



**Factores asociados al estrés académico en estudiantes de la Universidad de Antioquia, sede
Medellín. Un estudio transversal.**

Laura Lizeth Tobar Almendra
Yerlis Dayana González Jaramillo

Trabajo de grado presentado para optar al título de Psicólogo

Asesora

Claudia Milena Jaramillo Ospina, Magíster (MSc) en Educación y Desarrollo Humano

Universidad de Antioquia
Facultad de Ciencias Sociales y Humanas
Psicología
Medellín, Antioquia, Colombia
2023

Cita

(Tobar Almendra & González Jaramillo, 2023)

Referencia

Estilo APA 7 (2020)

Tobar Almendra L. L. & González Jaramillo Y. D. (2023). *Factores asociados al estrés académico en estudiantes de la UdeA, sede Medellín. Un estudio transversal* [Trabajo de grado profesional]. Universidad de Antioquia, Medellín, Colombia.



CRAI Maria Teresa Uribe

Repositorio Institucional: <http://bibliotecadigital.udea.edu.co>

Universidad de Antioquia - www.udea.edu.co

El contenido de esta obra corresponde al derecho de expresión de los autores y no compromete el pensamiento institucional de la Universidad de Antioquia ni desata su responsabilidad frente a terceros. Los autores asumen la responsabilidad por los derechos de autor y conexos.



CRAI María Teresa Uribe (Facultad de Ciencias Sociales y Humanas)

Repositorio Institucional: <http://bibliotecadigital.udea.edu.co>

Dedicatoria

Dedico el resultado de este gran esfuerzo especialmente a mis padres, por darme ánimos para poder culminar este proceso, por ser mi hombro para llorar cuando sentía desfallecer, por motivarme con sus palabras y por siempre confiar en mí; a mi compañera, Yerlis, por toda su dedicación en este trabajo y por el apoyo que recibí de su parte durante estos 5 maravillosos años en la UdeA; por último, agradezco a cada una de esas personas especiales que hicieron parte de este proceso y me brindaron su apoyo en los momentos más difíciles, sin ellos, nada de esto sería posible, agradezco también a mis mascotas por acompañarme en las interminables noches de redacción y a mí misma por tantos esfuerzos y sacrificios, cada una de las lágrimas, desvelos, risas, confusiones, alegrías y dedicación, valieron la pena. ¡Lo logramos!

Con cariño, Laura.

Dedico el fruto de este proceso principalmente a mis padres y a mis hermanos, quienes me han apoyado desde que emprendí el viaje por esta bella, y en ocasiones, difícil, experiencia. Siempre me motivaron a continuar cuando creí no poder más y quise rendirme. A mi compañera Laura, quien junto a mí se dedicó arduamente para sacar adelante esta investigación. Además, ella fue esa amiga incondicional durante estos 5 prodigiosos años. Finalmente, agradezco a amigos y cada una de las personas que fueron partícipes en esta travesía. Gracias al apoyo brindado por todos ustedes, se me ha facilitado culminar este proceso. Gracias porque hoy puedo decir: valió la pena este esfuerzo. ¡Sí se pudo, lo hemos logrado!

Con cariño, Yerlis.

Agradecimientos

Agradecemos a nuestra Alma Mater la Universidad de Antioquia por ser nuestra segunda casa, por permitirnos soñar y vivir la infinitud de experiencias y aprendizajes que se encuentran en cada uno de sus rincones, al conjunto de profesores que con sus palabras y ejemplo, nos enseñaron a amar nuestra carrera y dejaron huellas imborrables en nuestros corazones y especialmente a nuestra asesora, Claudia Milena Jaramillo Ospina, por su orientación y dedicación para sacar adelante la investigación.

Tabla de contenido

Resumen.....	10
Abstract.....	11
Introducción	12
1 Planteamiento del problema.....	13
2 Objetivos	19
2.1 Objetivo general	19
2.2 Objetivos específicos	19
3 Antecedentes	20
3.1 Revisiones sistemáticas:.....	20
3.2 Estudios descriptivos y de variables asociadas al EA:.....	23
3.3 Instrumentos utilizados.	25
4 Marco teórico	28
4.1 Definición de estrés	28
4.1.1 Variables del estrés según El modelo procesual del estrés. Belloch (2009)	30
4.2 Estrés académico	32
4.2.1 Estresores	34
4.2.2 Estrategias de afrontamiento	35
5 Hipótesis	37
6 Metodología	38
6.1. Variables.....	38
6.1.1 Aspectos sociodemográficos	38
6.1.2 Estrés académico	40
6.2.2 Criterios de inclusión de la muestra.....	43
6.2.3 Criterios de exclusión de la muestra	43

6.3 Técnicas e instrumentos.....	44
6.3.1 Inventario sistémico Cognoscitivista para el estudio del estrés académico.....	44
7 Resultados.....	46
7.1 Descripción de las variables sociodemográficas.....	46
7.2 Confiabilidad del instrumento.....	51
7.3 Niveles de estrés.....	51
7.4 Asociaciones.....	57
7.4.1 Variable sexo:.....	57
7.4.2 Variable procedencia.....	59
7.4.3 Variable momento del semestre.....	60
7.4.4 Variable etnia.....	61
7.4.5 Variable estado civil.....	62
7.4.6 Variable trabaja.....	63
7.4.7 Variable edad.....	64
7.4.8 Variable Estrato.....	65
7.4.9 Variable semestre.....	65
Discusión y conclusiones.....	68
Referencias.....	72
Anexos.....	76

Lista de tablas

Tabla1. Principales orientaciones teóricas que aportaron a la definición sobre el estrés.	29
Tabla 2. Parámetros de muestreo	41
Tabla 3. Valor de muestra representativa por facultad.	42
Tabla4. Distribución de la muestra según el sexo	46
Tabla 5. Distribución de sexo por unidades académicas	47
Tabla 6. Distribución del Estado civil.	47
Tabla7. Distribución de la muestra por etnia	48
Tabla 8. Distribución de la muestra por estrato	49
Tabla9. Distribución respecto a si tienen ocupación laboral	49
Tabla10. Promedio de horas trabajadas semanalmente	49
Tabla11. Frecuencias para Momento del semestre.....	50
Tabla12. Distribución según procedencia	50
Tabla 13. Niveles de estrés académico (SISCO).....	52
Tabla 14. Baremo indicativo SISCO	53
Tabla 15. Distribución de la muestra según frecuencia de aparición de estresores	53
Tabla 16. Nivel de síntomas.....	54
Tabla17. Nivel de los síntomas físicos	54
Tabla18. Nivel de los síntomas psicológicos	55
Tabla 19. Frecuencias para Nivel de los síntomas conductuales	55
Tabla 20. Frecuencia de la variable estrategias de afrontamiento.....	56
Tabla 21. Estrés académico respecto a la variable sexo	58
Tabla 22. Estrés académico respecto a la variable foraneidad.....	59
Tabla 23. Estrategias de afrontamiento en relación con la variable foráneo	60

Tabla24. Estrés académico respecto a la variable momento del semestre.....	60
Tabla25. Estrategia de afrontamiento respecto a la variable momento del semestre.....	61
Tabla26. Estrés académico respecto a la variable etnia.....	62
Tabla 27. Estrés académico respecto a la variable estado civil.....	63
Tabla 28. Estrés académico respecto a la variable trabaja.....	63
Tabla29. Correlaciones de la variable edad	64
Tabla30. Correlaciones de la variable estrato	65
Tabla31. Correlaciones de la variable semestre	66
Tabla 32. Correlaciones de las facultades académicas	67
Tabla 33. Estrés académico reportado por la unidad académica Escuela de Idiomas.....	76
Tabla 34. Dimensiones de síntomas reportado por la unidad académica Escuela de Idiomas	77
Tabla 35. Estrés académico reportado por la unidad académica Bibliotecología.....	78
Tabla 36. Dimensiones de síntomas reportado por la unidad académica Bibliotecología	79
Tabla 37. Estrés académico reportado por la unidad académica Escuela de Microbiología	80
Tabla 38. Dimensiones de síntomas reportado por la unidad académica Escuela de Microbiología.....	81
Tabla 39. Estrés académico reportado por la unidad académica Escuela de Nutrición y dietética	82
Tabla 40. Dimensiones de síntomas reportado por la unidad académica Escuela de.....	83
Tabla 41. Estrés académico reportado por la unidad académica Facultad de Ciencias Agrarias	84
Tabla 42. Dimensiones de síntomas reportado por la unidad académica Facultad de	85
Tabla 43. Estrés académico reportado por la unidad académica Facultad de Ciencias Económicas	86
Tabla44. Dimensiones de síntomas reportado por la unidad académica Facultad de	87
Tabla 45. Dimensiones de síntomas reportado por la unidad académica Facultad de Ciencias Exactas y naturales	88

Tabla 46. Estrés académico reportado por la unidad académica Facultad de Ciencias Sociales y humanas	89
Tabla 47. Dimensiones de síntomas reportado por la unidad académica Facultad de Ciencias Sociales y humanas.....	90
Tabla 48. Estrés académico reportado por la unidad académica Facultad de Comunicaciones y filología.....	91
Tabla 49. Dimensiones de síntomas reportado por la unidad académica Facultad de Comunicaciones y filología	92
Tabla 50. Estrés académico reportado por la unidad académica Facultad de	93
Tabla 51. Dimensiones de síntomas reportado por la unidad académica Facultad de	94
Tabla 52. Estrés académico reportado por la unidad académica Facultad de Enfermería.....	95
Tabla 53. Dimensiones de síntomas reportado por la unidad académica Facultad de Enfermería	96
Tabla 54. Estrés académico reportado por la unidad académica Facultad de Ingeniería	97
Tabla 55. Dimensiones de síntomas reportado por la unidad académica Facultad de Ingeniería	98
Tabla 56. Estrés académico reportado por la unidad académica Facultad de	99
Tabla 57. Dimensiones de síntomas reportado por la unidad académica Facultad de	100
Tabla 58. Estrés académico reportado por la unidad académica Instituto Universitario de Educación física y deporte	101
Tabla 59. Dimensiones de síntomas reportado por la unidad académica Instituto Universitario de Educación física y deporte	102

Siglas, acrónimos y abreviaturas

E	Error admisible
N	Tamaño de la población
P	Proporción del evento
Q	Proporción de que no ocurra el evento esperado
SISCO	Inventario Sistemico Cognoscitivista
UdeA	Universidad de Antioquia
Z	Valor crítico
EA	Estrés Académico
PRISMA-P	Guía de protocolos para revisiones sistemáticas
IEA	Inventario Estrés Académico
INVEA	Inventario de Estrés Académico
A-CEA	Escala de Afrontamiento del Estrés Académico
EEAP	Escala de Estrés Académico Percibido

Resumen

El presente estudio tuvo como finalidad identificar las potenciales relaciones entre el estrés académico y variables sociodemográficas de una muestra conformada por 305 estudiantes de quince unidades académicas de la Universidad de Antioquia, sede Medellín. Como instrumento se usó el *Inventario Sistémico Cognoscitivista para el estudio del estrés académico* (SISCO), en su versión validada en población Colombiana y una encuesta sociodemográfica de elaboración propia, que fueron diligenciados por los participantes de manera virtual. Los resultados permiten concluir que el estrés académico es un fenómeno percibido por los estudiantes de la Universidad quienes en su mayoría (72,46%) se ubican en un nivel *moderado* de estrés, seguido por aquellos en un nivel *leve* (16,06%) y en menor medida, un 11,48% que se ubican en *severo*. Se encontraron, además, asociaciones entre los *niveles de estrés* y la variable *sexo* ($p < 0,01$, X^2 : 19.237); al respecto, se encontró que más mujeres (7,86%) que hombres (3,60%) se ubican en un nivel *severo* de estrés y menos mujeres en un nivel *leve* (2,95%) que los hombres (12,12%); lo anterior puede explicar las diferencias estadísticas reportadas anteriormente. También, se hallaron relaciones entre *semestre cursado* y *niveles de estrés* ($p=0.034$, $\rho=0.121$); así mismo, la variable *momento del semestre*, si bien no reportó asociación con los niveles de estrés en general, sí presentó relación con el componente *estrategias de afrontamiento* y el estar cursando el *momento final del semestre* ($p=0.006$; $X^2=14.338$). Por otro lado, las variables relacionadas con *etnia*, *procedencia*, *estado civil*, *número de horas trabajadas*, *ocupación* y *momento del semestre* no reportan distribuciones específicas respecto a los niveles generales de estrés.

Palabras clave: Estrés académico, niveles de estrés, estudiantes universitarios, bienestar psicológico.

Abstract

The purpose of this study was to identify the potentials relationships between academic stress and sociodemographic variables in a sample of 305 students from fifteen academic units of the University of Antioquia, Medellín. The Cognitive Systemic Inventory (SISCO) was used for the study of academic stress in its version validated whit Colombian population and a sociodemographic survey; the participants fill out a virtual form. The results allow us to conclude that academic stress is a phenomenon perceived by students of the University who are mostly located at a moderate level (72.46%) of stress, followed by those at a mild level (16.06%) and to a lesser extent, 11,48% that are located in severe. In addition, associations were found between stress levels and the sex variable ($p < 0.01$, $X^2: 19.237$), where it is identified that more women (7,86%) than men (3,60%) are in a severe stress level and fewer women (7,86%) in a mild level (2.95%) than men (12,12%). Also, relationships were found between semester and stress levels ($p = 0.034$, $\rho = 0.121$), as well as the variable time of the semester, although it did not report association with stress levels in general, He did present a relationship with the coping strategies component and with the completion of the semester ($p = 0.006$; $X^2 = 14.338$). On the other hand, variables related to ethnicity, origin, marital status, number of hours worked, occupation and time of the semester do not report specific distributions with respect to general stress levels.

Keywords: Academic stress, stress levels, university students, psychological wellbeing.

Introducción

La presente propuesta de investigación tuvo por objeto examinar el estrés académico de los estudiantes universitarios de la Universidad de Antioquia, sede Medellín y sus potenciales asociaciones con sus características sociodemográficas; lo anterior, teniendo en cuenta que es una variable que influye en la salud mental y el bienestar general de los estudiantes, pues, según Trujillo y González (2019), el estrés académico es un tipo de tensión provocada por la exigencia de superar los retos académicos, lo que puede percibirse como una carga que afecta el bienestar físico y mental del estudiante.

Basado en lo anterior, se plantea la necesidad de estudiar el estrés académico en la población estudiantil local, considerando, además, el contexto postpandemia; así, este proyecto posibilita el análisis del estrés académico en estudiantes de diferentes unidades académicas de la Universidad de Antioquia, en la ciudad de Medellín, Colombia; en la misma dirección, se buscó explorar asociaciones con los factores sociodemográficos como la edad, el sexo, la ocupación, estrato socioeconómico y el lugar de proveniencia en la población.

En los siguientes apartados se presenta el planteamiento del problema y los objetivos del estudio, el marco teórico y los antecedentes de investigación en los que se inscribe, así como, el diseño metodológico y la discusión de resultados. Con lo anterior, se busca generar un aporte al conocimiento, orientándose bajo lineamientos teóricos, prácticos e investigativos desde los cuales se pueda observar la asociación entre variables sociodemográficos y los niveles de estrés académico de los estudiantes de la Universidad de Antioquia (U de A), sede Medellín.

1 Planteamiento del problema

El término estrés se ha convertido en un concepto de uso cotidiano, y a veces, hasta trivializado por la generalización en su uso, no obstante, en ambientes más especializados como la salud, la psicología o la política este constructo representa un motivo de estudio por su relación con la salud mental y el bienestar psicológico, mucho más en la actualidad, en un contexto postpandemia que ha generado grandes cambios a nivel mundial, local y hasta personal. A lo anterior se suman las presiones concretas que se derivan de contextos específicos como el de la educación superior, de especial interés para el presente estudio.

