

Estrés Académico en estudiantes de enfermería en la Pontificia Universidad Católica del Ecuador sede Manabí

Academic Stress in Nursing Students in Pontificia Universidad Católica del Ecuador sede Manabí

Melanie Rebeca Murillo Azua [0009-0000-8786-3914] Nohelia Melania Zambrano Salazar [0009-0001-1046-4672]
Wilinson Darío Zambrano Mendoza [0009-0003-3894-8817] Richard José Salvatierra Chica [0000-0002-9470-9218]

Facultad de Enfermería, Pontificia Universidad Católica del Ecuador sede Manabí.

mmurillo2866@pucesm.edu.ec nzambrano5391@pucesm.edu.ec

wzambranom@pucesm.edu.ec rjsalvatierra@pucesm.edu.ec

CITA EN APA:

Murillo Azua, M. R., Zambrano Salazar, N. M., Zambrano Mendoza, W. D., & Salvatierra Chica, R. J. (2026). Estrés Académico en estudiantes de enfermería en la Pontificia Universidad Católica del Ecuador sede Manabí. *Tesla Revista Científica*, 6(1), e650. <https://tesla.puertomaderoeditorial.com.ar/index.php/tesla/article/view/649>

Recibido: 2026-03-07

Aceptado: 2026-04-11

Publicado: 2026-05-12

TESLA

Revista Científica
ISSN: 2953-4275



Los contenidos de este artículo están bajo una licencia de Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0)

Los autores conservan los derechos morales y patrimoniales de sus obras.

The contents of this article are under a Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0) license. The authors retain the moral and patrimonial rights of their works.

Resumen. El presente trabajo destaca al estrés académico como un problema que se ha ido extendiendo de manera significativa hacia los estudiantes de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador Puce Manabí, afectando negativamente el bienestar físico y emocional de los estudiantes, los cuales están comprometidos con sus niveles de rendimiento académico y su salud mental. **Objetivo:** Determinar el nivel de estrés académico en estudiantes universitarios de la carrera de enfermería de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador sede en Manabí. **Metodología:** La demanda académica que sufre estrés por cargas académicas es variada, el estudio fue de tipo cuantitativo, descriptivo y correlacional, su aplicación fue el método el Inventario SISCO de Estrés Académico a una muestra representativa de 70 estudiantes, seleccionados mediante muestreo probabilístico estratificado por nivel de formación y género, identificando el nivel de estrés en estudiantes universitarios de la carrera de enfermería. **Resultados:** Los resultados analíticos que genera esta investigación determina que gran parte de los estudiantes presenta síntomas de estrés académico relacionados con trastornos del sueño, irritabilidad, ansiedad, fatiga, dificultad para concentrarse y alteraciones en la alimentación. Debido aquello resulta importante determinar las causas que provoca la anomalía de estrés académicos las cuales fueron la sobrecarga de tareas, la preparación para evaluaciones, y la presión de las prácticas clínicas. **Discusión:** Los resultados dentro del estudio coinciden que los estudiantes de Enfermería sufren una vulnerabilidad debido al factor estrés académico, se evidencia una falta de estrategias con la finalidad de abordar esta problemática debido aquello se requiere la implementación de programas institucionales de apoyo emocional y educativo que favorezcan el bienestar integral de la población universitaria. Para contrastar estos niveles de estrés es necesario implementar programas educativos alineados a la prevención el manejo del estrés académicos en los jóvenes.

Palabras Clave: Estrés académico, Estudiantes de enfermería, estudiantes universitarios, Carga académica, salud mental, rendimiento académico.

Abstract: This paper highlights academic stress as a problem that has significantly spread to students at the Puce-Manabí University, negatively affecting their physical and emotional well-being, which is compromised by their academic performance and mental health. **Objective:** To determine the level of academic stress among nursing students at the Pontifical Catholic University of Ecuador, Manabí campus. **Methodology:** The academic demands of those experiencing stress due to academic loads are varied. The study was

quantitative, descriptive, and correlational. The SISCO Academic Stress Inventory was applied to a representative sample of 70 students, selected through probability sampling stratified by education level and gender. The stress level among nursing students was identified. Results: The analytical results of this research determine that a large proportion of students present symptoms of academic stress related to sleep disorders, irritability, anxiety, fatigue, difficulty concentrating, and eating disorders. Therefore, it is important to determine the causes of this anomaly of academic stress, which were homework overload, preparing for exams, and the pressure of clinical practice. Discussion: The results of this study agree that nursing students are vulnerable to academic stress. A lack of strategies to address this problem is evident. This requires the implementation of institutional emotional and educational support programs that promote the comprehensive well-being of the university population. To counteract these levels of stress, it is necessary to implement educational programs aligned with the prevention and management of academic stress in young people.

