

El estrés académico en alumnos de odontología.

Academic stress in dental students.

Arturo Barraza Macías¹, Luis Alberto González García², Alejandra Garza Madero³, Francisco Cázares de León⁴.

1. Profesor Investigador de la Universidad Pedagógica de Durango.
2. Profesor Investigador de la Universidad de Monterrey.
3. Alumna de 10 semestre de la Universidad de Monterrey.
4. Profesor Investigador de la Universidad de Monterrey.

RESUMEN

Introducción: La carrera de un estudiante de odontología puede llegar a ser estresante en algunos momentos por lo que su desempeño puede bajar y estar asociado a algunos factores como la sobrecarga de tareas y trabajos escolares, así mismo otro tipo de variables como el semestre, relación sentimental, fumar, actividad física entre otras. **Objetivos:** Para la presente investigación se plantearon dos objetivos: establecer el perfil descriptivo del estrés académico de los alumnos de odontología y determinar su relación con las variables: sexo, edad, semestre que cursa, relación sentimental, desayunar, fumar, actividad física y período de menstruación. **Método:** Para el logro de estos objetivos se llevó a cabo un estudio correlacional, transversal y no experimental a través de la aplicación del Inventario SISCO para el estudio del estrés académico a una muestra de 93 alumnos de la Universidad de Monterrey. **Resultados:** Los principales indican que los estresores que se presentan con mayor frecuencia son: “Sobrecarga de tareas y trabajos escolares”, “Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.)” y “Tiempo limitado para hacer el trabajo”, y que de las diferentes variables estudiadas solamente la actividad física presenta una correlación negativa de carácter significativo con el estrés académico. **Conclusión:** Existe la necesidad de explorar variables intervinientes que pudieran mediar la relación de estas variables con el estrés académico por lo que se considera importante buscar algunas variables contextuales como lo serían las características institucionales que pudieran ser mediadoras en esta relación y así mejorar el desempeño académico de los estudiantes de odontología.

Palabras clave: estresores; síntomas; afrontamiento; estudiantes; actividad física.

ABSTRACT

Introduction: The career of a student of dentistry can become stressful at times so their performance can be reduced and be associated with some factors such as overload of homework and school work, as well as other variables such as semester, relationship, smoking, physical activity among others. In this research, two objectives were set: establish the descriptive profile of the academic stress of dentistry students and determine their relationship to the variables: sex, age, semester, emotional relationship, breakfast, smoking, physical activity and period of menstruation. **Methods:** To achieve these objectives, a cross-sectional, non-experimental study was carried out through the application of the SISCO Inventory for the study of academic stress to a sample of 93 students from the University of Monterrey. **Results:** Its main results indicate that the stressors that occur most frequently are: "Overload of homework and school work", "Teacher evaluations (exams, essays, research papers, etc.)" and "Limited time to do the work", and that of the different variables studied, only physical activity shows a negative correlation of significant character with academic stress. **Conclusion:** There is a need to explore intervening variables that could mediate the relationship of these variables with academic stress, so it is considered important to look for some contextual variables such as the institutional characteristics that could mediate this relationship and thus improve the academic performance of the dentistry students.

Keywords: stressors; symptoms; coping; students; physical activity.

INTRODUCCIÓN

El estrés es un término asociado a las demandas del entorno donde se desenvuelve la persona. Cada entorno, cada situación y cada momento, le exigen a la persona que actúe de X o Y manera. Esas demandas de actuación son valoradas por la propia persona en función de los recursos que posee para poder llevarlas a cabo con eficacia sin que medie daño o perjuicio para ella. Cuando la persona considera que las demandas desbordan sus posibilidades reales de respuesta, esas demandas son consideradas fuentes de estrés o estresores, siendo éste el origen procesual del estrés.

El estrés académico es un proceso sistémico de carácter adaptativo y esencialmente psicológico que se configura a partir de tres componentes procesuales: los estresores (la valoración de ciertas demandas como estresores es el inicio del proceso), los síntomas (que son la experiencia subjetiva del

estrés y la evidencia del desequilibrio sistémico) y las estrategias de afrontamiento (utilizadas para restaurar el equilibrio sistémico).

