaje global de estrés académico y puntajes específicos para cada dimensión. Entre los estresores que evalúa se encuentran la competencia con compañeros, sobrecarga de tareas, relación con profesores, tipos de evaluación, no entender temas, etc. Los síntomas abarcan aspectos físicos (dolores de cabeza, problemas digestivos), psicológicos (ansiedad, depresión) y comportamentales (aislamiento, conflictos). Las estrategias de afrontamiento incluyen habilidad asertiva, elaboración de planes, búsqueda de información, confidencias, entre otras (Barraza Macías, 2023).

Mientras que, para determinar la relación con la autoestima, se empleó la Escala de Autoestima de Rosenberg (EAR) es un instrumento diseñado para evaluar el sentimiento de satisfacción que una persona tiene sobre sí misma. Consta de 10 ítems con una escala de respuesta Likert de 4 puntos (1=muy en desacuerdo, 2=en desacuerdo, 3=de acuerdo, 4=muy de acuerdo). Cinco ítems están formulados positivamente y cinco negativamente para controlar la aquiescencia. La puntuación total tiene un rango entre 10-40, indicando mayor autoestima las puntuaciones más altas. La interpretación es: autoestima alta (30-40 puntos), media (26-29 puntos) y baja (<25 puntos). La EAR presenta adecuadas propiedades psicométricas, con valores en muestras hispanohablantes de fiabilidad (alfa de Cronbach 0,76 a 0,87) Es un instrumento autoadministrado, diseñado originalmente por Rosenberg (1965) para explorar los sentimientos de valía personal y respeto hacia uno mismo que conforman la autoestima (Rosenberg, 2015).

El análisis de los datos se llevó a cabo mediante el empleo de herramientas como Microsoft Excel y la plataforma estadística SPSS en su versión 29. Estos programas son ampliamente reconocidos por su eficacia en la ejecución de análisis estadísticos exhaustivos. Además, facilita la elaboración de tablas que representan frecuencias y porcentajes, estos recursos informáticos permiten una exploración detallada de los datos, brindando una perspectiva más completa y visualmente accesible de los resultados obtenidos. La combinación de Microsoft Excel y SPSS proporciona una metodología robusta y versátil para el análisis de datos, lo que contribuye a una interpretación precisa y detallada de la información recopilada en este estudio.

En lo que respecta a los aspectos éticos el procedimiento fue examinado minuciosamente y aprobado por el Comité de Bioética de la Universidad Técnica de Ambato, de conformidad con parámetros éticos reconocidos universalmente, como la Declaración de Helsinki. Se respetó la autonomía de los participantes, garantizando que recibieran información adecuada sobre los posibles riesgos y beneficios, y que pudieran retirarse del estudio en cualquier momento sin sufrir repercusiones adversas. El marco ético que rige esta investigación está delineado en las disposiciones 1, 2 y 3, que prescriben los mecanismos de validación y supervisión ejecutados por los Comités de Ética para la Investigación en Humanos en Ecuador.

La protección de la privacidad y confidencialidad de los participantes se logró mediante el anonimato y los protocolos de almacenamiento seguro de información. Los investigadores asumieron el firme compromiso de respetar las normas éticas pertinentes, con el objetivo de salvaguardar los derechos, el bienestar y la seguridad de los participantes, con el objetivo general de aportar información valiosa a la comunidad académica sobre el nexo entre el estrés académico y la autoestima de los estudiantes de enfermería.

RESULTADOS

Características demográficas

La edad mínima de la muestra fue de 20 años, la edad máxima de 27, con una media de 22,3 y una desviación estándar de 1,7 años. Además, en la tabla 1 se describen las frecuencias y porcentajes de las variables sexo y semestre de los estudiantes.