Como se plantea en el párrafo anterior, desde el ámbito especializado de la psicología y la psicopatología la definición de estrés ha experimentado transformaciones que enfatizan en diferentes aspectos del fenómeno, hasta llegar en la actualidad a una conceptualización más integral; según Belloch et al. (2009) el concepto de estrés es definido de acuerdo con tres grandes orientaciones teóricas:

- a. La teoría basada en la respuesta que presenta un análisis fisiológico y biológico de dicho fenómeno, y que lo define “enfaticando en que se trata de respuestas inespecíficas del organismo a las demandas hechas sobre él” (p. 5), según esta perspectiva el estrés se produce como reacción ante la presencia de un estímulo estresor, es decir, que provoque en el organismo la necesidad de reajuste o búsqueda de equilibrio; como puede apreciarse aquí el centro de interés son las respuestas y el énfasis para su estudio es el sujeto y la manera como responde a dichos estímulos.
- b. La teoría basada en el estímulo, en contraste con la anterior, conceptualiza el estrés en términos de características externas al individuo, es decir, pone el énfasis en los estímulos del ambiente que perturban el bienestar del individuo, es decir, que se encuentra fuera del sujeto.
- c. La teoría basada en la interacción expone que el estrés se origina por la relación entre la persona y su entorno, siendo la evaluación del ambiente y de las estrategias de afrontamiento del propio individuo lo que permite el surgimiento del estrés.

Como puede apreciarse en la definición anterior, el estrés y su vivencia afectan diversas dimensiones del bienestar humano, al respecto, se ha identificado que el estrés se considera un alto

generador de diferentes patologías en el individuo, el cual influye, a gran escala, en la salud física y mental de las personas (Berrío y Mazo, 2012); siguiendo esta idea autores como Trucco (2002) describen que el estrés influye en el desencadenamiento y evolución de los trastornos mentales de manera específica e importante en “trastornos por estrés postraumático, trastornos por ansiedad y depresión, psicosis esquizofrénicas y otras; constituye, asimismo, un factor de riesgo y componente significativo en los trastornos por abuso y dependencia de sustancias” (p. 2).

Como puede verse, son diversas las afectaciones que pueden derivarse del manejo inadecuado del estrés, lo cual se torna aún más preocupante al analizar las cifras de prevalencia mundial y nacional; al respecto, a nivel mundial se ha encontrado una prevalencia significativa del deterioro de la salud mental en las personas, como lo informa la Organización Panamericana de la Salud (OPS, 2020), las afectaciones mentales, en continuo crecimiento, contribuyen un porcentaje importante a la carga de enfermedades más prevalentes, llegando incluso a obtener un porcentaje de mortalidad en la población mundial. A su vez, en las investigaciones más recientes se conoce que el estrés tiene una gran incidencia en las afectaciones de la salud mental, como lo plantean Mejía-Zambrano y Ramos-Calsín (2022) la salud mental de la población en general se ha visto afectada por diferentes trastornos, más aún con la incidencia de la pandemia por COVID-19 siendo el estrés una de las perturbaciones con mayor prevalencia, con un 44,2%.

Así pues, dentro de las afectaciones más significativas, vale la pena resaltar el contexto de la pandemia por COVID-19 y sus efectos sobre la salud mental, ya que desde el año 2019, el mundo entero se enfrentó a una emergencia sanitaria de grandes magnitudes, la cual, en tan solo un mes del primer brote, fue considerada como una emergencia de salud pública mundial (Mojica y Morales, 2020). La pandemia trajo consigo una serie de circunstancias que generaron pánico colectivo, como lo fueron el miedo a contraer la enfermedad, presiones económicas, aislamiento social, entre otros aspectos (Hernández, 2020).

Así mismo, como lo refiere el Departamento Administrativo Nacional de Estadística (Departamento Administrativo Nacional De Estadística, 2021) en Colombia, también hubo un incremento significativo de alteraciones en la salud mental a raíz de la pandemia, teniendo a la preocupación y nerviosismo como los estados de ánimo más prevalentes en hombres y mujeres para los meses de abril y mayo del 2021 (34,2% y 38.7% respectivamente).

En este punto es necesario considerar que el estrés se genera ante situaciones novedosas, amenazantes o demandantes y puede ser desencadenado por múltiples factores, (Berrío y Mazo,

2012); la pandemia es una de estas situaciones estresantes y mucho más en el ámbito universitario, pues en sí mismo, el ingreso a la universidad puede percibirse como una de esas etapas de la vida que representa nuevas demandas y exigencias académicas, sociales y personales para los estudiantes. Por tanto, se encuentra la necesidad de investigar acerca del estrés académico - EA como un constructo específico explorado por la psicología, así, en la actualidad hay un acuerdo en definir el EA como “un tipo de tensión que se debe a la exigencia por superar los retos académicos, lo que puede percibirse como una carga que afecta el bienestar físico y mental del estudiante” (Trujillo y González, 2019, p. 29).

Ahora bien, en párrafos anteriores se explicó el efecto del estrés en población general, ahora, se considera importante señalar los datos específicos del estrés académico en población estudiantil iberoamericana; así, como lo señalan Jurado et al (2021), la mayoría de investigaciones asociadas a dicho fenómeno exponen que “se destacó la asociación del EA con variables de tipo psicológico, específicamente con patologías que repercuten en la salud mental de los universitarios, como ansiedad, depresión e ideación suicida” (p. 10).

Además de esto, la revisión de antecedentes permitió determinar que el estrés académico y su impacto en la vida de los estudiantes se ve afectado por la presencia o ausencia de determinadas características sociodemográficas, algunas de las cuales suponen un mayor riesgo; a continuación, se describen los factores más frecuentemente estudiados a través de cuestionarios sociodemográficos en investigaciones previas sobre el tema y los cuales se relacionan con lo encontrado en algunas revisiones sistemáticas.

Dentro de las variables sociodemográficas analizadas en la evidencia, el sexo se reporta como uno de los factores que influye significativamente en el estrés académico, ya que, el sexo femenino posee niveles de estrés más altos que el sexo masculino, así, como lo mencionan Blandón y Sepúlveda (2021) el 78% de las mujeres presentan niveles altos o muy altos de estrés en comparación al 22% de los hombres. Otro factor relacionado es la edad, Sandoval et al. (2021) evidenciaron que, en los estudiantes de menor edad es más frecuente el estrés, ya que los jóvenes 17 a 21 años, tuvieron más frecuencia de estrés que los de 22-23 años.

Sumado a lo anterior, Osma et al. (2019) evidenciaron que, en los estudiantes que trabajan, el estrés se expresa en sentimientos de angustia por la doble responsabilidad, aspecto que también influye en su rendimiento académico puesto que es menor a los que solo estudian. Así mismo Blandón y Sepúlveda (2021) encontraron que los estudiantes que tienen su lugar académico muy

retirado a su lugar de residencia (33% de la muestra) se estresan más que los estudiantes que viven cerca de la institución universitaria.

Por lo anterior, resulta relevante analizar dichas características sociodemográficas de los estudiantes y sus potenciales relaciones con el estrés académico en el contexto universitario, y más concretamente en la Universidad de Antioquia, escenario en el cual se desarrolla el presente estudio.

Al respecto, se encontraron estudios recientes que confirman la necesidad de continuar explorando el comportamiento de este fenómeno al interior de la Universidad, por ejemplo, a manera general, Rodríguez (2016) encontró que en el 96,6% de los estudiantes de la UdeA reportaron niveles de estrés alto en algún momento de su último semestre; también, otros autores realizaron estudios en carreras específicas dentro de la Universidad, así, Noreña (2017) plantea que existe un nivel de riesgo alto de estrés académico en estudiantes de la Facultad de Ingeniería; mientras que Cacabelos y Ramírez (2020) exponen que la influencia del EA en estudiantes de Instrumentación Quirúrgica es elevada.

Todo lo anterior toma aún más importancia si se considera que, como se mencionó anteriormente, la pandemia por COVID-19 influyó de manera drástica en la salud mental de la población en general, así, como lo plantean Mejía y Ramos (2022), el estrés, especialmente, fue uno de los trastornos más prevalentes, dado que la población encuestada obtuvo niveles altos y muy altos de estrés. A su vez, en el contexto académico, Zapata et al. (2021) realizaron una investigación, en la cual se expone que los estudiantes de educación superior son una población vulnerable a los trastornos mentales, más aún durante la pandemia por COVID-19. Por tanto, se puede decir que la pandemia sigue teniendo implicaciones en la salud mental de las personas durante el actual periodo postpandemia.

Además de esto, también es importante mencionar que en el marco de las estrategias de control no farmacológicas asociadas a la pandemia como los confinamientos y en el caso específico del sector académico, el uso de la educación a distancia, el estrés surgió como una respuesta ante dicha situación desconocida y desbordante, esto último se respalda gracias a estudios hechos en el marco de la pandemia, así, Avalos y Trujillo (2021) evidenciaron que más de la mitad de los estudiantes participantes en su estudio (65.9%), presentaron un nivel de estrés moderado que se ha hecho aún más presente en tiempos de confinamiento y educación remota.

De esta manera, lo anterior permite ejemplificar por qué es necesario estudiar el estrés académico en este momento donde se está superando parcialmente dicha emergencia sanitaria, dado que, se han realizado diferentes estudios durante el auge del confinamiento, como los planteados por Avalos & Trujillo (2021), en los que se evaluó el estrés académico en estudiantes universitarios en tiempo de confinamiento por COVID 19, aquí resaltan la gran influencia en la salud mental que tuvo la pandemia en su punto más álgido.

Sumado a lo anterior, en la revisión de la literatura se identificó que en el contexto regional de las investigaciones “En cuanto a la prevalencia de EA por área del conocimiento, se destaca el estudio de este fenómeno en carreras de ciencias de la salud” (Castillo et al, 2020, p. 11); lo cual sugiere una necesidad de explorar en todas las carreras y evitar este potencial sesgo hacia estudiantes de áreas de la salud, lo que representaría un vacío de conocimiento de la distribución de los niveles de estrés en estudiantes de otras dependencias académicas, aspecto que se espera poder explorar en la presente investigación.

Ahora bien, otro aspecto problemático encontrado en la revisión de la literatura tiene que ver con el hecho de que son dos los instrumentos más utilizados en países de habla hispana para la medición de estrés académico y que muestran grados aceptables de confiabilidad; el estrés académico ha sido medido en el contexto iberoamericano principalmente mediante el Inventario de Estrés Académico SISCO y el Inventario de Estrés Académico (IEA); estos han sido empleados en la mayoría de investigaciones según la revisión sistemática hecha por Jurado et al (2021), en el resto de investigaciones se usaron otros cuestionarios creados por los investigadores.

En este sentido, Barraza (2018) también confirma el instrumento SISCO como uno de los más utilizados hasta la fecha en el estudio del Estrés Académico, incluso, con un gran aceptación a nivel local con 13 investigaciones en Colombia; aquí es necesario mencionar que dicho instrumento es considerado el más completo por la medición de tres factores: estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento; justamente el tercer factor es definido por Lazarus y Folkman (1986) como la forma en la que cada individuo percibe sus experiencias estresantes y se adapta y reacciona a ellas de manera exitosa. Al respecto, se puede decir que existe gran relación con el estrés académico pues un mayor uso de estrategias se deriva de una mayor exposición a situaciones estresantes; ahora bien, así como lo exponen Jurado et al (2021) en su revisión sistemática, las estrategias de afrontamiento que más se resaltan en la población estudiantil son la religiosidad, el

apoyo social y la regulación emocional, las cuales contribuyen a un mejor desempeño académico y personal.

Pese a la importancia del factor estrategias de afrontamiento, el mismo autor establece que para la primera versión del SISCO de 31 ítems Barraza (2018), la dimensión de estrategias de afrontamiento presentó un bajo grado de confiabilidad, mientras que la de síntomas obtuvo una sobrerrepresentación en comparación con las demás; el problema es, entonces, que como lo señala Jurado et al (2021) ha sido el más utilizado en el contexto Iberoamericano, a pesar de inconsistencias de la prueba original en la dimensión estrategias de afrontamiento. No obstante, la evidencia no es concluyente puesto que, en el estudio de Malo et al (2010) refieren que en el contexto colombiano este mismo factor presentó confiabilidad aceptable en todas las dimensiones; Castillo et al (2020) sugieren que probablemente esto se da debido a diferencias socioculturales, por la existencia de ítems que tienen que ver más con prácticas socioculturales que con las capacidades propias de cada individuo.

Por la falta de acuerdo en la evidencia, en la presente investigación se considera conveniente la utilización del instrumento SISCO en su primera versión adaptada a población colombiana, el cual se considera una herramienta completa que mide las tres dimensiones del modelo teórico usado de referencia (estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento), además de esto, fue validado en el año 2010 en población universitaria colombiana por Malo et al (2010) el cual arrojó una buena fiabilidad del instrumento para futuras aplicaciones. Por lo anterior, se espera con el estudio contrastar los resultados de otros investigadores acerca de la dimensión de estrategias de afrontamiento, y a su vez, las diversas conclusiones a la que han llegado respecto a los niveles de estrés académico en población universitaria colombiana.

Teniendo en cuenta lo planteado anteriormente sobre la literatura consultada y la importancia del momento social-sanitario por el cual se está atravesando, se estima relevante indagar sobre el tema en cuestión dado que es pertinente ampliar la información sobre los factores asociados, los vacíos que existen en la investigación, y que se considera, más concluyente en cuanto los factores de riesgo que aumentan los niveles de estrés académico y sus síntomas, y menos sobre las estrategias de afrontamiento que favorecen su disminución, de esta manera, la necesidad de estudiar el estrés académico se orienta a través de la pregunta ¿Cuáles son los factores sociodemográficos asociados al estrés académico en los estudiantes de la Universidad de Antioquia, sede Medellín, en postpandemia?

2 Objetivos

2.1 Objetivo general

- Identificar posibles relaciones entre factores sociodemográficos y el estrés académico de los estudiantes de la Universidad de Antioquia, sede Medellín, en la postpandemia.

2.2 Objetivos específicos

- Identificar las características sociodemográficas de la muestra de estudiantes de la Universidad de Antioquia, sede Medellín
- Describir los niveles de estrés académico reportado por los estudiantes participantes
- Establecer si existen asociaciones entre los factores sociodemográficos y el estrés académico, en estudiantes de la Universidad de Antioquia, sede Medellín

3 Antecedentes

En el proceso de búsqueda de antecedentes de investigación, se encontraron estudios de diversa naturaleza que pueden clasificarse, así: I. Revisiones sistemáticas; II. Estudios de prevalencia y caracterización del EA, III. Instrumentos utilizados.

3.1 Revisiones sistemáticas:

En este primer grupo de investigaciones se encontraron diversos estudios documentales que, de manera general, concluyen que el fenómeno del Estrés Académico (EA) se ha convertido en uno de los problemas con mayor prevalencia en los estudiantes universitarios (Jurado et al., 2021; España et al., 2019), así mismo, se pudo constatar el aumento de estudios enfocados a identificar las líneas de investigación más relevantes del fenómeno, dentro de la disciplina psicológica.

Al respecto, uno de los principales estudios rastreados, es el de Jurado et al. (2021) denominado *Estrés académico en estudiantes universitarios de Iberoamérica: una revisión sistemática*. Dicha investigación tuvo como objetivo “analizar los avances disponibles en la literatura científica sobre el EA en estudiantes universitarios de Iberoamérica en el período comprendido entre los años 2010 y mayo de 2020” (Jurado et al, 2021, p. 1), así, para realizar la revisión se tuvo en cuenta el análisis de 73 artículos en las diferentes bases de datos, como Dialnet, Scielo, entre otras, utilizando la metodología PRISMA-P, de esta manera, el proceso de selección de los estudios se generó teniendo en cuenta su identificación, selección, elegibilidad y posterior inclusión.