Como las personas se desenvuelven en diferentes entornos y situaciones las demandas que se transforman en estresores suelen ser particulares o privativas de ese entorno. En ese sentido, el estrés suele ser clasificado en función del tipo de demandas que les genera su entorno inmediato, lo que ha conducido a los estudiosos del campo a hablar de estrés académico, estrés laboral, estrés sexual, estrés familiar, estrés de la guerra, estrés económico, etc. De estos diferentes tipos de estrés la atención de la presente investigación está centrada en el estrés académico entendido éste como aquel donde las demandas o exigencias de actuación que se le hacen a la persona tienen que ver con su vida académica dentro de una institución educativa ¹.

Este tipo de estrés ha sido estudiado en alumnos de diferentes niveles educativos como sería el caso de bachillerato, licenciatura y posgrado ²⁻⁵.

En lo que concierne al nivel de licenciatura se pueden encontrar trabajos que estudian alumnos de Fisioterapia, Gastronomía, Medicina, Educación, Enfermería, Tecnología Superior en Finanzas, Nutrición, y Psicología ⁶⁻¹⁹, entre otros.

En lo particular la atención del presente artículo está centrada en alumnos de la carrera de odontología y a ese respecto se pudieron localizar siete trabajos. Cabe mencionar que seis de estos trabajos son Tesis inéditas y solamente uno está publicado como artículo de investigación ²⁰⁻²⁶. Estos siete trabajos presentan algunas constantes, sobre todo con relación al perfil descriptivo, algunas contradicciones, sobre todo en el perfil sociodemográfico, académico o situacional, y una falta de continuidad estructural con relación a otras variables.

Los estresores generales que se presenta con mayor frecuencia en este tipo de alumnos son la sobrecarga de trabajos, la evaluación docente, el tiempo limitado para hacer los trabajos y tareas escolares, el tipo de trabajo a realizar, la tesis y el manejo del aula virtual; en el caso de los estresores particulares, relacionados con el trabajo clínico que realizan, los que se presentan con mayor frecuencia son: la falta de tiempo para relajarse, el tiempo reducido entre clínicas, laboratorios y seminarios, la falta del personal adecuado en clínicas y las responsabilidades financieras, así como la atención en la clínica y la ausencia de pacientes ^{20,21,25,26}.

Al presentarse este tipo de estrés, los síntomas con los que se manifiesta de manera más frecuente son: los trastornos del sueño, fatiga crónica, ansiedad, angustia y desesperación, inquietud o dificultad

para relajarse, somnolencia, desgano para realizar las labores escolares y cambio en la alimentación^{25, 26}.

Una vez que el alumno se da cuenta de la presencia de este tipo de estrés utiliza diversas estrategias de afrontamiento para su manejo; entre esas estrategias de afrontamiento se pueden mencionar la habilidad asertiva, la elaboración de un plan y ejecución de sus tareas y la de fijarse o tratar de obtener lo positivo de la situación que le preocupa^{25, 26}.

En el caso de la relación de este tipo de estrés con las variables sociodemográficas los autores reportan algunos resultados contradictorios. a) Reportan la no diferencia en el nivel de estrés académico en función del sexo de los participantes, mientras que otros informan que son las mujeres las que presentan un mayor nivel de estrés: b) afirman que la edad no se relaciona con el nivel de estrés, mientras que dice que son los alumnos mayores de 27 años los que presentan mayor estrés. Sin embargo, existe una tendencia clara a considerar que son los alumnos de los grados superiores son los que presentan un mayor nivel de estrés²²⁻²⁵.

En el caso de la relación del estrés académico con otras variables se observa una falta de continuidad y estudios particulares sin relación entre sí, ya que los mismo se estudia la satisfacción sexual que la disfuncionalidad familiar, sin olvidar variables académicas como el rendimiento^{20,21,26}.

A partir de estos antecedentes en la presente investigación se decide abordar el estudio del estrés académico con relación a ocho variables: tres de ellas abordadas anteriormente (sexo, edad y semestre que cursa) y cinco de ellas que hasta el momento no ha abordado con relación al estrés académico en este tipo de estudiantes (relación sentimental, desayunar, fumar, actividad física y período de menstruación). Una vez hecha esta precisión se plantea como objetivos de la presente investigación establecer el perfil descriptivo del estrés académico de los alumnos de odontología y determinar su relación con las variables: sexo, edad, semestre que cursa, relación sentimental, desayunar, fumar, actividad física y período de menstruación.