Tabla 1. Características demográficas

Categorías	Frecuencia	Porcentaje
Femenino	59	77,6
Masculino	17	22,4
Total	76	100,0
Séptimo "A"	30	39,5
Séptimo "B"	27	35,5
Séptimo "C"	19	25,0
Total	76	100,0

Fuente: elaboración de los autores (2024)

En la tabla 2, se describen los resultados obtenidos sobre la variable estrés académico, por medio del inventario **SISCO**, el cual nos proporcionó los niveles de estrés, en donde se aprecia que la mayoría (89,5%) de los estudiantes presentan un nivel de estrés profundo.

Tabla 2. Nivel de estrés

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Moderado	8	10,5
Profundo	68	89,5
Total	76	100,0

Fuente: elaboración de los autores (2024)

Nivel de autoestima

En la tabla 3, se describen los resultados de la variable autoestima evaluada por medio de la escala de **ROSENBERG**, en el cual, se puede observar un porcentaje (40,8%) de autoestima elevada.

Tabla 3. Nivel de autoestima

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Baja	21	27,6
Media	24	31,6
Elevada	31	40,8
Total	76	100,0

Fuente: elaboración de los autores (2024)

Asociación entre estrés y autoestima

Con un nivel de confianza del 95% y margen de error del 0,5, se planteó las hipótesis.

- **Hipótesis de alterna**

El estrés académico tiene una correlación significativa con la autoestima en los estudiantes de enfermería de la Universidad Técnica de Ambato.

- **Hipótesis nula**

El estrés académico no tiene una correlación significativa con la autoestima en los estudiantes de enfermería de la Universidad Técnica de Ambato.

Asociación entre estrés y autoestima

A continuación, se presentan los análisis respectivos en relación con los resultados obtenidos por medio de la aplicación de los instrumentos: inventario **SISCO** de estrés académico y la Escala de autoestima de **ROSENBERG**. Estas tablas siguen el orden específico de los objetivos.

En la tabla 4, se muestran los resultados de la correlación por niveles entre estrés y la autoestima en la cual se evidencia con un porcentaje del (95%) de estudiantes presentan un nivel de estrés profundo y un nivel de autoestima media.

Tabla 4. Asociación entre estrés y autoestima

Niveles	Baja	Media	Elevada
Moderado	3	1	4
	14,3%	4,2%	12,9%
Profundo	18	23	27
	85,7%	95,8%	87,1%
Total	21	24	31
	100,0%	100,0%	100,0%

Fuente: elaboración de los autores (2024)

Información cruzada. Debido a que 3 casillas (50,0%) han esperado un recuento menor que 5, se aplicó la prueba chi cuadrado de Razón de verosimilitud (Tabla 5).

Tabla 5. Tabla cruzada

Pruebas Chi cuadrado	Valor	Sig. asintótica (bilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	1,532	0,465
Razón de verosimilitud	1,767	0,413
Asociación lineal por lineal	0,001	0,981
N de casos válidos	76	

a. 3 casillas (50,0%) han esperado un recuento menor que 5.

Fuente: elaboración de los autores (2024)

Relación general

Finalmente, en la tabla 6, se demuestra la asociación general entre estrés y la autoestima. En la cual se evidencia una relación muy fuerte, arrojando un porcentaje del 98 %.

Tabla 6. Correlación general

Correlación de Pearson	1	0,989
Sig. (bilateral)		0,000
N	78	78
Correlación de Pearson	0,989	1
Sig. (bilateral)	0	
N	78	78

Fuente: elaboración de los autores (2024)

DISCUSIÓN

Los resultados obtenidos evidenciaron que la mayoría de los estudiantes (89,5%) presentaron un nivel de estrés profundo y un 40,8% de los participantes un nivel de autoestima elevada. Además, se encontró una correlación significativa entre el estrés académico y la autoestima ($0,00 p < 0,05$). Estos hallazgos concuerdan con lo reportado por Silva Ramos et al. (Silva Ramos et al., 2020), quienes encontraron una prevalencia de estrés académico del 85% en estudiantes universitarios, siendo el nivel de estrés profundo el más frecuente.