Dentro de los hallazgos del autor se destaca que, desde el año 2018 crecieron las publicaciones en el tema y que Colombia es uno de los países que más aporta al respecto, de la misma manera, se evidencia que existe una tendencia de dichos estudios en poblaciones de ciencias de la salud, con un porcentaje del 75,3% y que los dos instrumentos más utilizados fueron el inventario SISCO, con un 38% y el inventario IEA con un 9,9%. De la misma forma y a manera de conclusión, los autores identificaron que los estudios incluidos tenían como propósitos analizar el EA con otras variables, su caracterización en una población específica, la puesta en marcha de estrategias de intervención del EA, la validación del instrumento y revisiones de literatura; de igual

forma, los autores recomiendan continuar con el desarrollo de investigaciones que permitan seguir abordando el EA dado que al ser un problema tan prevalente puede influir en la salud física y mental de la población universitaria.

Por otro lado, en la categoría de revisiones documentales, se destaca el estudio el realizado por Zapata et al (2021), denominado *Intervenciones para la salud mental de estudiantes universitarios durante la pandemia por COVID-19: una síntesis crítica de la literatura*. Esta investigación se deriva de la necesidad de estudiar el EA, teniendo en cuenta el contexto local y mundial generado por la pandemia del COVID 19. Los autores, llevan a cabo una revisión sistemática que tuvo como objetivo identificar los artículos científicos de alcance descriptivo, analítico, experimental o evaluativo, así como, los recursos en la web que hablan sobre el tema en cuestión, orientado bajo la pregunta “¿cuáles acciones en torno a a) promoción y prevención, b) atención a síntomas mentales y c) adaptaciones pedagógicas pueden desarrollarse con el fin de mejorar la salud mental de sus estudiantes?” (Zapata et al (2021, p. 1), teniendo en cuenta el contexto por COVID-19.

En el estudio se realizó una síntesis crítica de 12 artículos y 11 recursos web en los cuales encontraron que las investigaciones se pueden agrupar así, según los 3 focos de la pregunta orientadora: a) la psicoeducación es la herramienta fundamental de la promoción y prevención de la salud mental, b) la importancia de rutas de atención dentro de las instituciones que cubran la necesidad de identificar síntomas mentales tempranamente y c) la necesidad de reestructurar las acciones pedagógicas con el fin de brindar más apoyo académico a los estudiantes y disminuir la angustia generada por la presión académica. A manera de conclusión, los autores resaltan la importancia de una atención especial a estudiantes con riesgos psicosociales previsibles, además de la necesidad de la implementación de sistemas de respuesta rápida a momentos de crisis y el desarrollo de estrategias de apoyo académico y mental para los estudiantes.

Ahora bien, en cuanto a estrategias específicas ejecutadas para disminuir EA se destaca el estudio de Escobar et al. (2021), denominado *Relación entre la disminución del estrés académico y la práctica de yoga en estudiantes de las áreas de la salud. Revisión de la literatura*, el objetivo de esta investigación fue identificar cómo la práctica de yoga está relacionada con la disminución del EA en estudiantes. Además, dentro de su metodología, los autores plantean que se utilizó la declaración PRISMA, en donde se seleccionaron 51 artículos (el tiempo comprendido de las publicaciones fue 1998 y 2018); por medio de los descriptores en *salud, stress y yoga*, obtenidos

en MeSH on Demand, a partir de la pregunta orientadora: What is the relationship between the reduction of academic stress and the practice of yoga in students of the health areas.

De esta manera, entre los hallazgos más relevantes de esta revisión se destaca que en la totalidad de los artículos se concluye que el estrés académico en estudiantes de la salud se disminuye con la práctica de cualquier tipo de yoga a corto, mediano y/o largo plazo, en la medida que aumenta el bienestar físico y mental. Sin embargo, en ninguno de los estudios analizados se hallaron diferencias significativas a partir del número de semanas, número de sesiones e intensidad en tiempo en que se realice yoga.

Con respecto a los programas académicos se encontró que “once artículos incluyeron estudiantes de medicina, siete de enfermería, uno de odontología y uno de la salud en general” (Escobar et al, 2021), en este estudio se encontró que los instrumentos utilizados fueron, la escala de estrés percibido (7 de 18), pruebas validadas de estrés (4 de 18), el test de Spielberger para ansiedad (2 de 18), el test de atención plena (2 de 18) y el cuestionario visual análogo para ansiedad (1 de 18) y Cuatro estudios no reportaron ningún instrumento. Así mismo se encontró que también se midieron otras variables como; la frecuencia cardíaca y la presión arterial, enfermedades psiquiátricas menores, la frecuencia respiratoria, el índice de masa corporal, y el cortisol, además “once artículos emplearon diferentes métodos para evaluar citocinas proinflamatorias, función social, trastornos del sueño, tiempo de reacción, etc.” (Escobar et al, 2021, pg. 6). A pesar de que el estudio fue realizado en Colombia los artículos revisados en su mayoría eran provenientes de la India, Estados Unidos (5), uno en Irán y Corea del Sur (1).

Finalmente, en la categoría de las revisiones sistemáticas, España et al. (2019) en su trabajo *Estrés en estudiantes de educación superior – prevalencia y consecuencias*, se interesaron por revisar literatura relacionada con las consecuencias y prevalencia de estrés experimentados por los estudiantes de educación superior. Para esto, realizaron una búsqueda en bases de datos como Science Direct, Elsevier, Google Academic, Redalyc y Scielo. El resultado de esta búsqueda arrojó 50 artículos, de los cuales se excluyeron 10 que no correspondían con población universitaria. En síntesis, los autores encontraron que el estrés es un padecimiento sufrido por un porcentaje significativamente alto en estudiantes de educación superior reportando una prevalencia considerablemente alta en la población estudiantil (56%) el cual podría aumentar debida a las propias exigencias académicas del contexto actual de postpandemia; además, se encontró que entre las consecuencias generadas por el estrés, se encuentran el deterioro progresivo del rendimiento

académico y que se relaciona con el abuso de sustancias nocivas como el alcohol, el tabaco y conductas que pueden derivar en la depresión. España et al. (2019) también indican que:

Estudios han determinado un riesgo existente de padecer estrés crónico como producto de haber experimentado estrés académico anteriormente, principalmente si han intervenido factores como la excesiva presentación de exámenes, las constantes obligaciones a participar activamente en las clases, y la carga mental que suponen los deberes extra-clase (pág. 37).

Finalmente, encontraron que los principales síntomas de estrés manifestados se pueden clasificar en las siguientes categorías: 1. Consecuencias físicas: afecciones cardiovasculares, afecciones gastrointestinales y migrañas; 2. Consecuencias psicológicas: ansiedad, irritabilidad y depresión; y 3. Consecuencias de relación: deterioro de la eficiencia laboral y personal.

Hasta aquí la descripción de los estudios documentales relacionados con estrés académico; en el siguiente apartado se presenta y desarrolla el segundo grupo de estudios relacionados con el EA que fueron rastreados en la búsqueda de antecedentes.

3.2 Estudios descriptivos y de variables asociadas al EA:

En este segundo grupo de estudios se encuentran investigaciones como la de Mazo et al. (2013) denominada *Niveles de estrés académico en estudiantes universitarios*; su objetivo fue el de conocer los niveles de EA reportados por estudiantes de pregrado de una universidad de Medellín y su relación con variables como la edad, el sexo, el nivel de estudios y el tipo de carrera de los estudiantes, así, en la investigación de tipo descriptivo transversal se optó por la aplicación del Inventario del Estrés Académico (INVEA) a 604 estudiantes de la Universidad Pontificia Bolivariana (UPB); dicho instrumento consta de 50 ítems que evalúan susceptibilidad al estrés, con una confiabilidad alta de 0,81 en el Alfa de Cronbach; así mismo, se llevó a cabo el análisis estadístico inferencial y de correlación interna de los reactivos que permite establecer una relación entre los mismos y la variable evaluada. Así mismo se establece que no hay diferencias significativas entre sexos y entre rangos de edad, sin embargo, los estudiantes que obtuvieron puntuaciones más altas de estrés se encuentran en las unidades de Ciencias de la Salud y Ciencias de Educación, mientras que los estudiantes que cursaban noveno semestre de su carrera fueron los que más susceptibilidad al estrés puntuaron.

En este mismo grupo de estudios con un pretensiones más relacionales se halló el realizado por Osorio et al (2015) llamado *Correlación en Síndrome de Burnout y estrés académico en estudiantes de medicina de una facultad de salud en Cali, Colombia*; en este estudio descriptivo se aplicaron los instrumentos Maslach Inventory Student Survey para medir el fenómeno de Burnout y el Inventario SISCO para medir el estrés, junto con un análisis exploratorio de correlación entre las dos variables a un total de 201 estudiantes. De esta manera, los resultados arrojan que más del 95% de los estudiantes presentaron Burnout, un síndrome que se relaciona mayormente con estudiantes de Medicina por la carga académica y que se expresa a través de agotamiento físico y emocional, además, los autores encontraron una relación significativa entre la prevalencia de Burnout y estrés académico: ($r^2=0,3236$, $p=0,000$), pero no se encontraron diferencias significativas entre sexos.

Siguiendo la misma idea autores como Castillo et al. (2018) han realizado el estudio titulado *Estrés académico en estudiantes de enfermería de Cartagena, Colombia*; el objetivo de este estudio transversal estuvo orientado a la descripción del estrés académico de estudiantes de enfermería de la ciudad de Cartagena en el cual participaron 587 estudiantes matriculados en los tres programas de enfermería de la ciudad, seleccionados mediante un muestreo probabilístico. Los instrumentos utilizados para la recolección de datos fue el inventario SISCO para la medición del estrés académico, y una encuesta sociodemográfica. Como hallazgo a resaltar se encontró que, el 90,8% de los participantes manifestaron haber tenido momentos de preocupación o nerviosismo durante el transcurso del semestre, el 42% reportó un nivel medio de estrés. Por otro lado, la demanda de tareas de las asignaturas teóricas y prácticas con un 48,2% fue considerada la principal causa de sobrecarga académica. Finalmente, con un (41,7%) las actividades religiosas fueron la estrategia de afrontamiento más usada para regular el estrés.

Ahora bien, continuando con los estudios de esta categoría se encontró el de Pérez et al. (2020), llevado a cabo en la ciudad de Montería, Colombia, llamado *Estrés académico en estudiantes de un programa de Enfermería-Montería*, en donde plantean que “El objetivo de este estudio fue determinar el estrés académico durante las prácticas formativas en estudiantes de un programa de enfermería de la Ciudad de Montería, Colombia” (Pérez et al. 2020, pg.1). Esta investigación cuantitativa también tuvo un diseño descriptivo y de corte transversal.

En cuanto a la muestra está contó con 245 estudiantes, calculada por muestreo intencional, los instrumentos aplicados para la recolección de información fueron SISCO SV – 21 con el cual

se mide el estrés (es necesario aclarar que esta versión no está adaptada en el contexto colombiano) y una encuesta sociodemográfica. La descripción de estrés que se identificó en este estudio fue que el 96.32% de los estudiantes manifestaron haber experimentado durante sus prácticas formativas estrés, de estos solo el 2.11% lo clasificó como severo, mientras que el 30.94% lo ubicaron como leve y la mayoría (66.94%) lo considero como moderado. En cuanto a la intensidad del estrés el 47.04% de los participantes reportaron un nivel medio de EA. Por otro lado, los autores identifican que el 55.93% reportaron como principal agente estresante la forma de evaluación de los profesores; lo anterior, generaba síntomas como depresión y tristeza en 44.06% (Pérez et al., 2020), y mantener el control sobre las emociones fue la estrategia de afrontamiento más utilizada (el 36.02%) en esta población.

Ahora bien, respecto a las estrategias de afrontamiento ante el estrés académico, se encontró que Montalvo y Simancas (2019) realizaron un estudio transversal denominado *Estrés y estrategias de afrontamiento en educación superior*, con una muestra de 1947 estudiantes, aplicando la Encuesta sobre Aspectos Sociodemográficos, la Escala de Afrontamiento del Estrés Académico (A-CEA) y la Escala de Estrés Académico Percibido (EEAP), tres instrumentos que lograron identificar que los estudiantes que más participaron en la investigación fueron hombres con un nivel socioeconómico bajo y quienes respecto a las estrategias de afrontamiento ante situaciones estresantes se caracterizaron de la siguiente manera:

La mayoría de los estudiantes ante las situaciones estresantes utilizan la estrategia de afrontamiento reevaluación positiva. Es así como son estadísticamente significativas y se utiliza en orden de frecuencia la reevaluación positiva, la planificación y el apoyo social ante la competencia por las calificaciones ($p=0.00$); de igual forma se utilizan estas estrategias ante el estresor debilidad de carácter ($p=0.00$); profesores críticos ($p=0.00$); cantidad de trabajo ($p=0.02$). (Montalvo y Simancas, 2019, p. 13).

3.3 Instrumentos utilizados.

Dentro del contexto colombiano también se han realizado estudios sobre el estrés académico, teniendo como principal instrumento al SISCO, así, una de las primeras validaciones en Colombia de dicha herramienta de medición Mexicana, fue la propuesta por Malo et al. (2010),

en su investigación denominada, *Validación del inventario SISCO del estrés académico y análisis comparativo en adultos jóvenes de la Universidad Industrial de Santander y la Universidad Pontificia Bolivariana, Seccional Bucaramanga, Colombia*. Dicho estudio tuvo como objetivo realizar la segunda fase de la validación del instrumento en 300 estudiantes colombianos, de dos universidades distintas, con un diseño de corte experimental, dado que consideraron importante evaluar la respuesta del estrés en estudiantes que se encuentran expuestos a las nuevas demandas que pueden presentarse en la etapa universitaria y las cuales tienen repercusiones en su salud física y mental, tales como trastornos psicósomáticos y emocionales como ansiedad, depresión, entre otros (Malo, et al. 2010). La estructura del instrumento original fue construida por Barraza (2007) en población mexicana y cuenta con 31 ítems que evalúan las dimensiones de reacciones físicas, psicológicas, comportamentales y las estrategias de afrontamiento, con una confiabilidad en el Alfa de Cronbach de .90.

Los resultados de la investigación arrojan que se realizó un análisis de grupos contrastados con base en los resultados de la primera fase hechos en el 2008 en la Universidad Pontificia Bolivariana, un proceso de confiabilidad que obtuvo un nivel de 0.87 en el Alfa de C. Pruebas de validez y un estudio descriptivo y comparativo que arrojaron resultados específicos para cada universidad. En cuanto a los resultados Malo et al (2010) exponen que “los estudiantes de pregrado de las universidades tanto privada como pública presentan o han presentado, con bastante frecuencia, síntomas producto del estrés académico” (pg. 37) y que el instrumento SISCO constituye una herramienta totalmente confiable para medir el estrés académico en estudiantes del contexto bumangués.

En la misma medida, dentro del contexto local, autores como Suárez et al (2019), plantearon la adaptación y validación de otro instrumento utilizado para medir dicha variable, así, optaron por la aplicación y posterior validación de Inventario de Estrés Académico IEA, los resultados arrojan que los indicadores estadísticos del Alfa de Cronbach puntuaron 0,92 globalmente, además de realizar un análisis exploratorio para cada factor por medio de un ACP, por último en dicho estudio, los autores concluyen que el estrés académico en estudiantes de ingeniería es un factor importante a tratar y es importante que las instituciones educativas incorporen programas dirigidos a atender dicha problemática.