MÉTODO

Participantes

En el presente estudio, correlacional, transversal y no experimental, se contó con la participación de 93 alumnos del programa de Médico Cirujano Dentista de la Universidad de Monterrey. La selección de los alumnos obedeció a su accesibilidad y a la disposición mostrada por los mismos y por las au-

toridades de la institución.

Los criterios de inclusión para participar en la investigación fueron el ser alumno de la carrera de Médico Cirujano Dentista de la Universidad de Monterrey, el haber asistido el día en que se aplicó el cuestionario y haber firmado el consentimiento informado. Los criterios de exclusión fueron ser alumnos con capacidades diferentes, estar medicamente comprometidos o haber ingerido algún tipo de sustancia tóxica de 3 días antes a la fecha de aplicación del cuestionario y no firmar el consentimiento informado.

La distribución de estos alumnos, según las variables sociodemográficas indagadas en el background del cuestionario fue la siguiente:

- El 16.1% tienen una edad entre 15 y 19 años, el 78.5% entre 20 y 24 años y el 5.4% entre 25 y 29 años.
- El 46.7% informa mantener en ese momento una relación sentimental, mientras que 53.3% no se encuentra en ese momento manteniendo una relación sentimental.
- El 68.8% desayuna antes de acudir a la escuela y el restante 31.2% no lo hace.
- El 20.4% fuma, mientras que el 79.6% no lo hace.
- El 63.4% realiza algún tipo de actividad física y el 36.6% no lo hace.
- El 2.2% estudia el primer semestre, el 15.1% el segundo semestre, el 23.7% el cuarto semestre, el 14% el sexto semestre, el 28% el octavo semestre y el 17.2% el décimo semestre.
- El 4.3% se encontraba en su período de menstruación al responder el cuestionario, y el resto 95.7% no lo estaba.

Técnica e instrumento

Para recolectar la información se utilizó la técnica de la encuesta y como instrumento el Inventario SISCO para el estudio del estrés académico²⁷. Se utilizó la versión de 29 ítems que se responden mediante un escalamiento tipo Likert de cinco valores (Nunca, casi Nunca, Algunas Veces, Casi Siempre y Siempre). Estos ítems se encuentran divididos en tres secciones: estresores (8 ítems), síntomas (15 ítems) y estrategias de afrontamiento (6 ítems). En esta aplicación el inventario reporta una confiabilidad en alfa de Cronbach de .88. Cabe resaltar que de las seis investigaciones que abordan el estrés académico en estudiantes de odontología cuatro de ellas utilizaron este mismo instrumento

21,25,26.

Este cuestionario se complementó con ocho preguntas relativas a las variables de interés para el estudio (sexo, edad, semestre que cursa, relación sentimental, desayunar, fumar, actividad física y período de menstruación).

Procedimiento

El cuestionario se aplicó durante el semestre Enero-Junio 2017. En su aplicación dos de los investigadores responsables acudieron a las aulas de clase a la aplicación del Inventario SISCO a cada uno de los estudiantes que previamente habían aceptado mediante un consentimiento informado participar en el proyecto. Los investigadores responsables estuvieron presentes en todo momento para aclarar dudas que surgieran durante la aplicación del instrumento.

En la aplicación de este instrumento se tomaron en cuenta una serie de recomendaciones que están relacionadas con ciertas condiciones éticas que deben tenerse en cuenta a fin de facilitar la recolección de datos: a) el anonimato en el llenado de los cuestionarios, y b) en la presentación del cuestionario se mostró de manera visible y en un primer plano la razón social de la Institución Educativa que respaldaba la aplicación de dicho cuestionario. Así mismo, se les aseguró la confidencialidad de las respuestas.

El análisis de resultados se realizó en dos momentos con el Programa SPSS, versión 23. En un primer momento se realizó la estadística descriptiva usando como medida de tendencia central la media aritmética; y en un segundo momento se hizo el análisis correlacional a través de los estadísticos rho de Spearman y t de Student. En todos los análisis correlacionales la regla de decisión fue $p < .05$.