Keywords: Academic stress, Nursing students, university students, academic load, mental health, academic performance.

1. INTRODUCCIÓN

En términos conceptuales, la (Salud, 2023) describe el estrés como una condición de preocupación o tensión mental, que surge cuando un individuo enfrenta situaciones que le resultan difíciles de manejar. Esta publicación del 21 de febrero de 2023 señala que el estrés afecta de manera perjudicial varios aspectos de la salud integral de una persona; por ejemplo, puede provocar trastornos del sueño, cambios en la conducta, problemas gastrointestinales, alteraciones en el apetito y, en casos severos, aumenta la probabilidad de que un individuo desarrolle dependencia de sustancias como el tabaco, el alcohol o las drogas. Cuando el estrés está relacionado con experiencias en entornos educativos, se le llama estrés académico.

Según la autora (Moposita, 2022) sostiene que el estrés académico se ha considerado como uno de los inconvenientes que, frecuentemente enfrenta una comunidad educativa; pues se manifiesta en las etapas de estudio y formación académica en la vida del individuo, afectando en diversos niveles a las personas; de forma específica a los estudiantes de distintos semestres del área de salud, pues llevan a cabo sus prácticas, aparte de dar cumplimiento al resto de sus actividades académicas, siendo tema de interés en la presente investigación.

El estrés académico se ha considerado como uno de los inconvenientes que, frecuentemente enfrenta una comunidad educativa; pues se manifiesta en las etapas de estudio y formación académica en la vida del individuo, afectando en diversos niveles a las personas; de forma específica a los estudiantes de distintos semestres del área de salud, pues llevan a cabo sus prácticas, aparte de dar cumplimiento al resto de sus actividades académicas, siendo tema de interés en la presente investigación.

Asimismo (Estrada, 2021) acotan que el estrés académico son las respuestas psicológicas, emocionales o fisiológicas del individuo para adaptarse, en este caso, a presiones y exigencias de tareas y

el limitado tiempo para desarrollarlas, lo cual termina en una sobrecarga. Además, señala que tal es la magnitud del problema que en la actualidad ha emergido una nueva disciplina conocida como “psiconeuroinmunoendocrinología, la cual permite conocer las relaciones entre el estrés con otras patologías como enfermedades cardiovasculares, diabetes, problemas de peso, trastornos del sueño, ansiedad y otras.

Según el análisis (Rodríguez & et.al, 2020) de los autores los estudiantes de carreras del área de la salud poseen mayor prevalencia de presencia de estrés, las cuales se relacionan con la disciplina y carga laboral durante los programas de prácticas preprofesionales, talleres y situaciones académicas que se generan durante el periodo académico, donde se debe demostrar a futuro las habilidades que se tiene para proporcionar una atención de calidad a los pacientes.

En este contexto, la capacitación profesional de los estudiantes universitarios es una experiencia de aprendizaje que a menudo está acompañada de estrés académico, originado por el desarrollo insuficiente de habilidades que fomentan su inteligencia emocional.

2. METODOLOGÍA

Este estudio se desarrolló bajo un enfoque cuantitativo, ya que busca estimar el nivel de estrés académico presente en los estudiantes universitarios mediante datos objetivos y medibles. Este enfoque permite identificar patrones, frecuencias y asociaciones entre variables específicas a través del uso de instrumentos estructurados y estandarizados.

El tipo de investigación es descriptivo-correlacional, debido a que no solo pretende describir los niveles de estrés académico, sino también analizar su relación con posibles indicadores de salud mental, tales como la ansiedad o el agotamiento emocional. Esto permite explorar posibles asociaciones entre variables relevantes dentro del contexto educativo universitario (Sampieri et al., 2020).

2.1 Población y muestra

Estuvo compuesta por los estudiantes matriculados en la carrera de Enfermería de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador, Sede Manabí – Portoviejo, durante el período académico 2024-2 - 2025.