Asimismo, Talavera Salas et al. (Talavera Salas et al., 2021) identificaron que el 90,2% de los estudiantes presentaban niveles moderados a altos de estrés académico durante la pandemia por COVID-19. Estos resultados sugieren que el estrés académico es una problemática prevalente en la población estudiantil, especialmente en aquellos que cursan carreras de alta demanda y exigencia, como es el caso de la enfermería (Reverté-Villarroya et al., 2021). Además, estudios recientes han demostrado que la pandemia por COVID-19 ha exacerbado los niveles de estrés académico en estudiantes universitarios, debido a los cambios en las modalidades de enseñanza, la incertidumbre económica y el temor al contagio (Savitsky et al., 2020).

En cuanto a la autoestima, los resultados de este estudio difieren de lo reportado por Moreno y Vásquez de la Bandera (Moreno Moreno & Vásquez de la Bandera Cabezas, 2022), quienes encontraron que solo el 18,2% de los estudiantes de enfermería presentaban un nivel de autoestima alta, mientras que el 54,5% mostraban un nivel medio y el 27,3% un nivel bajo. Estas diferencias podrían deberse a factores socioculturales y contextuales propios de cada población estudiada, así como a la metodología empleada para evaluar la autoestima (Wang, 2024). Además, estudios recientes sugieren que la autoestima de los estudiantes de enfermería puede verse afectada por factores como la sobrecarga académica, la falta de apoyo social y las experiencias de discriminación en el entorno clínico (Fakhar-E-Alam Kulyar et al., 2020).

La relación encontrada entre el estrés académico y la autoestima en este estudio es consistente con lo reportado por otros autores. Liu et al. (Liu et al., 2019) realizaron una revisión sistemática y metaanálisis de estudios de cohorte, encontrando que los estudiantes universitarios con niveles más altos de estrés académico presentan una mayor probabilidad de desarrollar síntomas depresivos, los cuales están estrechamente relacionados con una baja autoestima. Asimismo, Min et al. (Min et al., 2021) identificaron que los estudiantes de enfermería con niveles más bajos de autoestima presentaban una menor capacidad para afrontar el estrés académico y desarrollar una identidad profesional sólida. Estos hallazgos sugieren que la autoestima puede actuar como un factor protector frente al estrés académico y favorecer el bienestar psicológico de los estudiantes (Yıldırım et al., 2021).

Por otro lado, Rupay Nolasco et al. (Rupay Nolasco et al., 2022) encontraron una correlación positiva significativa entre la autoestima y el rendimiento académico en estudiantes de enfermería, lo que sugiere que una mayor autoestima puede actuar como un factor protector frente al estrés académico y favorecer el desempeño de los estudiantes. Estos resultados son consistentes con lo reportado por Espinoza y Domínguez (Espinoza & Domínguez, 2024), quienes identificaron que los estudiantes de enfermería con niveles más altos de autoestima presentan una menor prevalencia de estrés académico y ansiedad. Además, estudios recientes han demostrado que la autoestima está relacionada con otros factores que influyen en el rendimiento académico, como la motivación intrínseca, las habilidades de autorregulación y la resiliencia (Zhang et al., 2023).

La fortaleza de este estudio radica en el uso de instrumentos validados y ampliamente utilizados para evaluar el estrés académico (Inventario SISCO) y la autoestima (Escala de Rosenberg), lo que permite una mayor comparabilidad con otros estudios. Además, se recabó la información de forma censal, evitando sesgos de selección y favoreciendo la representatividad de los resultados. Estos aspectos metodológicos son consistentes con las recomendaciones de estudios recientes sobre la investigación en salud mental de estudiantes universitarios (Guzmán Castillo et al., 2022).