RESULTADOS

Análisis descriptivo

Los datos descriptivos obtenidos en la sección de estresores se presentan en la tabla 1. Como se puede observar las demandas que son valoradas con mayor frecuencia como estresores son: "Sobrecarga de tareas y trabajos escolares", "Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.)" y "Tiempo limitado para hacer el trabajo"; mientras que las que son valoradas con menor frecuencia como estresores son "La competencia con los compañeros del grupo" y "Participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc.)".

Tabla 1.
Datos descriptivos de los ítems que conforman la sección de estresores

Estresores	x	s2
<i>La competencia con los compañeros del grupo</i>	2.44	1.078
Sobrecarga de tareas y trabajos escolares	3.52	.855
La personalidad y el carácter del profesor	2.69	1.021
Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.)	3.62	1.052
El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)	3.31	.897
No entender los temas que se abordan en la clase	3.05	1.057
<i>Participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc.)</i>	2.42	1.014
Tiempo limitado para hacer el trabajo	3.52	1.176

Nota: se destacan con negritas las medias más altas y con cursiva las medias más bajas.

Los resultados descriptivos obtenidos en la sección de síntomas se muestran en la tabla 2. Los síntomas que presentan con mayor frecuencia los alumnos encuestados cuando están estresados son “Fatiga crónica (cansancio permanente)”, “Somnolencia o mayor necesidad de dormir” y “Ansiedad, angustia o desesperación”, mientras que los que presenta con menos frecuencia son “Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea” y “Aislamiento de los demás”.

Tabla 2.
Datos descriptivos de los ítems que conforman la sección de síntomas

Síntomas	x	s2
Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas)	2.83	1.090
Fatiga crónica (cansancio permanente)	3.17	1.157
Dolores de cabeza o migrañas	2.72	1.117
<i>Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea</i>	2.28	1.146
Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.	2.48	1.316
Somnolencia o mayor necesidad de dormir	3.32	1.115
Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)	3.05	1.067
Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)	2.32	1.124
Ansiedad, angustia o desesperación.	3.11	1.118
Problemas de concentración	2.87	1.106
Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad	2.47	1.079
Conflictos o tendencia a polemizar o discutir	2.38	.943
<i>Aislamiento de los demás</i>	2.16	.981
Desgano para realizar las labores escolares	2.66	.972
Aumento o reducción del consumo de alimentos	2.90	1.162

Nota: se destacan con negritas las medias más altas y con cursiva las medias más bajas.

Los datos descriptivos obtenidos en la sección de estrategias de afrontamiento se presentan en la tabla 3. Las estrategias de afrontamiento que utilizan con mayor frecuencia los alumnos encuestados cuando están estresados son “Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias, ideas o sentimientos sin dañar a otros)” y “Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas”, mientras que las que utilizan con menor frecuencia son “Elogios a sí mismo” y “Búsqueda de información sobre la situación”.

Tabla 3.
Datos descriptivos de los ítems que conforman la sección de estrategias de afrontamiento

Estrategias de afrontamiento	x	s2
Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias, ideas o sentimientos sin dañar a otros)	3.32	.874
Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas	3.55	.927
<i>Elogios a sí mismo</i>	<i>2.84</i>	<i>1.046</i>
La religiosidad (oraciones o asistencia a misa)	3.00	1.260
<i>Búsqueda de información sobre la situación</i>	<i>2.97</i>	<i>.972</i>
Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa).	3.14	1.079

Nota: se destacan con negritas las medias más altas y con cursiva las medias más bajas.

La media general que indica la frecuencia con la que se presenta el estrés entre los alumnos encuestados es de 2.90 que transformada en porcentaje indica un 58%; este porcentaje, interpretado con un baremo indicativo de tres valores (de 0 a 33% un nivel leve de estrés; de 34% a 66% un nivel moderado de estrés; y de 67% a 100% un nivel profundo de estrés), permite afirmar que los alumnos de la carrera de Médico Cirujano Dentista de la Universidad de Monterrey presentan un nivel moderado de estrés.

Análisis correlacional y de diferencia de grupos

La Prueba de Kolmogorov-Smirnov reporta un nivel de significación de .200 para la variable estrés académico por lo que se considera pertinente utilizar los estadísticos para pruebas paramétricas. La presentación de estos resultados se agrupa según el estadístico a utilizar.