Se trabajó con una muestra representativa de 70 estudiantes, seleccionados mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia, considerando criterios de accesibilidad, disponibilidad y voluntad de participación. Todos los participantes fueron debidamente informados y firmaron un consentimiento informado previo a su participación.

2.2 Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Para la recolección de datos se utilizó la encuesta estructurada, aplicada mediante un cuestionario autoadministrado que evaluó el grado de estrés académico.

Instrumento: Se utilizó el Inventario SISCO de Estrés Académico, este instrumento permite medir el estrés académico en tres dimensiones: síntomas, causas y estrategias de afrontamiento.

Formato de respuesta: El cuestionario se estructuró mediante una escala tipo Likert de cinco niveles, permitiendo medir la frecuencia con la que los estudiantes experimentan distintas situaciones relacionadas con el estrés: nunca, pocas veces, algunas veces, muchas veces y siempre.

2.3 Procesamiento y análisis de datos

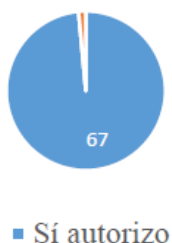
Los datos recopilados serán tabulados y procesados mediante herramientas de estadística descriptiva (frecuencias, porcentajes y medidas de tendencia central) y estadística correlacional (como el coeficiente de correlación de Pearson), utilizando software especializado como SPSS o Excel. Esto permitirá identificar niveles de estrés predominantes y su relación con variables sociodemográficas o académicas.

3. RESULTADOS

Del total de 70 estudiantes encuestados en la Pontificia Universidad Católica del Ecuador, sede Manabí – Portoviejo, se obtuvo información sobre su consentimiento, género y otras variables relacionadas con el estrés académico. A continuación, se detallan los hallazgos más relevantes obtenidos a partir del análisis descriptivo.

Consentimiento informado para el uso de datos

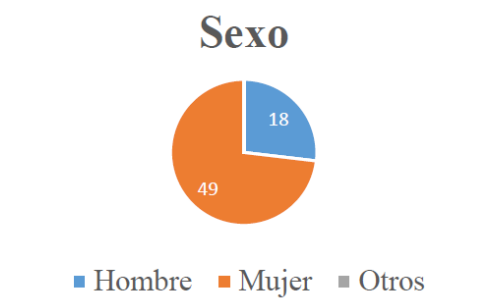
Pregunta 1



En primer lugar, se consultó a los participantes si autorizaban el uso de la información proporcionada para fines investigativos. Los resultados mostraron que el 96% (n=67) de los estudiantes

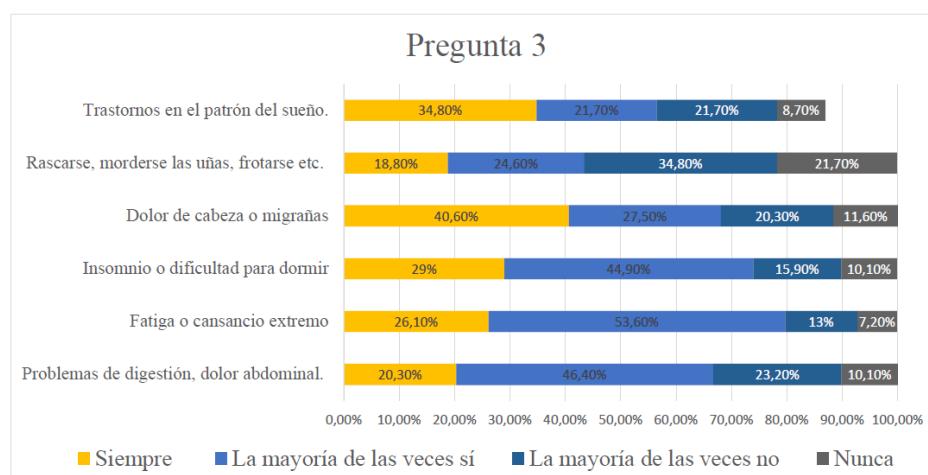
otorgaron su consentimiento para participar en el estudio, mientras que un 4% (n=3) no autorizó el uso de sus datos. Este alto porcentaje de autorización garantiza la validez ética del proceso de recolección de información.

Distribución por género



En cuanto a la variable sociodemográfica de género, los datos reflejan que el 82% de los participantes fueron mujeres, mientras que el 18% fueron hombres. Esta distribución es coherente con la tendencia observada en carreras del área de la salud, donde existe una mayor representación femenina, especialmente en la carrera de Enfermería.