Por ende, este estudio evidencia la alta prevalencia de estrés académico en estudiantes de enfermería y su relación con la autoestima. Estos hallazgos resaltan la importancia de abordar el estrés académico como una problemática de salud pública y de desarrollar intervenciones efectivas para promover la salud mental y el bienestar de los futuros profesionales de la enfermería. Se requieren más investigaciones que exploren los factores asociados al estrés académico y la autoestima en esta población, así como estudios de intervención que evalúen la efectividad de diferentes estrategias para prevenir y manejar el estrés y fortalecer la autoestima en los estudiantes de enfermería. Asimismo, es necesario fortalecer las políticas y programas de salud mental en las instituciones educativas, con el fin de crear entornos más saludables y favorables para el aprendizaje y el desarrollo integral de los estudiantes.

CONSIDERACIONES FINALES

La mayoría de los participantes presentaron un nivel de estrés profundo, y un porcentaje considerable presentaron autoestima elevada.

Además, se encontró una correlación positiva muy fuerte entre el estrés académico y la autoestima, lo que permitió aceptar la hipótesis alterna del investigador, es decir, el estrés académico tiene una correlación significativa con la autoestima en los estudiantes de enfermería de la Universidad Técnica de Ambato; lo que sugiere que aquellos estudiantes que presentan niveles más altos de estrés tienden a presentar una mayor valoración de sí mismos y de sus capacidades.

Estos hallazgos resaltan la importancia de abordar el estrés académico como una problemática de salud pública y de desarrollar intervenciones efectivas para promover la salud mental y el bienestar de los futuros profesionales de la enfermería, considerando la autoestima como un factor clave en el afrontamiento del estrés y en el desempeño académico de los estudiantes.

Estos resultados proporcionan una base sólida para el desarrollo de futuras investigaciones que exploren con mayor profundidad los factores asociados al estrés académico y la autoestima en estudiantes de enfermería, así como para el diseño de intervenciones que aborden estas problemáticas de manera integral y efectiva.

En lo que respecta a las limitaciones teóricas, el estudio se enfoca únicamente en la relación entre estrés académico y autoestima, sin explorar en profundidad otros factores psicosociales que podrían influir en estas variables, como el apoyo social, los estilos de afrontamiento, la resiliencia, entre otros. Además, el marco teórico podría haberse enriquecido con perspectivas adicionales sobre el estrés académico y la autoestima, más allá del modelo sistémico-cognoscitivista y la teoría de Rosenberg que se mencionan.

Finalmente, con respecto a las limitaciones metodológicas, el diseño transversal del estudio no permite establecer relaciones causales entre variables, sino sólo correlaciones. Un diseño longitudinal podría proporcionar pruebas más sólidas sobre la direccionalidad de la relación entre estrés y autoestima. La muestra se limitó a estudiantes de enfermería de una sola universidad, lo que limita la generalización de los resultados a otras poblaciones y entornos de estudiantes. El uso exclusivo de instrumentos de autoinforme puede introducir sesgos, como el de deseabilidad social, en las respuestas. Además, no se controlaron variables de confusión relevantes que pueden afectar los niveles de estrés y autoestima, como el rendimiento académico, las responsabilidades extracurriculares, el nivel socioeconómico, etc.