El análisis efectuado entre las variables edad y semestre, con relación al estrés académico, se realizó utilizando el estadístico rho de Spearman con un nivel de significación unilateral; los resultados indican valores de $p = .033$ (sig. .377) y de $p = .035$ (sig. .369) para las variables edad y semestre respectivamente, por lo que se concluye la no relación entre estas variables y el estrés académico.

Los resultados del análisis efectuado entre las variables relación sentimental, desayunar, fumar, actividad física y período de menstruación, con relación al estrés, se presentan en la tabla 4.

Como se muestra solamente la variable actividad física marca una diferencia significativa en el nivel de estrés académico siendo los que no realizan alguna actividad física los que presentan un mayor nivel de estrés.

Tabla 4.
Resultados del análisis de diferencia de grupos entre las seis variables de interés y el estrés académico

Variable	t	gl	sig.
Sexo	-.833	91	.407
Relación sentimental	-.654	90	.515
Desayunar	-.747	91	.457
Fumar	.692	91	.491
Actividad física	-2.806	91	.006
Período de menstruación	1.377	91	.172

Nota: se destaca con negritas $p < .05$

DISCUSIÓN DE RESULTADOS

Los diferentes estudios relacionados con el estrés académico han encontrado que los estudiantes que cursan la carrera de odontología son susceptibles a presentar altos niveles de estrés debido a las exigencias particulares de dicha carrera; como lo serían “buscar pacientes, ser responsables de sus tratamientos y tener las habilidades suficientes para aprobar las asignaturas que cursan”²³.

Esta particularidad hace que cobre relevancia el estudio del estrés académico en los alumnos que cursan dicha carrera; esa relevancia es demostrada por la presencia de las investigaciones antecedentes (vid supra). En ese sentido, esta investigación buscó, en primera instancia, establecer un perfil descriptivo para determinar, vía contraste con los estudios previos, si se puede generalizar un perfil descriptivo del estrés académico en este tipo de alumnos.

Para presentar este perfil se tomó como base la perspectiva sistémica procesual del estrés académico que conduce a identificar tres componentes sistémico procesuales del estrés académico: estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento¹.

En el caso de los estresores, los resultados obtenidos indican que las demandas del entorno que son valoradas con mayor frecuencia como estresores son: “Sobrecarga de tareas y trabajos escolares”, “Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.)” y “Tiempo limitado para hacer el trabajo”. En el primer caso se coincide con el estudio de Diaz y cols, en el segundo caso se coincide con el estudio de Reinoso y en el tercer caso se coincide con ambos.

Con relación a los síntomas que se presentan con mayor frecuencia cuando se está estresado los resultados muestran que son la “Fatiga crónica (cansancio permanente)”, “Somnolencia o mayor

necesidad de dormir” y “Ansiedad, angustia o desesperación”. En el primer síntoma se coincide con el estudio de Proaño, en el segundo se coincide con el estudio de Reinoso y en el tercer síntoma se coincide con ambos estudios.

Con referencia a las estrategias de afrontamiento los resultados indican que las estrategias que más utilizan los alumnos cuando están estresados son “Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias, ideas o sentimientos sin dañar a otros)” y “Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas”. En la primera estrategia se coincide con el estudio de Proaño y Reinoso y en la segunda se coincide solamente con el estudio de Reinoso.

Como se observa, las mayores coincidencias son en los estresores por lo que se puede afirmar que las demandas que son valoradas con mayor frecuencia como estresores son semejantes entre los alumnos de las carreras de odontología; sin embargo, si ampliamos la búsqueda de antecedentes se observa que igualmente se coincide con lo reportado por estudiantes de gastronomía, de educación y de enfermería, entre otras ^{8,13,15}.

Estas coincidencias hacen necesario reconocer la existencia de una tendencia, con relación a la presencia de los estresores, entre los estudiantes de licenciatura, sin importar la carrera que se cursa, por lo que se considera que no se justifica mayormente el estudio de los estresores relacionados con las actividades académicas básicas presentes en cualquier institución de educación superior; sin embargo, si es recomendable indagar estresores específicos de algunas carreras, p. ej. las actividades relacionadas con el trabajo clínico de alumnos de odontología o las actividades relacionadas con la preparación de alimentos en una licenciatura de gastronomía ^{20,8}.