Finalmente, teniendo en cuenta lo anteriormente descrito, se puede determinar que si bien existen diferentes instrumentos para medir el estrés académico, el inventarios SISCO es un

instrumento confiable y ha sido validado y adaptado a la población colombiana, lo cual garantiza resultados aceptables en posteriores aplicaciones.

4 Marco teórico

En el presente apartado se expone la conceptualización de estrés, haciendo énfasis en estrés académico, el cual se explica desde distintos modelos; así mismo, se desarrollan los conceptos de factores estresores y estrategias de afrontamiento como términos clave para el marco teórico del presente estudio.

4.1 Definición de estrés

A lo largo de su desarrollo teórico, la manera de concebir el término estrés ha experimentado una serie de cambios, que van desde las primeras teorías en las cuales se entendía desde una mirada orgánica, pasando luego a definirlo desde el punto de vista de los estímulos, para finalmente, presentar enfoques más interaccionistas; estas tres posturas y sus principios básicos se sintetizan en la siguiente tabla:

Tabla 1.*Principales orientaciones teóricas que aportaron a la definición sobre el estrés.*

Autor	Definición
Selye (1956) Basado en la respuesta	<ul style="list-style-type: none"> • Entiende el estrés como una respuesta no específica del organismo a las demandas hechas sobre él • Concibe la existencia de estresores, es decir, agentes que atentan contra la homeostasis del organismo pues incrementan la demanda de ajuste del organismo (necesidad de reequilibrarse). • Cualquier estímulo puede ser estresor siempre que provoque en el organismo la respuesta inespecífica y estereotipada de necesidad de reajuste o estrés la cual implica reacciones fisiológicas en el organismo • Un estresor no es únicamente un estímulo físico; el estresor puede ser psicológico, cognitivo o emocional (por ejemplo, miedo, ira, amor, pensamientos, etc.) • Se sufre de estrés cuando este es excesivo, es decir, cuando se sobre esfuerza el organismo resistiendo este mismo. • El estrés es focalizado en la respuesta • Entienden el estrés en términos de características asociadas a los estímulos del ambiente, interpretando que éstos pueden perturbar o alterar el funcionamiento del organismo.
Holmes y Rahe (1967) Basado en el estímulo	<ul style="list-style-type: none"> • El estrés es focalizado en el estímulo, es decir el estrés se localiza fuera del individuo • Las situaciones estresantes se clasifican en 8 categorías; procesar la información velozmente; estímulos ambientales dañinos; percepción de amenaza; función fisiológica alterada; aislamiento y confinamiento; bloqueos, obstáculos; presión grupal, y frustración. • Esta perspectiva también es conocida como enfoque psicosocial del estrés o enfoque de los sucesos vitales
Lazarus (1966) Interaccionista	<ul style="list-style-type: none"> • El estrés es focalizado en la interacción, es decir, existen factores psicológicos (básicamente cognitivos) que median entre los estímulos estresores y las respuestas de estrés. • La situación es valorada como algo que excede los propios recursos y que pone en peligro el bienestar.

Fuente: Elaboración propia con base en Belloch et al. (2009)

De esta manera, las diferentes nociones sobre el concepto de estrés, evidencian que el desarrollo teórico de dicho fenómeno puede continuar siendo un tema de debate académico al que es necesario hacer seguimiento puesto que los cambios conceptuales se encuentran asociados a nuevas orientaciones metodológicas; pese a esta diversidad conceptual, desde modelos más interaccionistas se han construido definiciones integradoras que recogen el desarrollo de las diferentes perspectivas; es así como, basada en las anteriores concepciones del estrés, Belloch et al., (2009) presenta “el modelo procesual del estrés” que, como bien lo indica el nombre, entiende el estrés como un proceso dinámico que depende de las características del individuo, es decir, es

un proceso subjetivo, en el que sus componentes tienen el potencial de mediarse y/o modularse entre sí, de tal manera que, se asume una concepción más interaccionista del estrés, en el que también se consideran asuntos relacionados con el estímulo y la respuesta de los sujetos. En este contexto el estrés es entendido como:

- Un concepto dinámico, que implica un proceso mediado por la evaluación cognitiva de agentes tanto externos como internos que tienen un potencial desencadenador de desequilibrio.
- Un proceso que implica el uso de recursos (estrategias de afrontamiento) para confrontar la situación que desborda al individuo, modulando así la respuesta de estrés.
- Un proceso con siete componentes: demandas psicosociales, evaluación cognitiva, respuesta de estrés, afrontamiento, características personales, características sociales, y estatus de salud. Estos tienen la capacidad de mediar o modularse entre sí, es decir, en el proceso de estrés los mismos elementos de un individuo que constituyen cada componente tienen la capacidad de influir la evaluación cognitiva, respuesta de estrés (las cuales no solo son físicas, sino que además se consideran las psicológicas como depresión o ansiedad), afrontamiento y estado de salud.

Belloch (2009), reconoce así su complejidad y reitera la importancia de que el estrés sea conceptualizado desde un enfoque integrador “el estrés, lejos de ser un concepto simple y estático, implica un conjunto complejo de variables que funcionan a diferentes niveles y que interaccionan entre sí diacrónicamente” (p. 10). En el siguiente apartado se describen las variables que están implicadas en dicho proceso.

4.1.1 Variables del estrés según El modelo procesual del estrés. Belloch (2009)

De acuerdo con la definición de estrés anteriormente dada, se reconoce que el concepto de estrés es dinámico, es decir, que implica la interacción de agentes tanto internos como externos, para que se produzca este proceso y que está mediado por una serie de variables que constituyen su ciclo; según plantea Belloch (2009), existen variables básicas que caracterizan el estrés, las cuales se presentan a continuación.

-
- *Demandas psicosociales:* Este incluye todo agente externo causante de estrés (agentes psicosociales, ambientales naturales y artificiales).
 - *Evaluación cognitiva:* Implica una valoración cognitiva que efectúa el individuo con respecto a la demanda psicosocial.
 - *Respuesta de estrés:* Estas se experimentan desde respuestas fisiológicas, tales como las neuroendocrinas y las asociadas al sistema nervioso autónomo, hasta respuestas psicológicas que contribuyen a constituir la «respuesta de estrés», tales como las respuestas emocionales que pueden tratarse propiamente de respuestas de ansiedad y/o depresión.
 - *Afrontamiento:* Este implica esfuerzos conductuales y cognitivos que emplea el sujeto para eliminar o reducir su nivel de amenaza.
 - *Características personales:* Estas pueden determinar en gran medida la evaluación que el individuo haga de la demanda psicosocial, pero también influyen en las estrategias de afrontamiento, ya que hace referencia a un conjunto de variantes como al tipo personalidad, los factores hereditarios en general, el sexo, la raza, entre otras variantes generalmente estables, que pueden influir sobre las anteriores variables del estrés.
 - *Características sociales:* Hace referencia a características que pueden ser consideradas y utilizadas como un recurso social para afrontamiento frente a los agentes estresores, de las cuales toman gran importancia el apoyo social, el nivel socioeconómico y las redes sociales.
 - *Estatus de salud:* Además de ser una variable dentro del proceso, también es un resultado que depende de las variables anteriores y que incluye la salud tanto en un aspecto psicológico como aspecto fisiológico.

Así, teniendo en cuenta lo anterior, se puede comprender al estrés como un proceso o fenómeno en donde se encuentran implicadas diferentes variables y que, por tanto, la respuesta será diferente en cada individuo, no obstante, siguiendo la lógica conceptual de Belloch et al (2009), el estrés tiene dentro de sus variables, una serie de demandas psicosociales que pueden tener una valoración negativa porque se perciben como estímulos que exceden los recursos del sujeto, esto sucede en situaciones que son experimentadas como sucesos vitales de la vida del sujeto, como por ejemplo, entrar al ámbito educativo, más exactamente en el contexto universitario. Así, a continuación, se expone el por qué un entorno académico como el universitario se puede clasificar

como un terreno donde existen múltiples demandas que pueden desencadenar una respuesta de estrés en el individuo.

4.2 Estrés académico

El estrés es uno de los constructos más ampliamente estudiados en el ámbito de la salud mental dada su alta prevalencia en la población mundial; así lo reportan autores como Ávila (2014) quien revela la preocupación por su progresión a nivel mundial, en diferentes grupos étnicos, géneros, clases sociales, razas, etc. De esta manera, gracias al extenso desarrollo teórico que se ha realizado de este tipo de nociones, se han logrado crear diferentes líneas de investigación que permiten estudiar cómo el estrés actúa en diferentes contextos, como en el entorno académico.

Así pues, el estrés generado en el contexto educativo es un constructo ampliamente estudiado, sin embargo, es precisamente el abordaje desde diferentes modelos teóricos lo que lleva a que actualmente no haya un consenso conceptual. No obstante, según Barraza (2018) se puede decir que el estudio del EA se ha consolidado en cuatro tópicos fundamentales, en los instrumentos que se utilizan para su medición, los estresores, los síntomas asociados y estrategias de afrontamiento.

A pesar de que no parece existir un acuerdo en su definición, algunos autores apuestan por estudiar y enmarcar el estrés académico (EA), dentro de un contexto específico como lo es el ámbito universitario, puesto que, como lo plantean Loor et al (2019), el estrés académico trae consigo una serie de consecuencias en la salud física y mental que puede conducir a generar un desequilibrio importante en el bienestar de los estudiantes, así mismo, otros autores resaltan que la universidad es otro campo de acción, el cual se puede percibir como un entorno estresante por las diferentes exigencias académicas y personales con las cuales se puede encontrar un individuo, así, uno de los autores que más ha trabajado el concepto, lo define como: El estrés académico es un proceso sistémico, de carácter adaptativo y esencialmente psicológico, que se presenta de manera descriptiva en tres momentos:

1. *Primero*: el alumno se ve sometido, en contextos escolares, a una serie de demandas que, bajo la valoración del propio alumno, son consideradas como estresores;

2. *Segundo*: esos estresores provocan un desequilibrio sistémico (situación estresante) que se manifiesta en una serie de síntomas (indicadores del desequilibrio).
3. *Tercero*: ese desequilibrio sistémico obliga al alumno a realizar acciones de afrontamiento para restaurar el equilibrio sistémico. (Barraza, 2006, p. 5)

De la misma manera, autores como Trujillo y González (2019) definen el EA como una tensión o carga que puede experimentar el estudiante por la exigencia del entorno académico y que termina influyendo en su bienestar físico y mental. A su vez, García y Mazo (2011), plantean que el estrés académico dentro del contexto universitario puede comprenderse como una activación de varios componentes como el fisiológico, conductual, cognitivo y emocional, ante la exposición a diferentes estímulos académicos.

Por otro lado, se ha logrado identificar que el impacto que tiene el EA en la salud mental de los estudiantes, no solo se debe a la exposición que tiene la persona a un contexto académico, sino que también se encuentra relacionado con algunas características sociodemográficas que permiten que exista mayor prevalencia de la afectación, así, Jurado et al (2021) plantean que es común encontrar que la mayoría de investigaciones, relacionen dicho fenómeno con algunas variables sociodemográficas como el sexo, edad, ocupación, carrera y lugar de residencia.

En esta línea, autores como Blandón y Sepúlveda (2021) encontraron que las mujeres tienen mayor riesgo de EA (con un 78% de la muestra) y que los estudiantes que tienen su lugar de residencia muy retirada de su institución (33%), se estresan más que los que viven más cerca. Por su parte, Sandoval et al. (2021), evidenciaron que la edad es un factor influyente en el EA, dado que los estudiantes de menor edad presentaban grados más altos de EA. De igual manera, autores como Osma et al (2019) exponen que los estudiantes que trabajan tienen mayor prevalencia de presentar EA, que los que solo estudian.

Sumado a lo anterior, se considera que lo planteado por Belloch et al (2009) en su modelo procesual del estrés, permite estudiar dicho fenómeno, ya que en él se plantea que la evaluación cognitiva que hace el sujeto de agentes externos como internos, tiene un potencial de generar un desequilibrio en el sujeto, por tanto, esto hace, además, que el sistema responda con estrategias de afrontamiento ante aquellas demandas, las cuales pueden ser fructíferas, como también poco exitosas, de esta manera, en caso de que las estrategias empleadas no cumplan la función, el sistema

revalora lo empleado y ajustará las estrategias de tal manera que se recupere un equilibrio y se logre lo esperado.

Finalmente, se puede resumir que el modelo procesual del estrés, es uno de los más aceptados para explicar cómo funciona el proceso del EA desde la valoración, hasta las estrategias que genera el propio individuo para disminuir el malestar, además de esto, se identifica que, aunque el estrés académico se puede conceptualizar de diferentes maneras, la mayoría de los autores que han trabajado en el tema, relacionan que el contexto universitario y las diferentes variables sociodemográficas, plantean un riesgo para la salud física y mental del estudiante y que por tanto se considera necesario y relevante que se sigan realizando estudios alrededor del fenómeno en cuestión

4.2.1 Estresores

El estrés es entendido como una respuesta ante la valoración que tiene el individuo a ciertas situaciones que considera como desbordantes o amenazantes, así mismo, un estresor puede definirse, según Belloch et al (2009), como cualquier demanda, externa o interna, física o psicológica que implique en el individuo una respuesta de alerta o huida ante la situación estresante. En otras palabras, bajo dicha lógica, un estresor produce una activación en el sujeto, con el ánimo de generar una acción para restablecer el equilibrio del sistema.

De la misma manera, retomando lo expuesto por Belloch et al (2009) se plantea que, bajo el modelo procesual del estrés, se pueden clasificar una serie de estresores que modulan la respuesta del estrés de un individuo, estos son, los estresores ambientales y los psicosociales. Así, a grandes rasgos, los primeros hacen referencia a los agentes ambientales que existen como las condiciones atmosféricas, o de índole artificial como la contaminación, el ruido, etc. Por otra parte, los estresores psicosociales se encuentran ligados a la percepción del apoyo social, características personales o demandas sociales, entre otras.

De igual modo, Autores como Barraza (2018), han documentado la importancia de evaluar los estresores que hacen parte del día a día de los estudiantes, por tanto, en la elaboración del instrumento SISCO, y con base en la amplia investigación sobre el estrés académico, el autor plantea 9 ítems que evalúan dicha dimensión:

- La competencia con los compañeros del grupo

- Exceso de responsabilidad personal por cumplir con las obligaciones escolares
- Sobrecarga de tareas y trabajos escolares
- La personalidad y el carácter del profesor
- Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos, investigación, etc.)
- El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)
- No entender los temas que se abordan en la clase
- Participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc.)
- Tiempo limitado para hacer el trabajo (Barraza, 2018, pág.8)

Ahora bien, teniendo en cuenta que el contexto académico universitario es un ámbito que plantea muchas demandas para los individuos, autores como Jurado et al (2021) han logrado rastrear dicho concepto a nivel iberoamericano, así en su revisión sistemática sobre el EA, establecen que los estresores dentro del contexto académico se pueden entender como las exigencias percibidas por los estudiantes, entre ellas, las más comunes son la sobrecarga escolar, los exámenes, tiempos de entrega, las dificultades al entender las metodologías del profesorado, sumado a las diferentes condiciones psicosociales con las que se encuentra cada individuo.

4.2.2 Estrategias de afrontamiento

Según Barraza (2008), cuando un estresor desencadena manifestaciones que indican desequilibrio sistémico para una persona, esta es obligada a reaccionar de manera que pueda estar nuevamente en equilibrio, lo que implica un proceso mediado por su capacidad de afrontamiento. En otras palabras, este proceso donde se hace una valoración de una situación amenazante constituye finalmente un proceso psicológico de interpretación.

Otros autores como Lazarus y Folkman (1986), indican que las estrategias de afrontamiento son aquellas que se desarrollan a partir de esfuerzos cognitivos y conductuales ante situaciones externas o internas evaluadas como desbordantes para los recursos de la misma persona.