Reacciones físicas ante el estrés académico

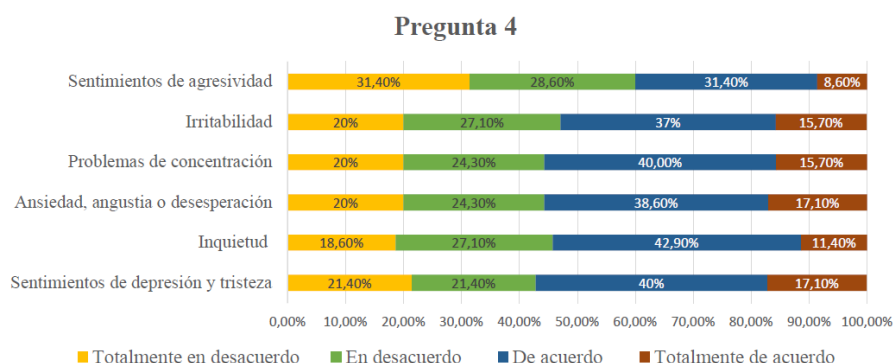


Las reacciones físicas representan una manifestación tangible del impacto del estrés académico en los estudiantes de Enfermería. El gráfico evidencia una amplia gama de síntomas fisiológicos, cuya frecuencia refleja el nivel de afectación del bienestar físico dentro de esta población.

El síntoma más reportado fue la fatiga o cansancio extremo, con un 53.6% de los estudiantes afirmando experimentarlo “la mayoría de las veces sí” y un 26.1% indicando que lo padecen “siempre”. En conjunto, esto evidencia que casi 8 de cada 10 estudiantes experimentan este tipo de agotamiento físico de forma recurrente, lo que puede estar relacionado con la sobrecarga académica.

Estos resultados evidencian que el estrés académico no solo afecta la dimensión emocional o cognitiva del estudiante, sino que tiene repercusiones fisiológicas claras y preocupantes, como lo confirman también estudios similares en contextos universitarios.

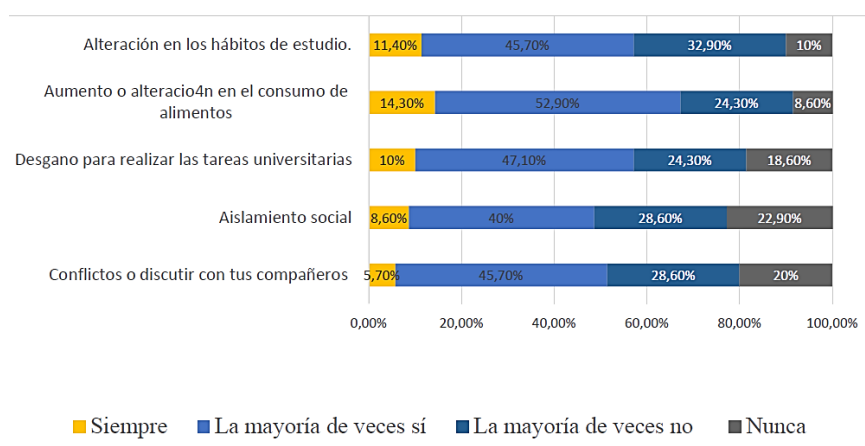
Reacciones Psicológicas ante el Estrés Académico



Entre las respuestas más destacadas, se observa que la inquietud es el síntoma psicológico más prevalente: un 42.9% de los estudiantes afirma estar “de acuerdo” con esta afirmación y un 11.4% “totalmente de acuerdo”, lo que representa más de la mitad de los encuestados (54.3%) manifestando niveles elevados de inquietud.

Estos resultados evidencian que la mayoría de los estudiantes de Enfermería experimentan síntomas psicológicos intensos, resultado de la carga académica y las presiones propias de su formación profesional. La ansiedad, tristeza e inquietud encabezan la lista de afecciones mentales más comunes, lo que refuerza la necesidad de implementar programas de acompañamiento emocional y estrategias de afrontamiento del estrés en el entorno universitario.