En el caso de la relación negativa con la variable actividad física se coincide con el estudio de Perú; sin embargo, a esta coincidencia hay que hacerle dos acotaciones: 1.- estudia jóvenes universitarios de diferentes carreras, mientras que este estudio se centra en estudiantes de odontología exclusivamente ²⁸, y 2.- la variable actividad física la estudia ²⁸ con el Cuestionario Mundial sobre Actividad Física elaborado por la Organización Mundial de la Salud, mientras que en esta investigación se estudia como variable mono ítems. Esto obliga a considerar este resultado como no concluyente y sugerir mayores estudios al respecto.

Por su parte la no presencia de relación con las variables sexo y edad coincide con los estudios de Colombia y Ecuador respectivamente; mientras que la no relación con la variable semestre que se cursa difiere de lo reportado por los estudios de Mejía, Pazos y Proaño ^{23,24,25}.

CONCLUSIÓN

Estos resultados, aunados a los mencionados anteriormente y otros reportados por diversos estudios indican que la relación entre diversas variables sociodemográfica, situacionales o académicas deben considerarse como no concluyentes ^{8,29,30}.

En base a estos resultados punto se reconoce la necesidad de explorar variables intervinientes que pudieran mediar la relación de estas variables con el estrés académico; la apuesta de los autores del presente artículo sería a buscar algunas variables contextuales como lo serían las características institucionales ³¹.

La principal limitación de este estudio es la población utilizada, ya que no solamente es pequeña sino es de una sola institución, por lo que los resultados obtenidos se deben considerar no concluyentes y se deberán continuar los estudios al respecto; sin embargo se sugiere explorar estresores más específicos de cada población de alumnos e indagar las variables contextuales que pudieran ser mediadoras en la relación del estrés con las variables sociodemográficas, situacionales o académicas.

REFERENCIAS

1. Barraza A. Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala* [Internet]. 2006; 9(3):110–29. Recuperado de: <http://www.revistas.unam.mx/index.php/rep/article/view/19028/18052>
2. Quito JV, Tamayo MC, Buñay DP, Neira OS. Estrés académico en estudiantes de tercero de bachillerato de unidades educativas particulares del Ecuador. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala* [Internet]. 2017; 20(3):253–76. Recuperado de: <http://www.revistas.unam.mx/index.php/rep/article/view/61794/54413>
3. Sierra OL, Urrego G, Montenegro S, Castillo C. Estrés escolar y empatía en estudiantes de bachillerato practicantes de Mindfulness. *Cuadernos de Lingüística Hispánica* [Internet]. 2015; 26:175–97. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/pdf/3222/322240661010.pdf>.
4. Tessa R. Factores estresores percibidos por los estudiantes de la facultad de enfermería de la Universidad Católica del Uruguay en la práctica clínica. *Revista Colombiana de Enfermería* [Internet]. 2015; 10(10):27–34. Recuperado de: http://m.uelbosque.edu.co/sites/default/files/publicaciones/revistas/revista_colombiana_enfermeria/volumen10/004_articulo-2-Vol10 A10.pdf
5. Moreno B, Barraza A. *El estrés académico en estudiantes de posgrado*. México: ReDIE. 2018;