REFERENCIAS

- Barraza Macías, A. (2023). *Inventario SISCO estrés académico*. 9(10), Disponible en: <https://psicologiacientifica.com/inventario-sisco-estres-academico/>.
- David, M. C. M. M., Vieira, G. R., Leôncio, L. M. de L., Neves, L. D. S., Bezerra, C. G., Mattos, M. S. B. de, Santos, N. F. D., Santana, F. H. de, Antunes, R. B., Araújo, J. F., & Matos, R. J. B. de. (2022). Predictors of stress in college students during the COVID-19 pandemic. *Journal of Affective Disorders Reports*, 10, 100377. doi: 10.1016/j.jadr.2022.100377. <https://doi.org/10.1016/j.jadr.2022.100377>
- Espinoza, R. B. V., & Dominguez, D. R. A. (2024). Estrés y Ansiedad en Estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Pilar. *Emergentes - Revista Científica*, 4(1), Article 1. <https://doi.org/10.60112/erc.v4i1.112>
- Fakhar-E-Alam Kulyar, M., Bhutta, Z. A., Shabbir, S., & Akhtar, M. (2020). Psychosocial impact of COVID-19 outbreak on international students living in Hubei province, China. *Travel Medicine and Infectious Disease*, 37, 101712. doi: <https://doi.org/10.1016/j.tmaid.2020.101712>. <https://doi.org/10.1016/j.tmaid.2020.101712>
- Guzmán Castillo, A., Bustos N., C., Zavala S., W., & Castillo Navarrete, J. L. (2022). Inventario SISCO del estrés académico: Revisión de sus propiedades psicométricas en estudiantes universitarios. *Terapia psicológica*, 40(2), 197-211. doi: <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-48082022000200197>. <https://doi.org/10.4067/S0718-48082022000200197>
- Jiménez, D. A., Medina, M. E., Ortigoza, A., & Barrios, C. J. C. (2024). Estilos de vida de los estudiantes de Enfermería de una institución pública de Tucumán, Argentina. *Ibero-American Journal of Health Science Research*, 4(1), 52-58. <https://doi.org/10.56183/iberohjr.v4i1.606>
- Liu, Y., Zhang, N., Bao, G., Huang, Y., Ji, B., Wu, Y., Liu, C., & Li, G. (2019). Predictors of depressive symptoms in college students: A systematic review and meta-analysis of cohort studies. *Journal of Affective Disorders*, 244, 196-208. doi: <https://doi.org/10.1016/j.jad.2018.10.084>. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2018.10.084>
- Min, J., Kim, H., & Yoo, J. (2021). Effects of Self-Esteem, Problem-Solving Ability, and Professional Nursing Values on the Career Identity of Nursing College Students in South Korea: A Cross-Sectional Study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(16), 8531. doi: 10.3390/ijerph18168531. <https://doi.org/10.3390/ijerph18168531>
- Ministerio de Salud Pública. (2014). *Plan Estratégico Nacional de Salud Mental* (Comisión de Salud Mental). https://www.salud.gob.ec/wp-content/uploads/2021/09/Plan-Estrategico-Nacional-de-Salud-Mental-con-Acuerdo_compressed.pdf
- Ministerio de Salud Pública del Ecuador. (2019). *Educación y comunicación para la promoción de la salud. Manual*. (Dirección Nacional de Normatización. MSP). https://www.salud.gob.ec/wp-content/uploads/2019/12/manual_de_educaci%C3%B3n_y_comunicaci%C3%B3n_para_promoci%C3%B3n_de_la_salud0254090001575057231.pdf
- Moreno Moreno, L. J., & Vásquez de la Bandera Cabezas, F. A. (2022). Autoestima y habilidades sociales en estudiantes de enfermería. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 6(6), 10161-10178. doi: https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v6i6.4123. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v6i6.4123