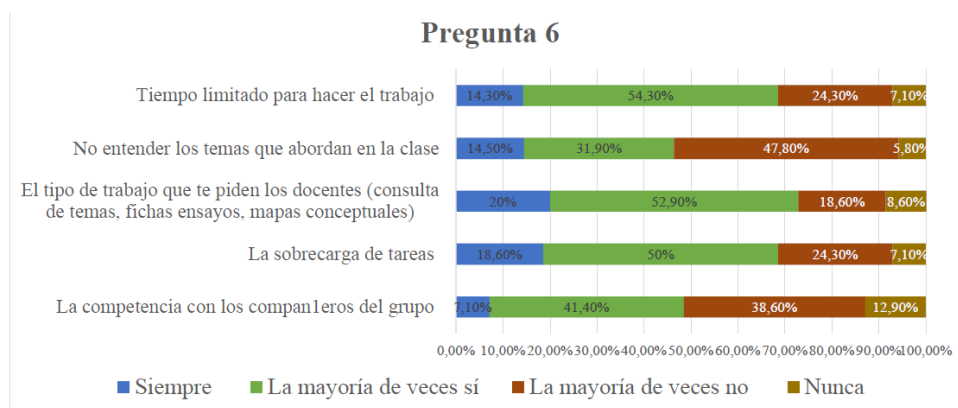
Reacciones Comportamentales ante el Estrés Académico



Los resultados reflejan que las reacciones comportamentales al estrés académico son frecuentes y variadas. El aspecto más afectado es el consumo de alimentos, seguido por el desgano académico y la alteración de hábitos de estudio, lo cual se traduce en una disminución del desempeño y el bienestar

estudiantil. También se identifican signos de aislamiento social y conflictos interpersonales, elementos que pueden agravar aún más el impacto del estrés si no se abordan a tiempo.

Pregunta 6 (Inventario SISCO de Estrés Académico)



Los resultados muestran que el estrés académico en los estudiantes de Enfermería está principalmente vinculado a factores institucionales y de carga académica, tales como el tiempo limitado, la sobrecarga de tareas y el tipo de trabajos asignados. En cambio, los factores sociales como la competencia entre compañeros tienen menor impacto.

4. DISCUSIÓN

Los resultados obtenidos en este estudio evidencian que los estudiantes de la carrera de Enfermería experimentan diversas manifestaciones del estrés académico, tanto a nivel psicológico como comportamental, siendo este un fenómeno complejo que se ve influenciado por factores institucionales, personales y sociales.

En lo referente a las reacciones psicológicas, una proporción significativa del alumnado reportó sentir inquietud (42,9%), problemas de concentración (40%) y sentimientos de tristeza o depresión (40%). Asimismo, más del 38% indicó sentir ansiedad, angustia o desesperación, lo cual es coherente con investigaciones previas que muestran cómo los estudiantes universitarios, particularmente en carreras del área de la salud, presentan elevados niveles de estrés emocional debido a la presión académica, la carga horaria y las prácticas clínicas (García & Pérez, 2025).

En cuanto a las reacciones comportamentales, los datos reflejan alteración de los hábitos de estudio (45,7%), aumento o alteración del consumo de alimentos (52,9%) y desgano para realizar tareas universitarias (47,1%), aspectos que representan una disminución en el nivel de motivación y autorregulación académica. Estas conductas son respuestas adaptativas ante situaciones prolongadas de estrés, como lo explican recientes estudios basados en modelos de afrontamiento y autorregulación emocional en contextos universitarios (Sarmiento & Pilco, 2025).

Respecto a los factores detonantes del estrés académico, las mayores preocupaciones se centraron en el tiempo limitado para cumplir con las tareas (54,3%), la sobrecarga de actividades académicas (50%), y el tipo de trabajos exigidos por los docentes (52,9%). Esta tendencia coincide con estudios que identifican que la principal fuente de estrés en estudiantes universitarios es la percepción de exigencias académicas desproporcionadas, sumadas a una gestión inadecuada del tiempo y a una escasa flexibilidad metodológica por parte del profesorado (Garrido, y otros, 2024).

Por otro lado, factores sociales como la competencia entre compañeros fueron percibidos como menos relevantes, ya que el 38,6% señaló que la mayoría de veces no lo experimenta. Esto sugiere que, al menos en este contexto particular, el estrés académico es generado principalmente por condiciones estructurales e institucionales, más que por relaciones interpersonales o dinámicas grupales, a diferencia de lo reportado en otros contextos donde la presión social y competitiva influye considerablemente (García & Pérez, 2025).