6. González R, Souto-Gestal A, Fernández R. Perfiles de regulación emocional y estrés académico en estudiantes de fisioterapia. *Europeann Journal of Education and Psychology*. 2017; 10:57–67. doi:10.1016/j.ejeps.2017.07.002
7. Soto M, Barreira A, Carrera IC, Gutiérrez M. Nivel educativo de los progenitores como factor mediador del estrés académico. FEM. *Revista de la Fundación Educación Médica [Internet]*. 2018; 21(1):23–9. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6311860>
8. Barraza A, Medina SY. El estrés académico en estudiantes de gastronomía de una universidad privada de la ciudad de Durango, en México. *Revista de Psicología Universidad de Antioquia*. 2016;8(2):11–26. doi: 10.17533/udea.rpsua.v8n2a02
9. Correa-Prieto FR. Estrés académico en estudiantes de medicina de la Universidad Cesar Vallejo, de Piura 2013. *Revista del Cuerpo Médico del HNAAA [Internet]*. 2015; 8(2):80–4. Recuperado de: <http://cmhnaaa.org.pe/ojs/index.php/RCMHNAAA/article/view/201>
10. Parra-Osorio L, Rojas-Castaño L, Caicedo-Ausecha G, Valderrama-Aguirre A. Correlación en Síndrome de Burnout y Estrés Académico en Estudiantes de Medicina de una Facultad de Salud en Cali, Colombia. *Revista Colombiana de Salud Ocupacional [Internet]*. 2015; 5(3):31–4. Recuperado de: <http://revistasojs.unilibrecali.edu.co/index.php/rcso/article/view/262/307>
11. Salamea JC, Pinos MC, Pazmiño MG. Estudio descriptivo: estrés y calidad de vida en estudiantes de medicina de la Universidad del Azuay. *Revista Médica HJCA*. 2017; 9(1):11–7. doi:10.14410/2017.9.1.ao.02
12. Santos JL, Morocho MI, Senín MC, Rodríguez JF, Jaramillo JA. Estudio trasversal: evaluación del estrés académico en estudiantes de medicina y su asociación con la depresión. *Revista Médica HJCA [Internet]*. 2017; 9(3):255–60. Recuperado de: <http://revistamedicahjca.med.ec/ojs/index.php/RevHJCA/article/view/379/361>
13. Domínguez RA, Guerrero GJ, Domínguez JG. Influencia del estrés en el rendimiento académico de un grupo de estudiantes universitarios. *Educación y Ciencia [Internet]*. 2015; 4(43):31–40. Recuperado de: http://www.educacionyciencia.org/index.php/educacionyciencia/article/viewFile/313/pdf_12
14. Condoyque-Méndez KJ, Herrera-Pérez AE, Ramírez-Pacheco A, Hernández-González PL, Hernández-Arzola LI. Nivel de Estrés en los Estudiantes de las Licenciaturas en Enfermería y Nutrición

de la Universidad de la Sierra Sur. Salud y Administración [Internet]. 2016; 4(9):15–24. Recuperado de: http://www.unsis.edu.mx/revista/doc/vol3num9/A2_Nivel_Estres.pdf

15. Toribio-Ferrer C, Franco-Bárceñas S. Estrés Académico: El Enemigo Silencioso del Estudiante. Salud y Administración [Internet]. 2016;3(7):11–8. Recuperado de: http://www.unsis.edu.mx/revista/doc/vol3num7/A2_Estres_acad.pdf

16. Villa ME, Contreras FL. Efectividad del programa educativo “Alianza con el estrés” en el nivel de conocimientos, actitudes y prácticas de estrategias para afrontar el estrés en los alumnos del primer año de enfermería sección “A”, Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad Peruana Unión, Lima. Revista Científica de Ciencias de la Salud. 2015; 8(1):63–9. doi:10.17162/rccs.v8i1.353

17. Álvarez-Silva LA, Gallegos-Luna RM, Herrera-López PS. Estrés académico en estudiantes de Tecnología Superior. Universitas. 2018; XVI(28):193–209. doi: 10.17163/uni.n28.2018.10

18. Rivera J, Alcántara M, De la Rosa A. Perfil de estrés en estudiantes de psicología a distancia. VERTIENTES Revista Especializada en Ciencias de la Salud, Número especial, memoria in extenso, VII Congreso Estudiantil y II Congreso Internacional de Investigación en Psicología [Internet]. 2017;:411–4. Recuperado de: https://www.researchgate.net/profile/Anabel_De_La_Rosa2/publication/324136405_Perfil_de_estres_en_estudiantes_de_psicologia_a_distancia/links/5ac064bb45851584fa740703/Perfil-de-estres-en-estudiantes-de-psicologia-a-distancia.pdf

19. Vega CZ, Gómez-Escobar G, Rodríguez EE, Gálvez F. Estrés, apoyo social académico y rezago escolar en estudiantes universitarios. Revista Electrónica de Psicología Iztacala [Internet]. 2017; 20(1):19–33. Recuperado de: <http://www.revistas.unam.mx/index.php/rep/rep/article/view/58921/52023>