En cuanto, a las estrategias de afrontamiento del estrés académico Barraza (2007) en la construcción del inventario SISCO propone algunas estrategias de afrontamiento comúnmente

utilizadas ante situaciones académicamente estresantes; habilidad asertiva (defender sus ideas sin dañar a otros); elaboración de un plan y ejecución de sus tareas; elogios a sí mismo; la religiosidad (oraciones o asistencia a misa); búsqueda de información sobre la situación; y hablar sobre la situación que preocupa, además, en la validación colombiana Malo et al (2010) agrega dos estrategias más: en la búsqueda de ayuda profesional; y el cambio de actividades. Finalmente, Barraza (2018) incluye otras dos estrategias de afrontamiento, tomar la situación con sentido del humor y distracción evasiva.

5 Hipótesis

Orientadas bajo la pregunta de investigación ¿Cuáles son los factores sociodemográficos asociados al estrés académico en los estudiantes de la Universidad de Antioquia, sede Medellín, durante postpandemia? y con el respaldo de los antecedentes revisados, se asumen las siguientes hipótesis.

Los estudiantes que trabajan presentan mayor estrés académico que los estudiantes que solo estudian. Licht et al. (2019).

Las estudiantes mujeres presentan mayores niveles de estrés que los estudiantes hombres. Blandón y Sepúlveda (2021).

Los estudiantes foráneos tienen niveles más altos de estrés que los estudiantes locales. Blandón y Sepúlveda (2021).

Los estudiantes de menor edad presentan más estrés que los estudiantes de edades más altas. Sandoval et al. (2021).

6 Metodología

La investigación se realizará con un diseño transversal, tipo encuesta, con el que se busca recolectar información sobre los niveles de estrés académico y factores sociodemográficos asociados en estudiantes de la Universidad de Antioquia durante postpandemia.

6.1. Variables

En la presente investigación se recolectará información sobre las siguientes variables: factores sociodemográficos y estrés académico.

6.1.1 Aspectos sociodemográficos

Hace referencia a las particularidades generales de la muestra de la población determinada, es decir, que la información obtenida a partir de estos datos facilita definir las principales características de la población. Esta variable la integraran los siguientes factores, algunos de tipo cualitativo como el sexo, la facultad (académica), ocupación, procedencia, el estrato socioeconómico, y una variable cuantitativa como la edad, todas éstas, recolectadas a través de un cuestionario sociodemográfico diseñado para esta investigación.

De esta manera y resaltando que la aplicación del instrumento se realizó de forma virtual, se tiene que la forma en la que se operacionalizaron las variables sociodemográficas se realizó de la siguiente manera:

- Variable edad: se establecía un espacio en blanco para que el estudiante digite su edad en números, al ser una variable numérica no se realizaron cambios en la base de datos
- Variable Unidad Académica: se establecieron 20 opciones de respuesta correspondientes a las unidades académicas de la UdeA Medellín, sin embargo, se contó únicamente con la colaboración de 15 facultades, todo esto por la dificultad de acceso a la muestra en dichas unidades, aspecto que se desarrollará más adelante, así, a cada una de las 15 facultades se les atribuyó un número del 1 al 15 para su respectiva operacionalización en la base de datos.

-
- Variable estado civil: Para esta variable se establecen 5 opciones de respuesta con su respectiva operacionalización, soltero=1 casado=2, unión libre=3, divorciado=4, viudo=5
 - Variable pertenencia étnica: se establecen seis opciones de respuesta, más una opción de “otra”, no obstante, para esta variable se encuentra que no hay respuestas para las opciones: ROM, Raizal y Palenquero, por tanto, la operacionalización se establece de la siguiente manera: Indígena =1, Negro=2, Mestizo =3, No aplica=4.
 - Variable semestre académico: para dicha variable se establecen 13 opciones de respuesta teniendo en cuenta que las diferentes carreras que se ofertan en la Universidad varían en el número de semestres establecidos
 - Variable momento del semestre: para dicha variable se establecen tres opciones de respuesta con su respectiva operacionalización, así: Inicio (primer mes del semestre)=1, Intermedio (entre el segundo y tercer mes del semestre) =2 y Final (cuarto mes del semestre) =3
 - Variable Sexo: se establecen tres opciones de respuesta, respectivamente, Hombre=1, Mujer=2, Otro=3.
 - Variable estrato socioeconómico: se establecen 6 niveles o estratos socioeconómicos, al ser una variable numérica no se realiza ningún cambio en la base de datos
 - Variable ¿trabaja?: Se establecen 2 opciones de respuesta, las cuales corresponden a Sí=1, No=0 respectivamente
 - Variable ¿es estudiante foráneo?: para dicha variable se establece el término “estudiante foráneo” como persona que provenga de un lugar diferente a Medellín y su área metropolitana, el Valle de Aburrá, así, se establecen las respuestas, Sí=1, No=0 respectivamente.
 - Variable promedio de horas semanales trabajadas: Se establece una opción de respuesta abierta en donde el estudiante establecía el número de horas, al ser una variable numérica no se realizaron cambios en la base de datos

6.1.2 Estrés académico

Como se amplió en el marco teórico, esta variable se describe como un tipo de estrés causado por la necesidad de superar desafíos académicos, que puede verse como una carga que afecta el bienestar físico y mental del estudiante. (Trujillo y González, 2019). Respecto al instrumento SISCO su operacionalización se realiza de la siguiente manera:

Para la pregunta: “En el transcurso de este semestre ¿ha tenido momentos en los cuales se ha sentido preocupado o angustiado?” se establecen 2 opciones de respuesta que se operacionalizan así: Sí=1, No=0, cabe resaltar que al elegir la respuesta “No”, se daba por finalizado el cuestionario, por otra parte, si se generaba la respuesta “Sí” se continuaba con la aplicación del instrumento SISCO.

Respecto a los tres componentes del SISCO (estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento) y sus diferentes ítems, se establecen cinco opciones de respuesta, las cuales se operacionalizan según la frecuencia en la que el evaluado los ha experimentado en los últimos días en el siguiente orden: Nunca=0, Rara vez=1, Algunas veces=2, Casi siempre=3 y Siempre=4. Para ver en detalle cómo quedó la construcción final del instrumento con las variables operacionalizadas, ver Anexo 2 - Instrumento SISCO.

6.2 Población y muestra

La población escogida para la investigación, son los estudiantes de la Universidad de Antioquia sede Medellín, matriculados en el semestre académico correspondiente a la fecha calendario 2022-1, esta información será tomada de la base de datos oficial de la Universidad de Antioquia (Data UdeA) y posteriormente confirmada por la coordinación académica de cada una de las 20 unidades académicas de la Universidad.

Se realizará mediante un muestreo estratificado proporcional y polietápico. En la primera etapa se estratificará por facultad y se ajustará por el factor de afijación proporcional. En la segunda etapa se estratificará cada grupo por sexo, procurando mantener igual cantidad de hombres que de mujeres en los grupos. Todo lo anterior se estableció bajo los siguientes parámetros (ver tabla 2).

Tabla 2.*Parámetros de muestreo*

Parámetros	Símbolo	Valor
Tamaño de la población	N	15.095
Valor crítico*	Z	1,96
Proporción del evento**	P	50%
Proporción de que no ocurra el evento esperado*	Q	1-P
Error admisible***	e	5%

* Cuando el nivel de confianza es de 95% el valor de $z_{\alpha/2}$ es de 1,96

** Como no se tiene la probabilidad de que ocurra el evento, el porcentaje de “P” y “Q” es del 50%

*** Al realizar la conversión de porcentaje a decimales, el error admisible obtiene un valor de 0,05

Con base en la ecuación realizada, la muestra estratificada necesaria es igual al 2% aproximadamente de la población académica de la Universidad de Antioquia, sede Medellín, para el semestre académico correspondiente a la fecha calendario 2022-1. Así este valor se utilizó como factor de afijación proporcional para cada una de las facultades y, así se obtuvieron los datos finales (ver tabla 3).

Tabla 3.*Valor de muestra representativa por facultad.*

Facultad Académica	Valor de muestra necesaria
Escuela de idiomas	8
Bibliotecología	6
Microbiología	11
Nutrición	8
C. Económicas	26
Nutrición	4
Ciencias Agrarias	14
Ciencias Exactas	28
C. Sociales y Humanas	32
Comunicaciones	12
Enfermería	6
Ingeniería	94
Salud pública	8
Filosofía	8
Educación	36
Inst. Uni. De educación física y deporte	12
Total	305

Nota: se muestra el valor representativo de participantes necesarios por cada estrato (facultad) para realizar la investigación.

En este punto vale la pena resaltar que inicialmente se había establecido el muestreo para las 20 unidades académicas que existen en la UdeA sede Medellín, sin embargo, solo se contó con la colaboración de 15 de ellas (ver tabla anterior), la disminución de la participación se dio por la dificultad en tener acceso a la muestra, es decir que, inicialmente la aplicación del instrumento se pensaba de manera presencial a papel y lápiz, sin embargo, para ello se debía contar con permisos especiales por parte de las facultades en los cuales se debían establecer acuerdos con los profesores que iban a permitir y ceder un espacio de su clase para dicho objetivo, sin embargo, al ser procesos administrativos tan extensos, y por la poca disponibilidad de tiempo para cumplir el objetivo del

trabajo de campo, se estableció que la aplicación del instrumento se llevaría a cabo de forma virtual, a través de un formulario de *Google*.

De esta manera se establece el instrumento de forma virtual, para ello, inicialmente se contactan a los vicedecanos y directores de Bienestar Universitario de cada facultad, a través de vía electrónica y presencial, con el fin de establecer un permiso especial para acceder a sus redes institucionales con el fin de divulgar la convocatoria, sin embargo, se encontraron bastantes impedimentos para esto, ya que, para algunas facultades (medicina, farmacéuticas, odontología, Artes y Derecho) se necesitaba contar con un aval del Comité de Ética del Departamento o Facultad al cual estaba inscrito el trabajo de investigación, dicho trámite no logró realizarse puesto que las fechas establecidas por el Departamento no correspondían a las fechas en las que se desarrollaron el trabajo de campo, por tanto, no se logró acceder a la muestra de dichas dependencias.

Por otra parte, se encontró que pese a la colaboración de algunas dependencias académicas para la divulgación del instrumento a través de las vías institucionales, existió un fenómeno de renuencia de los estudiantes a participar en el estudio, de esta manera, en la etapa final de recolección de datos, se establece que se realizará convocatoria abierta a través de las redes sociales (Instagram, Facebook, WhatsApp), con el fin de obtener mayor alcance y así poder completar el número de estudiantes requeridos para cada facultad.

6.2.2 Criterios de inclusión de la muestra

- Ser estudiante de la Universidad de Antioquia, sede Medellín.
- Estar matriculado en el semestre académico correspondiente a la fecha calendario 2022-1.
- Participar de manera voluntaria y con disposición.

6.2.3 Criterios de exclusión de la muestra

En cuanto a los criterios de exclusión que se tuvieron en cuenta en la aplicación de instrumentos para la recolección de datos se indica que no se pudo realizar una verificación directa del cumplimiento de estos debido a que se realizó de manera virtual, sin embargo, se les dio

credibilidad a los datos obtenidos ya que en el consentimiento informado que aparecía al inicio del formulario se explicitaba los siguientes criterios de exclusión:

- Presentar signos de consumo de sustancias psicoactivos o alcohol
- Presentar diagnóstico confirmado de depresión
- Presentar diagnóstico confirmado de ansiedad
- Presentar diagnóstico confirmado de trastorno de la personalidad

6.3 Técnicas e instrumentos.

Respecto a las técnicas a utilizar en esta investigación, se recoge información sociodemográfica a través de un cuestionario sociodemográfico de autorreporte, de creación propia para el estudio, además de esto, se tendrán en cuenta la información suministrada por el Inventario Sistemático Cognoscitivista (SISCO) para el estudio del estrés académico; es conveniente mencionar que ambos instrumentos fueron habilitados por las investigadoras para la aplicación de manera virtual mediante un formulario de *Google*

6.3.1 Inventario sistémico Cognoscitivista para el estudio del estrés académico.

En el estudio se aplicó el *Inventario Sistemático Cognoscitivista para el estudio de estrés académico*, de ahora en adelante (SISCO), cabe resaltar que se seleccionó esta versión, porque cuenta con una gran aceptación a nivel local (Colombia) en investigaciones, además, actualmente el instrumento cuenta con una validación nacional en población estudiantil colombiana; aquí es necesario mencionar que dicho instrumento se consideró el más completo por la medición de tres factores: estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento; la primera versión del SISCO en su versión original cuenta con 31 ítems, no obstante, la validación colombiana de este mismo instrumento cuenta con un total de 37 ítems. Aunque en la actualidad, Barraza, el autor del instrumento, propone una segunda versión de 21 ítems que ha mejorado las propiedades psicométricas de la prueba, se optó por la primera versión de 37 ítems pues la segunda aún no se ha validado en Colombia.

Respecto a la validez del instrumento original se realizaron tres procedimientos: análisis factorial, análisis de consistencia interna y análisis de grupos contrastados. En los resultados confirman la constitución tridimensional de SISCO de la estructura factorial obtenida en el análisis correspondiente, lo cual coincide con el modelo conceptual elaborado para el estudio del estrés académico desde una perspectiva sistémico-cognoscitivista, además, reporta una confiabilidad por mitades de 0.87 y una confiabilidad en alfa de Cronbach de .90 (Barraza, 2007).

De manera similar se comporta la validación colombiana en la aplicación en universidad pública ya que presenta el alfa de Cronbach a nivel general de 0,874, de igual forma al evaluar las tres dimensiones individualmente arrojando para Síntomas (0,873), Estresores (0,763) y Estrategias de afrontamiento (0,7). Ahora bien, se comportó de la siguiente manera en la aplicación en universidad Privada: nivel general del inventario 0,861, Síntomas (0,879) Estresores (0,703) y Estrategias de afrontamiento (0,7). En cuanto a la estructura del Inventario SISCO versión colombiana de 37 ítems:

1. Un ítem de filtro que, en términos dicotómicos (sí-no) permite determinar si el encuestado(a) es candidato(a) o no a contestar el inventario.
2. 10 ítems que, en una escala tipo Lickert de cinco valores categoriales (nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre) permiten identificar la frecuencia en que las demandas del entorno son valoradas como estímulos estresores.
3. 18 ítems que, en una escala tipo Lickert de cinco valores categoriales (nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre) permiten identificarla frecuencia con que se presentan los síntomas al estímulo estresor.
4. 8 ítems que, en una escala tipo Lickert de cinco valores categoriales (nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre) permiten identificar la frecuencia de uso de las estrategias de afrontamiento.

(Ver anexo 2)

7 Resultados

Con el ánimo de socializar los resultados de la investigación, se presentarán los objetivos planteados inicialmente para continuar con la presentación de los hallazgos y de esta manera poder identificar los alcances que tuvo el presente estudio.

- Describir las características sociodemográficas de la muestra de estudiantes de la Universidad de Antioquia, sede Medellín
- Identificar los niveles de estrés académico reportado por los estudiantes participantes
- Establecer si existen asociaciones entre los factores sociodemográficos y el estrés académico, en estudiantes de la Universidad de Antioquia, sede Medellín

7.1 Descripción de las variables sociodemográficas.

Para dar cumplimiento al primer objetivo planteado en la investigación se describen a continuación las características sociodemográficas de la muestra de estudiantes de la Universidad de Antioquia, sede Medellín que participaron en el estudio; para ello, se presenta la distribución de frecuencias para cada una de las variables observadas. La siguiente tabla presenta la representación de la muestra respecto a la variable sexo.

Tabla4.