- Organización Mundial de la Salud. (2021). *Salud mental del adolescente* [Who.int/]. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>
- Reverté-Villarroya, S., Ortega, L., Lavedán, A., Masot, O., Burjalés Martí, M. D., Ballester Ferrando, D., Fuentes Pumarola, C., & Botigué, T. (2021). The influence of COVID-19 on the mental health of final-year nursing students: Comparing the situation before and during the pandemic. *International Journal of Mental Health Nursing*, 30(3), 694-702-doi: 10.1111/inm.12827 Full text linksCite. <https://doi.org/10.1111/inm.12827>
- Rosales, J. T. E., & Espín, A. D. P. V. (2023). Procrastinación y estrés académico en estudiantes universitarios: Procrastination and Academic Stress in College Students. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 4(1), Article 1. <https://doi.org/10.56712/latam.v4i1.272>
- Rosenberg, M. (2015). *Society and the Adolescent Self-Image*. Princeton University Press. <https://books.google.com.pe/books?id=YR3WCgAAQBAJ&printsec=copyright#v=onepage&q&f=false>
- Rupay Nolasco, O. D., Nuñez Zarazú, L., Alberto Veramendi, V. S., Regalado Olivares, N. R., Menacho Zorrilla, R. J., & Ríos, O. G. V. (2022). Autoestima y rendimiento académico en estudiantes de Enfermería. *Horizontes. Revista de Investigación en Ciencias de la Educación*, 6(23), Article 23. <https://doi.org/10.33996/revistahorizontes.v6i23.375>
- Santos Morocho, J. L. (2017). *Prevalencia de estrés académico y factores asociados en estudiantes de Ciencias de la Salud de la Universidad Católica de Cuenca, 2016* [masterThesis]. <http://dspace.ucuenca.edu.ec/handle/123456789/26542>
- Savitsky, B., Findling, Y., Erel, A., & Hendel, T. (2020). Anxiety and coping strategies among nursing students during the covid-19 pandemic. *Nurse Education in Practice*, 46, 102809. doi: <https://doi.org/10.1016/j.nepr.2020.102809>. <https://doi.org/10.1016/j.nepr.2020.102809>
- Silva Ramos, M. F., López Cocotle, J. J., & Meza Zamora, M. E. C. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Investigación y Ciencia*, 28(79), 75-83. Disponible en: <https://www.redalyc.org/journal/674/67462875008/html/>.
- Talavera Salas, I. X., Zela Pacori, C. E., Calcina Cuevas, S. C., & Castillo Machaca, J. E. (2021). Impacto de la COVID-19 en el estrés académico en estudiantes universitarios. *Dominio de las Ciencias*, 7(Extra 4), 155. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8383988>.
- Toaquiza Espinoza, J. A. (2022). *Estrés académico y autoestima en estudiantes de un instituto de educación superior de Quito* [Trabajo de titulación modalidad Proyecto de Investigación previo a la obtención del Título de Psicóloga Clínica, UCE]. <https://www.dspace.uce.edu.ec/entities/publication/www.dspace.uce.edu.ec>
- Universidad Técnica de Ambato. (2022). *Plan Estratégico de Desarrollo Institucional 2022-2025*. <https://www.uta.edu.ec/v4.0/index.php/plan-estrategico-de-desarrollo-institucional-2022-2025>
- Wang, H. (2024). Relationship Between Self-Esteem and Problematic Social Media Use Amongst Chinese College Students: A Longitudinal Study. *Psychology Research and Behavior Management*, 17, 679-689. doi: <https://doi.org/10.2147/PRBM.S452603>. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S452603>
- World Health Organization. (2020). *The impact of COVID-19 on mental, neurological and substance use services* [Who.int/]. <https://www.who.int/publications-detail-redirect/978924012455>
- Yıldırım, M., Çiçek, İ., & Şanlı, M. E. (2021). Coronavirus stress and COVID-19 burnout among healthcare staffs: The mediating role of optimism and social connectedness. *Current Psychology (New Brunswick, N.J.)*, 40(11), 5763-5771. <https://doi.org/10.1007/s12144-021-01781-w>
- Zhang, D., Qin, L., Huang, A., Wang, C., Yuan, T., Li, X., Yang, L., Li, J., Lei, Y., Sun, L., Liu, M., Liu, H., & Zhang, L. (2023). Mediating effect of resilience and fear of COVID-19 on the relationship between social support and post-traumatic stress disorder among campus-quarantined nursing students: A cross-sectional study. *BMC Nursing*, 22(1), 164. Disponible en: <https://bmcnurs.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12912-023-01319-4>. <https://doi.org/10.1186/s12912-023-01319-4>