20. Díaz A, Bulla YC, Moreno J. Percepción de satisfacción sexual y su relación con estrés académico en estudiantes de odontología. (Tesis de Grado Inédita). Universidad de Cartagena, Colombia [Internet]. 2016; Recuperado de: [http://repositorio.unicartagena.edu.co:8080/jspui/bitstream/11227/4845/1/percepcion sexual y estres academico.pdf](http://repositorio.unicartagena.edu.co:8080/jspui/bitstream/11227/4845/1/percepcion%20sexual%20y%20estres%20academico.pdf)

21. Díaz S, Arrieta K, González F. Estrés académico y funcionalidad familiar en estudiantes de odontología. Salud Uninorte. 2014;30(2):121–32. doi: 10.14482/ sun.30.1.4309

22. Maya C. Ansiedad y estrés en los estudiantes de odontología. (Tesis de Grado Inédita). Universidad de Sevilla , España [Internet]. 2016; Recuperado de: [file:///C:/Users/ADMIN/Downloads/TFG CRISTINA MOYA.pdf](file:///C:/Users/ADMIN/Downloads/TFG%20CRISTINA%20MOYA.pdf)

-
23. Mejía DF, Ortiz CA. Evaluación de estrés en estudiantes de VI a X semestre de la facultad de odontología en la Universidad Santo Tomás. (Tesis de Grado Inédita). Universidad de Santo Tomás , Colombia [Internet]. 2015; Recuperado de: <http://repository.usta.edu.co/handle/11634/4808>
24. Pazos PE. Nivel de estrés y ansiedad en estudiantes de clínicas de 7mo, 8vo y 9no semestre de la Facultad de Odontología de la Universidad Central del Ecuador. (Tesis de Grado Inédita). Universidad Central del Ecuador, Ecuador [Internet]. 2018; Recuperado de: <http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/14296/1/T-UCE-015-862-2018.pdf>
25. Proaño AE. Asociación de la presencia de bruxismo relacionado con el estrés académico presente en estudiantes que cursan Clínica I comparados con los estudiantes que cursan Clínica V de la facultad de odontología de la Universidad de las Américas de Quito. (Tesis de grado inédita). Universidad de las Américas Ecuador [Internet]. 2017; Recuperado de: <http://dspace.udla.edu.ec/bitstream/33000/6923/5/UDLA-EC-TOD-2017-54.pdf>
26. Reinoso EP. Influencia del estrés en el rendimiento académico de los estudiantes del quinto semestre de la facultad de odontología de la Universidad Central del Ecuador. (Tesis de Grado Inédita). Universidad Central del Ecuador, Ecuador [Internet]. 2017; Recuperado de: <http://www.dspace.uce.edu.ec:8080/bitstream/25000/11015/1/T-UCE-0015-687.pdf>
27. Barraza A. Propiedades psicométricas del Inventario SISCO del estrés académico. Revista Psicología Científica.com [Internet]. 2007Feb26;9(10). Recuperado de: <http://www.psicologiacientifica.com/sisco-propiedades-psicometricas>
28. Atuncar GD. Actividad física, estrés percibido y autorregulación emocional en estudiantes universitarios de Lima. (Tesis de Grado Inédita). Pontificia Universidad Católica del Perú [Internet]. 2017; Recuperada de: http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/123456789/8721/Atuncar_Manco_Actividad_física_estrés.pdf?sequence=1&isAllowed=y
29. González MF. Respuesta al estrés académico de estudiantes universitarios del Paraguay: una comparación entre carreras. Revista Científica Estudios e Investigaciones. 2016;5(1):32–9. doi:10.26885/rcei.5.1.32
30. Jerez-Mendoza M, Oyarzo-Barría C. Estrés académico en estudiantes del Departamento de Salud de la Universidad de Los Lagos Osorno. Revista Chilena de Neuro-Psiquiatría. 2015;53(3):149–57. doi:10.4067/S0717-92272015000300002
31. Barraza A, Ortega F, Martínez LM. Barraza, A., Ortega, F. & Martínez, L.M. (2010). Características institucionales generadoras de estrés académico. Un estudio exploratorio. Visión Educativa IUNAES [Internet]. 2010;4(9):5–17. Recuperado de: <http://iunaes.mx/wp-content/uploads/2013/04/09-Abril-de-2010.pdf>

Autor de correspondencia:
Francisco Cázares de León.
francisco.cazares@udem.edu

Artículo recibido: 30 de Mayo de 2019.
Artículo aprobado para publicación: 15 de Junio de 2019.