Distribución de la muestra según el sexo

Sexo	Frecuencia	Porcentaje
Hombre	152	49.84%
Mujer	153	50.16%
Total	305	100.000

Como se explicó en el apartado de muestra, esta se distribuyó intencionalmente en una proporción equivalente para hombres y mujeres; la tabla 4 evidencia cómo la variable sexo se distribuye de manera homogénea en la muestra de estudiantes ($n= 305$), con un total de 152 hombres (49.8%) y 153 mujeres (50.1%) pertenecientes a las diferentes unidades académicas. Esta distribución por unidades se detalla a continuación en la tabla 5:

Tabla 5.*Distribución de sexo por unidades académicas*

Unidad académica	Hombre	Mujer
Escuela de idiomas	4	4
Bibliotecología	3	3
Microbiología	5	6
Nutrición	2	2
Agrarias	7	7
Económicas	13	13
Exactas	14	14
C. S. y H.	16	16
Comunicaciones	6	6
Educación	18	18
Enfermería	3	3
Ingeniería	47	47
Salud pública	4	4
Filosofía	4	4
Ed. Física	6	6
	152	153
Total		305

Ahora bien, respecto a la variable *estado civil* (ver tabla 6) se puede identificar que, la categoría “*soltero*” agrupa al mayor porcentaje de la muestra con un 90.4% (276 estudiantes de 305), así mismo, el porcentaje restante se distribuye en un 5.5% (17 estudiantes) en *unión libre*, un 3.2% para la categoría *casado* (10) y los porcentajes correspondientes a las categorías *divorciado* (0.3%) y *viudo* (0.3%) con un estudiante cada una.

Tabla 6.*Distribución del Estado civil.*

Estado civil	Frecuencia	Porcentaje
Soltero/a	276	90.49%
Casado/a	10	3.27%
Unión libre	17	5.57%
Divorciado/a	1	0.32%
Viudo/a	1	0.32%
Total	305	100.000

La tabla siguiente, (ver tabla 7) describe la frecuencia de presentación de las diferentes opciones de la variable *etnia* respecto a los 305 estudiantes de la muestra final; de esta manera, se observa que la mayor parte de la muestra, el 58.3%, se ubica como *mestizo* representando a 178 estudiantes; seguidamente, se ubica la categoría *no aplica* para el 29.8% (91) correspondiente a aquellos estudiantes que no se identifican con ninguna de las opciones presentadas; continuando con 21 personas que se reconocieron pertenecientes a la etnia *negro, mulato, afrocolombiano* representando al 6.8%; finalmente, los estudiantes pertenecientes a la etnia *indígena* representa al 4,9% (15 personas).

Tabla7.

Distribución de la muestra por etnia

Etnia	Frecuencia	Porcentaje
Indígena	15	4.91%
Negro, mulato, afrocolombiano	21	6.88%
Mestizo	178	58.36%
No aplica	91	29.83%
Total	305	100.000

Continuando con la distribución de frecuencias para la variable *estrato*, se presentó mayor frecuencia de personas en 3 de las 6 categorías, así pues, la que encabeza la lista es la categoría *estrato 3* a la que pertenecen un total de 128 personas (41.9%), seguidamente del *estrato 2*, representados por un 38% correspondiente a 116 personas; al *estrato 1* pertenecen 38 estudiantes (12.4%), sumado al *estrato 4* conformado por 19 individuos (6.2%) y finalmente, los *estratos 5 y 6* con un 0.9% (3 personas) y 0.3% (1 sujeto por categoría). Respecto a la variable *ocupación* la muestra se distribuye tal y como se sintetiza en la siguiente tabla:

Tabla 8.*Distribución de la muestra por estrato*

Estrato	Frecuencia	Porcentaje
1	38	12.46%
2	116	38%
3	128	42%
4	19	6.22%
5	3	1%
6	1	0.32%
Total	305	100.00

Ahora bien, como se aprecia en la tabla 9, los estudiantes de la muestra que *no trabajan* corresponden a un 58.3% para un total de 178 sujetos, mientras que los estudiantes que *trabajan* representan el 41.6% (127 individuos); de los 305 participantes la mayoría de los estudiantes encuestados no tienen empleo.

Tabla9.*Distribución respecto a si tienen ocupación laboral*

Opción	Frecuencia	Porcentaje
NO	178	58.36%
SI	127	41.64%
Total	305	100.000

En cuanto al promedio de horas es importante mencionar que se presentaron 36 datos perdidos, por tanto, el cálculo se realizó con base en la respuesta de los 269 estudiantes que respondieron a la pregunta correspondiente, tal y como se muestra en la siguiente tabla:

Tabla10.*Promedio de horas trabajadas semanalmente*

	Válido	Perdidos	Media	Desviación Típica
Promedio de horas semanales trabajadas	269	36	9.993	16.696

Respecto al *promedio de horas trabajadas semanalmente* se reitera que el análisis se realizó respecto a los 269 estudiantes que respondieron a la pregunta y no a la muestra total del estudio

(n=305), de esta manera, el promedio de horas que corresponden de los estudiantes que trabajan (91 estudiantes) es de 29,53.

Ahora bien, otra de las variables observadas se corresponde con el momento del semestre en el que se encontraban los estudiantes al momento de responder el cuestionario; al respecto se establecieron 3 opciones de respuesta: 1. Inicio, correspondiente a aquellos que se encuentran cursando en el primer mes del semestre académico; 2. Intermedio, para quienes cursan el segundo y tercer mes, y 3. Final, en el caso de estudiantes que se encuentran en el último mes del semestre. La siguiente tabla presenta esta distribución:

Tabla11.

Frecuencias para Momento del semestre

Momento del semestre	Frecuencia	Porcentaje
Inicio	62	20.33%
Intermedio	167	54.75%
Final	76	24.92%
Total	305	100.000

En la tabla 11 se muestra que el 54.75% (167) de los participantes indicaron estar en el momento *intermedio* del semestre, el resto indico estar en el momento de *inicio* 20.33% (62) y *final* el 24.92% (76) del semestre académico.

En cuanto a si el estudiante es foráneo o proveniente del área metropolitana de la ciudad de Medellín, se encontró lo siguiente:

Tabla12.

Distribución según procedencia

¿Es estudiante foráneo?	Frecuencia	Porcentaje
No	123	40.33%
Si	62	20.33%
Ausente	120	39.34%
Total	305	100.000

Respecto a esta variable, como se observa en la tabla 12, de los 305 estudiantes correspondiente al 100% de la muestra, 120 (39,34%) no respondieron a esta pregunta por lo que

se constituyen en datos perdidos, mientras que el 60.66% si la respondieron; de estos, es decir, 185 estudiantes, el 66,49% (123) estudiantes indicaron *no* ser foráneo, mientras que el restante 33.51% (62) indicaron ser provenientes de zonas diferentes a Medellín y su área metropolitana.

7.2 Confiabilidad del instrumento

Previo a la descripción de los hallazgos obtenidos respecto a la aplicación del Inventario SISCO, vale la pena resaltar la confiabilidad del instrumento, esto con el fin de establecer si los resultados tienen un grado adecuado de consistencia y coherencia respecto a la variable que se mide.

De esta manera, respecto a la confiabilidad de la aplicación del instrumento, se realiza el análisis correspondiente con la ayuda del programa JASP, en el cual se identifica el Alfa de Cronbach del instrumento general como de cada uno de los componentes, a continuación, se exponen brevemente, los resultados del análisis. La confiabilidad del instrumento general obtuvo un Alfa de Cronbach de 0.92. De la misma manera, se identifica que, para los tres componentes del instrumento, el valor del Alfa de Cronbach fue el siguiente, estresores ($\alpha=0.85$), síntomas ($\alpha=0.91$) y para el componente de estrategias de afrontamiento ($\alpha=0.63$).

Además, se realizó el análisis de confiabilidad para los componentes de la dimensión síntomas los cuales reportaron los siguientes valores: síntomas físicos ($\alpha=0.775$), síntomas psicológicos ($\alpha=0.872$) y síntomas conductuales ($\alpha=0.725$), valores que son positivos, es decir que reportan buena confiabilidad de acuerdo con lo descrito en el párrafo anterior.

7.3 Niveles de estrés

El segundo objetivo de la investigación tiene que ver con identificar los niveles de estrés académico reportados por los estudiantes participantes, de esta manera y de acuerdo con *el modelo sistémico cognoscitivista*, se reportan a continuación los datos encontrados en el análisis general de los niveles de estrés académico totales en la población.

Tabla 13.*Niveles de estrés académico (SISCO)*

Estrés Académico	Frecuencia	Porcentaje
Leve	49	16.06
Moderado	221	72.46
Severo	35	11.48
Total	305	100.00

Como se observa, los datos encontrados en el análisis realizado para obtener los niveles de estrés académico mediante el inventario SISCO, (tabla 13), indican que el 72.46% de la población encuestada (221 estudiantes) reportan un nivel *moderado* de estrés académico, seguido a esté el 16.06% (49 estudiantes) reportan un nivel *leve* de estrés académico y el 11.48% restante (35 estudiantes) reportaron un nivel *severo* de estrés académico. Ahora bien, teniendo en cuenta los niveles generales de estrés académico en la población universitaria, se procede a describir detalladamente el comportamiento o resultados de cada uno de los componentes y subcomponentes del instrumento SISCO.

De esta manera, como se mencionó en el marco teórico, se plantea que existen tres componentes principales del estrés académico, primero, los estresores académicos, los cuales corresponden a actividades académicas que potencialmente los estudiantes perciben como estresantes, por ejemplo, la sobre carga académica, la competencia entre compañeros, tiempo limitado para la entrega de trabajos, entre otros estímulos que pueden llegar a tener una valoración negativa; otro de los componentes el de síntomas, el cual se subdivide a su vez, en síntomas, físicos, cognitivos y comportamentales, y por último, el componente de las estrategias de afrontamiento en donde se identifican las diferentes estrategias que utilizan los estudiantes cuando perciben estímulos estresores en su vida académica, como por ejemplo, la religiosidad, elaboración de un plan de acción para la ejecución de sus tareas, entre otras. Estos factores se califican de acuerdo con la explicación ofrecida por el autor del instrumento para su calificación y que se explica a continuación.

Según Barraza (2018), existen dos maneras de calificar las respuestas de los evaluados. La primera, con base en los baremos cuando están disponibles para la población de referencia, y la segunda, estimando lo que denomina un baremo indicativo calculado con base en la población específica, como es el caso del presente estudio. Para ello, se establecen medias de cada ítem y de

cada factor para luego establecer el porcentaje y ubicar a cada sujeto específico respecto a esta, en tres niveles, como se presenta a continuación.

Tabla 14.

Baremo indicativo SISCO

<i>Porcentaje</i>	<i>Nivel</i>
De 0 a 33,33%	Leve
De 33,33% a 66,66%	Moderado
De 66,67% a 100%	Severo

De esta manera, como se explicó anteriormente, uno de los componentes evaluados en el SISCO tiene que ver con los *estresores académicos*; respecto a estos, es importante precisar que desde el modelo teórico sistémico cognitivista del presente estudio, este componente se corresponde con las actividades académicas que más frecuentemente representan motivo de valoraciones negativas conducentes al estrés académico, por tanto, una mayor frecuencia de aparición de los mismos, se asocia con mayores niveles de estrés.

Respecto al comportamiento de este componente (ver tabla 15), en la muestra se encontró que, más de la mitad de los encuestados (*el 55.41% correspondiente a 169 personas*) refiere una frecuencia de aparición de estos *estresores* en un *nivel moderado*; seguido del 29,05% que los ubican en un *nivel severo* de aparición (90 sujetos) y un 15.08% restante que afirma haber experimentado los *estresores* con una frecuencia que los ubica en un *nivel leve*, donde se encontraron 46 personas.

Tabla 15.

Distribución de la muestra según frecuencia de aparición de estresores

Nivel Estresores Académicos	Frecuencia	Porcentaje
Leve	46	15.08%
Moderado	169	55.41%
Severo	90	29.05%
Total	305	100.000

Teniendo en cuenta lo anteriormente descrito, es importante recordar que la calificación del instrumento SISCO va de 0 a 4, siendo 0=nunca, 1=Rara vez, 2=Algunas veces, 3=Casi siempre,

y 4=Siempre, además de esto, para el presente estudio, se establecieron los promedios para cada uno de los ítems de los tres componentes, dicha medición se establece realizando la suma de las respuestas de cada participante respecto a cada ítem y dividiendo entre el número de participantes o el número de respuestas (n=305).

De esta manera se puede identificar que los dos estresores con mayor promedio de respuesta fueron: *Sobrecarga de tareas y trabajos escolares* con un promedio de 2,65 y *Evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación)* con un promedio de 2,63; por su parte, los estresores con menor promedio fueron la *Competencia académica con los compañeros de grupo* con un promedio de 1,52 y la *Personalidad del profesor* con un promedio de 1,67.

En relación con la dimensión *síntomas* se encontró que: los estudiantes experimentan en su mayoría el 58.03% (177 participantes) un nivel *moderado* de síntomas, el 23.61% (72 participantes) reportan experimentar niveles de síntomas *leve* y el 18.36% (56 estudiantes) reportaron que experimentan un nivel *severo* de síntomas.

Tabla 16.

Nivel de síntomas

Síntomas	Frecuencia	Porcentaje
Leve	72	23.61
Moderado	177	58.03
Severo	56	18.36
Total	305	100.00

Además, en el análisis de esta dimensión se observó cómo fue el comportamiento de sus tres componentes: síntomas físicos, síntomas psicológicos y síntomas conductuales, los resultados se muestran en las tablas 17, 18 y 19:

Tabla17.

Nivel de los síntomas físicos

Síntomas físicos	Frecuencia	Porcentaje
Leve	77	25.25
Moderado	146	47.86
Severo	82	26.89
Total	305	100.00

En la anterior tabla (tabla 17) se describen los niveles obtenidos para los síntomas físicos, donde la mayoría de los participantes 47.86% (146 estudiantes) reportan experimentar un nivel *moderado* de síntomas físicos, el 26.89% (82 estudiantes) reportan experimentar niveles de síntomas físicos *severo* y el 25.25% (77 estudiantes) reportaron que experimentan un nivel *leve* de síntomas físicos.

Tabla 18.

Nivel de los síntomas psicológicos

Síntomas psicológicos	Frecuencia	Porcentaje
Leve	79	25.90
Moderado	132	43.28
Severo	94	30.82
Total	305	100.00

En la tabla 18, se describe el comportamiento de los datos obtenidos para los niveles de síntomas psicológicos, donde la mayoría de los participantes 43.28% (132 estudiantes) experimentan un nivel *moderado* de síntomas psicológicos, el 30.82% (94 estudiantes) experimentan un nivel de síntomas psicológicos *severo*, y el 25.90% (79 estudiantes) reportaron que experimentan un nivel *leve* de síntomas psicológicos.

Tabla 19.

Frecuencias para Nivel de los síntomas conductuales

Síntomas conductuales	Frecuencia	Porcentaje
Leve	115	37.71
Moderado	138	45.24
Severo	52	17.05
Total	305	100.00

Mientras que, en los datos obtenidos para los niveles de síntomas conductuales, se encontró que la mayoría de los participantes 45.24% (138 estudiantes) reportan experimentar un nivel *moderado* de síntomas conductuales, el 37.71% (115 estudiantes) reportan experimentar niveles de síntomas conductuales *leve* y el 17.05% (52 estudiantes) reportaron que experimentan un nivel *severo* de síntomas conductuales.