Estos hallazgos permiten concluir que es fundamental que las instituciones de educación superior implementen estrategias de prevención y manejo del estrés académico, tales como programas de orientación psicopedagógica, fortalecimiento de habilidades socioemocionales, y una mejor gestión del currículo académico. Asimismo, es indispensable que los docentes promuevan metodologías activas, flexibles y empáticas que contribuyan a generar entornos de aprendizaje más saludables.

5. CONCLUSIONES

A lo largo de esta investigación, se ha destacado el estrés académico estudiantil como una resultante de varios factores el cual incide en el bienestar integral de los estudiantes. El estudio se centró en tomar una muestra de estudiantes de enfermería la Puce- Manabí, con la finalidad de evidenciar a través de los resultados de la encuesta, que el estrés es un fenómeno originado por diversos factores socio-ambientales. Este género como resultado en los hallazgos de este estudio que los niveles de estrés varían en funciones de criterios específicos como el género, la edad y el nivel de formación; siendo así, que los resultados coinciden con los estudios previos, mismos que destacan la vulnerabilidad de los estudiantes ante este tipo de estrés.

Finalmente, se concluye que, esta investigación versa su esencialidad, en lograr poner en manifiesto la importancia de establecer estrategias de afrontamiento, que, junto a programas de apoyo de índole psicoemocional, el cual se considera necesario y junto a la gestión inadecuada del estrés, puede repercutir en el rendimiento académico y la salud mental de los futuros profesionales de enfermería.

FINANCIACIÓN

Los autores no recibieron financiación para el desarrollo de la presente investigación.

CONFLICTO DE INTERESES

Los Autores declaran que no existe conflicto de intereses con su investigación

CONTRIBUCIÓN DE AUTORÍA

En concordancia con la taxonomía establecida internacionalmente para la asignación de créditos a autores de artículos científicos (<https://credit.niso.org/>). Los autores declaran sus contribuciones en la siguiente matriz:

<i>Participar activamente en:</i>	<i>Autor 1</i>	<i>Autor 2</i>	<i>Autor 3</i>	<i>Autor 4</i>
<i>Conceptualización</i>	X	X	X	X
<i>Análisis formal</i>	X	X	X	X
<i>Adquisición de fondos</i>	X			
<i>Investigación</i>	X	X	X	X
<i>Metodología</i>	X	X	X	X
<i>Administración del proyecto</i>		X	X	X
<i>Recursos</i>	X	X	X	X
<i>Redacción –borrador original</i>	X	X	X	X
<i>Redacción –revisión y edición</i>	X	X	X	X
<i>La discusión de los resultados</i>	X	X	X	X
<i>Revisión y aprobación de la versión final del trabajo.</i>	X	X	X	X

6. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

- Estrada, E. (2021). Estrés académico en estudiantes universitarios peruanos en tiempos de la pandemia del COVID-19. *Arvhivos venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 40(1), 1–11. .
- García, M. d., & Pérez, K. (2025). Estrés académico en estudiantes de enfermería con altas capacidades intelectuales: Estudio de casos en la Universidad Autónoma del Estado de Guerrero, México. *LATAM Revista Latinoamericana De Ciencias Sociales Y Humanidades*, 6(2), 322 – 335.
- Garrido, N., Macaya, M., Márquez, L., Orellana, I., Pereyra, M., & Méndez, Á. (2024). Percepción del estrés-académico en estudiantes de Ciencias de la Salud del Maule, Chile. *SANUS Revista de Enfermería*, 9(20).
- Moposita, L. (2022). *La ansiedad y su relación con el estrés académico en estudiantes de las carreras de psicología clínica y enfermería*. Trabajo de grado. Universidad Técnica de Ambato.
- Rodríguez, & et.at. (2020). *Estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes de carreras de salud de Santiago de Chile*. edumecentro. doi:14(4), 1-16
- Salud, O. M. (2023). *Estrés*. Obtenido de <https://www.who.int/es/news-room/questions-and-answers/item/stress>
- Sampieri, R., Collado, C., & Lucio, M. (2020). *Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. México: McGraw-Hill Education.
- Sarmiento, A., & Pilco, G. (2025). Estrés académico y bienestar psicológico en estudiantes universitarios. *Rev Cubana Med Milit [Internet]*, 54(2).