Respecto a lo anterior, se obtiene que para el componente de síntomas, el cual se divide en físicos, cognitivos y comportamentales, se tiene que, el síntoma físico de mayor aparición fue el de

Mayor necesidad de dormir con un promedio de 2,55, y el de menor frecuencia fue el de *Problemas digestivos (dolor abdominal, diarrea o estreñimiento)*, con un promedio de 1,50, así mismo, dentro del grupo los síntomas cognitivos se identifica que el de mayor promedio fue el de *Problemas de concentración* con un promedio de 2,49 y el de menor aparición es el de *Sentimientos de agresividad*, con una frecuencia de 1,04

Además, para los síntomas comportamentales, se identifica que el de mayor frecuencia es el *Desgano para realizar las labores académicas* con un promedio de 2,32 y a su vez, el de menor aparición fue el de *Aumento de conflictos* con un promedio de 1,18

Por último, se presenta el componente de *estrategias de afrontamiento*, es decir, la utilización de herramientas personales o sociales por el estudiante para manejar el estrés académico, entre ellas se encuentran estrategias personales como la planeación para la ejecución de las tareas, hasta las estrategias que implican un acompañamiento social, como la religiosidad o la búsqueda de ayuda profesional para gestionar el estrés percibido. La teoría de referencia parte de la idea que, una mayor presencia de estrategias de afrontamiento refleja mayores niveles de estrés, de acuerdo con lo anterior, la tabla siguiente sintetiza los niveles de uso de estas estrategias relacionadas con la presencia de los estresores:

Tabla 20.

Frecuencia de la variable estrategias de afrontamiento

Nivel estrategias de afrontamiento	Frecuencia	Porcentaje
Leve	84	27.54%
Moderado	206	67.54%
Severo	15	4.91%
Total	305	100.000

Continuando con la descripción de la tabla anterior, se puede afirmar que el 67.54% los sujetos de la muestra presentan un *nivel moderado* de utilización de estrategias de afrontamiento para manejar el estrés académico, correspondiente a 206 estudiantes de la muestra total (n=305), por otra parte, el 27.54% (84 personas) utilizan pocas veces las estrategias de afrontamiento presentadas por el instrumento SISCO, clasificándose en el *nivel leve* de utilización de las mismas, y el 4.91% correspondiente a 15 estudiantes que se encuentran en un *nivel severo* de utilización de dichas estrategias.

Para dicho componente se logra identificar que la estrategia utilizada por los estudiantes con mayor frecuencia fue la de *Defender sus ideas sin dañar a otros* con un promedio de 2,29 y la de menor frecuencia es la de *Religiosidad (oraciones o asistencia a misa)*, con un promedio de 0,84.

Además de la información anteriormente dada, otro logro que se obtuvo durante de esta investigación fue identificar los niveles de estrés académico para cada una de las 15 unidades académicas de la Universidad de Antioquia sede Medellín a las que se pudo acceder, estos se caracterizaron así: la mayoría (13 unidades) Idiomas, Microbiología, Nutrición y Dietética, Ciencias Agrarias, Ciencias Económicas, Ciencias Exactas y Naturales, Ciencias Sociales y Humanas, Comunicaciones y Filología, Educación, Enfermería, Ingeniería, Filosofía y Educación Física y Deporte reportaron con el 50% o más un nivel *Moderado*, las unidades restantes (2) Bibliotecología presenta en su mayoría un nivel *Leve* y Salud Publica reportó que un 50% de los encuestados tienen un nivel *Moderado* y otro 50% tiene un nivel *Leve*. Posteriormente se realizó un informe a manera de devolución para Bienestar Universitario donde se presenta la caracterización de estrés académico de cada una de las unidades académicas encuestadas, dicha información es dada de manera detallada la cual también se puede observar en las tablas incluidas del anexo 1.

7.4 Asociaciones

Una vez descritas las variables sociodemográficas y los resultados del instrumento SISCO, se procede a realizar las correlaciones entre dichas variables con el ánimo de establecer si existen relaciones relevantes que puedan ser discutidas posteriormente, así, a continuación, se establecerán las correlaciones encontradas respecto a las variables sociodemográficas y los resultados del instrumento.

7.4.1 Variable sexo:

Respecto a la asociación entre las variables sexo y niveles de estrés, al aplicar el estadístico de chi cuadrado, se encontró que existen diferencias estadísticamente significativas ($p < 0,01$, $X^2: 19.237$) en la distribución de hombres y mujeres en cuanto a los niveles de estrés. Al respecto, en

la tabla 21 se observa que, en cuanto a los niveles leves de estrés, son menos las mujeres (2,95%) que los hombres (12,12%) que se encuentran en un nivel *leve* de estrés; así mismo, es mayor el porcentaje de mujeres (7,86%) que se ubican en un nivel severo de estrés comparado con los hombres (3,60%). Lo anterior puede explicar las diferencias estadísticas reportadas anteriormente. Ahora bien, como se observa en la tabla, la mayoría de la población se ubica en un nivel moderado de estrés (73.44%)

Tabla 21.

Estrés académico respecto a la variable sexo

SISCO Según Sexo					
Sexo		Leve	Moderado	Severo	Total
Hombre	Recuentos	37.000	104.000	11.000	152.000
	% del total	12.13%	34.09%	3.607%	49.83%
Mujer	Recuentos	9.000	120.000	24.000	153.000
	% del total	2.951%	39.34%	7.869%	50.16%
Total Recuentos		46.000	224.00	35.000	305.000

Así mismo, respecto a estresores y síntomas, la tendencia de mayores niveles en las mujeres se mantiene, reportando diferencias estadísticamente significativas para ambas (Estresores $p=0.01$, $X^2=18.925$ y Síntomas $p= 0.01$, $X^2: 19.237$). En cuanto a Estrategias de afrontamiento no se hallaron diferencias estadísticamente significativas en la distribución de los niveles entre hombres y mujeres ($p=0,06$, $X^2= 5.493$).

7.4.2 Variable procedencia

Tabla 22.

Estrés académico respecto a la variable foraneidad

		NIVEL SISCO			
¿Es estudiante foráneo?		Leve	Moderado	Severo	Total
No	Recuentos	17	89	17	123
	% del total	9.189 %	48.108 %	9.189 %	66.486 %
Si	Recuentos	15	40	7	62
	% del total	8.108 %	21.622 %	3.78%	33.514 %
Total	Recuentos	32	129	24	185
	% del total	17.29 %	69.73 %	12.97%	100.0 %

Respecto a la correlación entre ser estudiante foráneo y los niveles de estrés se puede establecer que no existe asociación estadísticamente significativa entre estas dos variables ($p=0.209$, $X^2=3.131$); respecto a las respuestas dadas por los participantes, se observa que no se distribuyeron de manera particular en los niveles de estrés según su procedencia por lo que no establece una relación estadísticamente significativa; tampoco para los componentes de estresores y síntomas, los cuales arrojan correlaciones de $p=0.640$, $X^2=3.131$; $p=0.642$, respectivamente.

Por otra parte, respecto a las estrategias de afrontamiento, sí se identificó una correlación estadísticamente significativa ($p=0.02$), en donde se identifica que los estudiantes que no son foráneos utilizan mayores estrategias de afrontamiento, ubicándose en un nivel severo (5.405%), respecto a los estudiantes foráneos (0.000%), además se logra establecer que los estudiantes foráneos se ubican en un nivel moderado respecto a las estrategias de afrontamiento (20.541%). Como se observa en la siguiente tabla:

Tabla 23.*Estrategias de afrontamiento en relación con la variable foráneo*

¿Es estudiante foráneo?		EA NIVEL			Total
		Leve	Moderado	Severo	
No	Recuentos	32	81	10	123
	%	17.297 %	43.784 %	5.405 %	66.486 %
Si	Recuentos	24	38	0	62
	%	12.973 %	20.541 %	0.000 %	33.514 %
Total	Recuentos	56	119	10	185
	%	30.270%	64.324 %	5.405%	100.000%

7.4.3 Variable momento del semestre

Respecto a la correlación entre momento del semestre y nivel de estrés, se establece que no hay asociación en la población estudiada; como se puede observar en la siguiente tabla, el hecho de estar cursando el semestre académico al *inicio*, *intermedio* o *final* no parece relacionarse con presentar mayores niveles de estrés ($p=0.127$, $X^2=7.173$):

Tabla24.*Estrés académico respecto a la variable momento del semestre*

Momento semestre		NIVEL SISCO			Total
		Leve	Moderado	Severo	
Inicio	Recuentos	13	45	4	62
	% del total	4.262 %	14.754 %	1.311 %	20.328 %
Intermedio	Recuentos	20	129	18	167
	% del total	6.557 %	42.295 %	5.902 %	54.754 %
Final	Recuentos	13	50	13	76
	% del total	4.262 %	16.393 %	4.262 %	24.918 %
Total	Recuentos	46.000	224	35	305
	% del total	15.082 %	73.443 %	11.475 %	100.000 %

De la misma manera, se establece que no hay correlación con los componentes de estresores ($p=0.869$) y síntomas ($p=0.092$), pero sí existe correlación entre el momento del semestre y las estrategias de afrontamiento ($p=0.006$; $X^2=14.338$); al respecto, se encontró que, al final del semestre, más persona se ubican en un nivel severo en la frecuencia de aparición de las estrategias

de afrontamiento (6 personas de 76) y que en el intermedio del semestre; la mayoría de los estudiantes se ubican en un nivel moderado de estrategias de afrontamiento (41.639%), siendo el porcentaje más severo de toda la correlación. Tal cual lo evidencia la siguiente tabla:

Tabla25.

Estrategia de afrontamiento respecto a la variable momento del semestre

Momento semestre		EA NIVEL			Total
		Leve	Moderado	Severo	
Inicio	Recuentos	22	38	2	62
	% del total	7.213 %	12.459 %	0.656 %	20.328 %
Intermedio	Recuentos	33	127	7	167
	% del total	10.820 %	41.639 %	2.295 %	54.754 %
Final	Recuentos	29	41	6	76
	% del total	9.508 %	13.443 %	1.967 %	24.918 %
Total	Recuentos	84	206	15	305
	% del total	27.541 %	67.541 %	4.918 %	100.000 %

7.4.4 Variable etnia

Se logra identificar que no existe asociación estadística entre la variable etnia y niveles de estrés académico ($p=0.729$, $X^2= 3.614$) como se evidencia en la tabla de abajo; de la misma manera, se puede establecer que para los componentes de síntomas ($p=0.170$), estresores ($p=0.308$) y estrategias de afrontamiento ($p= 0.524$), tampoco existe relevancia significativa. Así como se observa en la siguiente tabla:

Tabla 26.*Estrés académico respecto a la variable etnia*

Etnia		NIVEL SISCO			Total
		Leve	Moderado	Severo	
Indígena	Recuentos	2	11	2	15
	% del total	0.656 %	3.607 %	0.656 %	4.918 %
Negro	Recuentos	5	15	1	21
	% del total	1.639 %	4.918 %	0.328 %	6.885 %
Mestizo	Recuentos	24	130	24	178
	% del total	7.869 %	42.623 %	7.869 %	58.361 %
No aplica	Recuentos	15	68	8	91
	% del total	4.918 %	22.295 %	2.623 %	29.836 %
Total	Recuentos	46	224	35	305
	% del total	15.082 %	73.443 %	11.475 %	100 %

7.4.5 Variable estado civil

Esta variable tiene un comportamiento similar a la anterior ya que en el análisis se obtuvo que los participantes no se distribuyen de manera específica en los niveles generales de estrés de acuerdo con su estado civil ($p=0.818$, $X^2=4.411$); lo mismo ocurre al analizar su distribución por estado civil respecto a los componentes de síntomas ($p=0.250$, $X^2=10.221$), estresores ($p=0.236$, $X^2=10.434$) y estrategias de afrontamiento ($p=0.874$, $X^2=3.803$), es decir, que no existen diferencias estadísticamente significativas en ninguno de estos componentes, tal y como se aprecia en la siguiente tabla:

Tabla 27.*Estrés académico respecto a la variable estado civil*

Estado civil		NIVEL SISCO			Total
		Bajo	Moderado	Severo	
Soltero/a	Recuentos	41	205	30	276
	% del total	13.44%	67.213 %	9.836 %	90.492 %
Casado/a	Recuentos	3	5	2	10
	% del total	0.98%	1.639 %	0.656 %	3.279 %
Unión libre	Recuentos	2	12	3	17
	% del total	0.65%	3.934 %	0.984 %	5.574 %
Divorciado/a	Recuentos	0	1	0	1
	% del total	0.0 %	0.328 %	0.0 %	0.328 %
Viudo/a	Recuentos	0	1	0	1
	% del total	0.0 %	0.328 %	0.0 %	0.328 %
Total	Recuentos	46	224	35	305
	% del total	15.082 %	73.443 %	11.475 %	100 %

7.4.6 Variable trabaja

Ahora, en cuanto a la variable de *si trabaja o no*, se puede decir que no se identifican asociaciones estadísticamente significativas en la distribución de ambos grupos, ya que su análisis reporta lo siguiente ($p= 0.318$, $X^2=2.291$), y respecto a los componentes de estresores ($p= 0.427$, $X^2=1.702$), síntomas ($p= 0.206$, $X^2=3.163$) y estrategias de afrontamiento ($p= 0.236$, $X^2=2.886$), tal y como se puede observar en la siguiente tabla:

Tabla 28.*Estrés académico respecto a la variable trabaja*

Trabaja		NIVEL SISCO			Total
		Bajo	Moderado	Severo	
No	Recuentos	31	129	18	178
	% del total	10.164 %	42.295 %	5.902 %	58.361 %
Si	Recuentos	15	95	17	127
	% del total	4.918 %	31.148 %	5.574 %	41.639 %
Total	Recuentos	46	224	35	305
	% del total	15.082 %	73.443 %	11.475 %	100 %

Respecto al número de horas trabajadas, no se encontró asociación entre el promedio de estas y los niveles de estrés ($p=0.100$, $\rho=0,102$), ahora bien, para calcular esto, y como el promedio de horas de quienes no trabajan es igual a cero, se procedió a analizar los datos de quienes sí reportan un periodo fijo de horas laborales a la semana para revisar si entre estos si hay diferencias significativas en cuento a los niveles de estrés; como se mencionó, no se hallaron tales diferencias.

7.4.7 Variable edad

La variable edad no sugiere relaciones estadísticamente significativas (* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$) con las variables, a. estresores ($p=0.6$), b. Síntomas ($p=0.1$) c. Estrategias de afrontamiento ($p=0.6$), tal y como se muestra en la siguiente tabla:

Tabla29.

Correlaciones de la variable edad

Variable		Edad	Estresores	Síntomas	Estrategias	TOTAL SISCO
Edad	Rho de Spearman	—				
	Valor P	—				
Estresores	Rho de Spearman	0.025	—			
	Valor P	0.660	—			
Síntomas	Rho de Spearman	0.082	0.655***	—		
	Valor P	0.153	< .001	—		
Estrategias	Rho de Spearman	-0.030	0.138*	0.186**	—	
	Valor P	0.607	0.016	0.001	—	
Total SISCO	Rho de Spearman	0.059	0.815***	0.933***	0.372***	—
	Valor P	0.301	< .001	< .001	< .001	—

Así mismo, en la tabla anterior se observan el tipo y la fuerza de las relaciones entre los tres factores de la prueba entre sí y con la totalidad de la prueba; como se observa en la tabla 28, en todos los casos se hallaron correlaciones positivas y fuertes entre los sub factores, siendo *estrategias de afrontamiento* el factor que, si bien cuenta con correlaciones estadísticamente significativas con los demás factores, según el valor encontrado mediante el estadístico de Spearman la fuerza de la asociación está entre débil y moderada.

7.4.8 Variable Estrato

Para dicha variable se establece que no existe ninguna correlación significativa con los componentes del instrumento SISCO, dado que, en ningún componente se encontraron asociaciones con la variable edad, como se observa en la siguiente tabla:

Tabla30.

Correlaciones de la variable estrato

Variable	Estrato	Porcentaje estresores	Porcentaje Síntomas	Porcentaje total SISCO	Porcentaje EA
1. Estrato	Rho de Spearman	—			
	Valor p	—			
2. PROCENTAJE E	Rho de Spearman	-0.055	—		
	Valor p	0.337	—		
3. SINT PORCENTAJE	Rho de Spearman	0.014	0.655***	—	
	Valor p	0.806	< .001	—	
4. TOTAL PORCENTAJE SISCO	Rho de Spearman	-0.008	0.815***	0.025	—
	Valor p	0.893	< .001	0.660	—
5. EA PORCENTAJE	Rho de Spearman	0.030	0.138*	0.186**	0.082
	Valor p	0.603	0.016	0.001	0.153

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

7.4.9 Variable semestre

Para dicha variable se establece que entre la variable semestre, existe una correlación positiva con la variable síntomas ($p=0.03$) en la que indica que a mayor nivel de semestre (superiores) mayor nivel de estrés, el cual se reporta en síntomas, sin embargo, es una correlación con poca fuerza ($p=0.034$, $\rho=0.121$)

Tabla31.*Correlaciones de la variable semestre*

Variable	Semestre	Porcentaje Estresores	Porcentaje síntomas	Total porcentaje SISCO	Porcentaje EA
Semestre	Rho de Spearman	—			
	Valor p	—			
Porcentaje E	Rho de Spearman	0.040	—		
	Valor p	0.486	—		
Porcentaje de Sint	Rho de Spearman	0.121 *	0.655 ***	—	
	Valor p	0.034	< .001	—	
Total porcentaje SISCO	Rho de Spearman	0.088	0.815 ***	-0.055	—
	Valor p	0.124	< .001	0.337	—
Porcentaje de EA	Rho de Spearman	0.004	0.138 *	0.186 **	0.014
	Valor p	0.951	0.016	0.001	0.806

* p < .05, ** p < .01, *** p < .001

Ahora bien, en cuanto a las facultades e institutos, se encontraron diferencias estadísticamente significativas ($p=0,045$, $X^2= 41.870$) en la distribución de la población por Unidad Académica según los niveles de estrés, tal y como se muestra en la siguiente tabla:

Tabla 32.
Correlaciones de las facultades académicas

Facultad	Número			Total Unidad	Porcentaje		
	Leve	Moderado	Severo		Leve	Moderado	Severo
Unidad Académica	Leve	Moderado	Severo	Total Unidad	Leve	Moderado	Severo
Escuela de Idiomas	0	7	1	8	0,0	87,5	12,5
Escuela de Interamericana de bibliotecología	2	3	1	6	33,33	50	16,67
Escuela de Microbiología	3	8	0	11	27,27	72,72	0
Escuela de Nutrición y dietética	1	3	0	4	25	75	0
Facultad de Ciencias Agrarias	0	9	5	14	0	64,28	35,72
Facultad de Ciencias Económicas	1	22	3	26	4	84,61	11,53
Facultad de Ciencias Exactas y naturales	3	20	5	28	10,71	71,43	17,86
Facultad de Ciencias Sociales y humanas	5	25	2	32	15,62	78,13	6,25
Facultad de Comunicaciones y filología	3	9	0	12	25	75	0
Facultad de Educación	6	23	7	36	16,67	63,89	19,44
Facultad de enfermería	2	3	1	6	33,33	50	16,67
Facultad de Ingeniería	10	75	9	94	10,64	79,79	9,57
Facultad de Salud Pública	4	4	0	8	50	50	0
Instituto Universitario de Ed. física y deporte	4	7	1	12	33,33	58,34	8,33
Instituto de Filosofía	2	6	0	8	25	75	0

Como se aprecia, las diferencias estadísticas pueden entenderse al observar que, por ejemplo, hay unidades académicas cuyos estudiantes no reportan niveles severos de estrés académico, como son, el Instituto de Filosofía, la Facultad de Salud Pública, la de Comunicaciones y filología, Microbiología y Nutrición y dietética en las que la totalidad de los estudiantes se ubican en un nivel leve o moderado de estrés. También pueden explicarse al observar, que algunas Unidades Académicas reportan porcentajes mayores de estudiantes que se ubican en el nivel severo: Facultad de ciencias exactas y naturales, la Facultad de Educación y la más alarmante, la Facultad de Ciencias Agraria que ubica al 35,72% de los estudiantes en un nivel severo de estrés. Por otro lado, se destaca lo hallado respecto a la facultad de Ciencias económicas donde cerca del 80% de los estudiantes se ubican en el nivel moderado de estrés, el mayor encontrado en comparación con las demás unidades académicas

Discusión y conclusiones

Teniendo en cuenta la descripción de los resultados y los reportes de las correlaciones anteriormente expuestos, se puede identificar que, primero, respecto a la confiabilidad del instrumento con los estudiantes de la Universidad de Antioquia, sede Medellín, éste obtuvo un Alfa de Cronbach de 0.92 lo que se constituye en un valor adecuado puesto que según la literatura: “El valor mínimo aceptable para el coeficiente alfa de Cronbach es 0,70” (Oviedo y Campo, 2005, p. 6). De la misma manera, se identificó que, para los tres componentes del instrumento, el valor del Alfa de Cronbach fue el siguiente, estresores ($\alpha=0.85$), síntomas ($\alpha=0.91$) y para el componente de estrategias de afrontamiento ($\alpha=0.63$).

De esta manera, al contrastarlo con el estudio original se logra identificar que es un instrumento confiable para la población de referencia, y que conserva valores similares a los de la confiabilidad reportada por el autor en el estudio de Propiedades psicométricas del inventario SISCO, donde el Inventario SISCO de 37 ítems presenta una confiabilidad de 0.90 en alfa de Cronbach. Con relación a sus dimensiones constitutivas, la dimensión de estresores presenta una confiabilidad de .85 en alfa de Cronbach, mientras que la de síntomas presenta una confiabilidad de .91 y la de estrategias de afrontamiento una de .69, ambas también en alfa de Cronbach (Barraza, 2018, p. 3).

Además de lo descrito en el párrafo anterior y teniendo en cuenta que el componente de estrategias de afrontamiento fue el componente que obtuvo menor confiabilidad, se puede aclarar que “La dimensión de estrategias de afrontamiento siempre ha presentado el nivel de confiabilidad más bajo, 0.73 en alfa de Cronbach y 0,74 en la confiabilidad por mitades, según la fórmula de Spearman-Brown para longitudes iguales” (Barraza, 2018, pg. 9).

Respecto a lo anterior el estudio de Malo et al (2010) difiere ya que en su análisis estadístico esta dimensión arrojó una confiabilidad aceptable. Por tanto y en base a lo hallado en este estudio se confirma que sigue existe inconsistencia respecto a la confiabilidad a la dimensión estrategias de afrontamiento en la población evaluada, por lo que se sugiere a futuros investigadores del tema validar la segunda versión del instrumento SISCO para contrarrestar la baja confiabilidad de la dimensión presentada tanto en la primera versión como en la validación colombiana.

De la misma manera, respecto al análisis de los resultados y los objetivos planteados inicialmente, se puede considerar que, los estudiantes de la UdeA sede Medellín se encuentran en

un nivel de estrés moderado, ya que de la población encuestada, un 72.46% reportan un nivel moderado de estrés académico, dichos resultados se relacionan con lo encontrado por Kloster & Perrotta (2019), en su estudio en donde exponen que el nivel de estrés académico en estudiantes universitarios de la ciudad de Paraná, Argentina, es moderado, por otra parte, estudios realizados en la UdeA como el realizado por Blandón & Sepúlveda (2021) refieren que aunque tres cuartas partes de la población encuestada reporta niveles altos y muy altos de estrés, la otra parte se encuentra clasificada en niveles moderados de estrés académico.

Así mismo, respecto a los demás componentes se encontró que 55.41% de la población reporta la aparición de un nivel moderado de estresores; el 67.54% de la población reporta un nivel moderado de estrategias de afrontamiento, en donde se identifica que la E-A de menor frecuencia es la de Religiosidad (oraciones o asistencia a misa), con un promedio de 0,84 aspecto que se puede contrastar con lo estudiado por Castillo et al. (2018), quienes reportan que la estrategia de afrontamiento más usada en los estudiantes encuestados fueron las actividades religiosas (41,7 %).

Por otro lado, al analizar la presentación de síntomas en la población evaluada, se encontró que, los síntomas comportamentales son percibidos como de menor frecuencia que los físicos y los psicológicos (el 37,71% se ubicó en un nivel leve de síntomas comportamentales y solo el 17,05% los evalúa como severo). Los psicológicos, a su vez, son evaluados como de mayor severidad que los demás (el 30,82% de los evaluados lo ubican en el nivel de severo de frecuencia de presentación); se observa además que el síntoma físico de mayor aparición fue el de Mayor necesidad de dormir con un promedio de 2,55. Ahora bien, esto se contrasta con lo encontrado por Castillo (2018) y Pérez et al. (2020) referente a: demandas de tareas, sobrecarga académica y evaluación de los docentes como los estímulos percibidos como principales estresores académicamente.

Así mismo, respecto a las variables sociodemográficas se establece que las mujeres reportan un nivel más alto de estrés que los hombres, lo cual se puede contrastar con los antecedentes revisados que reportan una tendencia estadística similar, así, dentro del presente estudio se encontró que, es mayor el porcentaje de mujeres (7,86%) que se ubican en un nivel severo de estrés comparado con los hombres (3,60%). Aspecto que responde a una de las hipótesis establecidas inicialmente. Dicha variable sociodemográfica se comporta estadísticamente similar en otros estudios realizados, así, como lo expone Blandón y Sepúlveda (2021), ya que, de 139 mujeres encuestadas, el 93% de ellas se encuentran clasificadas en niveles altos y muy altos de estrés.

Otra variable en la cual se encontró una correlación significativa respecto al nivel de estrés académico es semestre, según las respuestas dadas por la muestra se indica que entre más avanzado académicamente este el estudiante mayor nivel de estrés; similar a lo observado por Mazo (2013): los estudiantes de 9° semestre son más susceptibles al estrés.

Por otra parte, respecto a las variables etnia, edad, estado civil, estrato socioeconómico, momento del semestre, procedencia y situación laboral, no se encontraron resultados estadísticamente significativos que permitan establecer una relación entre los niveles de estrés, sus componentes, y estas variables sociodemográficas, lo que se acerca a lo encontrado por Mazo (2013) quien no encontró relaciones significativas con la edad.

Por otra parte, aunque no reportan el nivel de significancia estadística respecto a la relación niveles de estrés y estado civil y ocupación, Blandón y Sepúlveda (2021) encontraron que en su muestra “un 76% de la población soltera presenta alto nivel de estrés y que la población que trabaja independiente (18%) tiene menos riesgo de padecer estrés” (Blandón y Sepúlveda, 2021, pg. 17); se sugiere entonces ampliar la investigación respecto a estas variables pues no parece ser concluyente la relación reportada por otros autores entre las mismas y los niveles de estrés, que para el caso de presente estudio no se encontraron diferencias estadísticamente significativas.

Así mismo, se identifica que, de las 15 unidades académicas encuestadas, y aunque no pudo indagarse por los niveles de estrés en la mayoría de unidades relacionadas con ciencias de la salud, resulta llamativo los niveles de estrés hallados en la Facultad de Ciencias Agrarias, que ubica al 35,72% en un nivel severo de estrés y ningún participante en el nivel leve; así mismo, resulta llamativo el comportamiento de los niveles de estrés en las facultades de Educación y Ciencias exactas y naturales, y Enfermería, las tres dependencias en las que se ubica un mayor porcentaje de estudiantes en los niveles más altos de estrés; esta última (Enfermería) coincide con lo expuesto en diferentes estudios académicos como los de Cacabelos y Ramírez (2020), Osorio et al (2015) y Castillo et al (2018), en donde se expone que los estudiantes de ciencias de la salud son más propensos a presentar estrés que estudiantes de otras unidades académicas.

Respecto a la población encuestada, se pudo identificar que el estrés académico sigue siendo una problemática presente en la vida de los estudiantes de la Universidad de Antioquia sede Medellín, dado que se encuentra que la mayoría de la población se percibe como estresada en un nivel moderado, por tanto, es primordial que se establezcan acciones con el fin de garantizar el

bienestar de los estudiantes y que dicha problemática no repercuta en su salud física, mental y posterior deserción.

Para ello, es importante continuar con la realización de estudios en los que se pueda identificar el estrés académico que perciben los estudiantes, correlacionado con variables sociodemográficas y de esta manera presentar los resultados y caracterización de la población ante Bienestar Universitario con el ánimo de que se generen estrategias que puedan establecerse como factores protectores ante la incidencia de dicho fenómeno, más aun teniendo en cuenta los grupos poblacionales con mayor vulnerabilidad a dicha problemática.

Referente a la investigación, se puede concluir de manera general que, el estudio tuvo una aceptación moderada por parte de la comunidad estudiantil, sin embargo, vale la pena resaltar que pese a la relevancia de establecer los niveles de estrés académico en los estudiantes de la UdeA, más aun después de la contingencia por COVID-19, algunas dependencias de la Universidad no permitieron que se accediera a la muestra poblacional necesaria en su facultad, aspecto que limita los esfuerzos por establecer una política de Bienestar para los estudiantes, no obstante, se espera que el trabajo que logró realizarse, sume, no solo a cerrar la brecha de investigación respecto a dicha problemática, sino también contribuya a generar acciones en pro de una optimización de la salud mental de la comunidad universitaria.

Referencias

- Avalos Latorre, M. L., & Trujillo Martínez, F. (2021). Variables involucradas con el estrés académico y el afrontamiento en universitarios durante el confinamiento por covid-19. *Psicología Iberoamericana*, 29(3). <https://tinyurl.com/2dm8yxpl>
- Ávila, J. (2014). El estrés es un problema de salud del mundo actual. *Revista Con-Ciencia*, 2(1), 117-125. <https://tinyurl.com/28nvq7rw>
- Barraza, A. (2007). El Inventario SISCO del estrés académico. *Investigación Educativa Duranguense*, (7), 90-93. <https://tinyurl.com/yxlgrrhub>
- Barraza, Macías, A. (2006). Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico. *Revista electrónica de psicología iztacala*, 9(3), 110-129. <https://tinyurl.com/2a7xh5sn>
- Barraza, Macías, A. (2018). *INVENTARIO SISCO SV-21- Inventario SIStémico COgnoscitivista para el estudio del estrés académico*. ECORFAN. <https://tinyurl.com/23bvkuqy>
- Belloch, A., Bonifacio, S., & Francisco, R. (2009). *Manual de psicopatología*. McGraw-Hill/Interamericana de España, S. A. U.
- Berrío, N. & Mazo, R. (2012). Estrés Académico. *Revista de Psicología Universidad de Antioquia*. 3(2), 65-82. <https://tinyurl.com/2ybvf6s>
- Blandón Quintero, D., & Sepúlveda Arcila, J. A. (2021). *Niveles de estrés en estudiantes de Contaduría Pública del Oriente antioqueño en el año 2018*. [Tesis de pregrado, Universidad de Antioquia]. Repositorio institucional Universidad de Antioquia. <https://tinyurl.com/2ygjt9d3>
- Cacabelos Giraldo, A. F., & Ramírez Zuluaga, M. (2020). *Influencia del estrés académico en la salud física de los estudiantes de Instrumentación Quirúrgica de la Facultad de Medicina de la Universidad de Antioquia* [Tesis de pregrado, Universidad de Antioquia]. Repositorio institucional Universidad de Antioquia. <https://tinyurl.com/23cw92bl>
- Castillo Ávila, Irma Yolanda; Barrios Cantillo, Arleth & Alvis Estrada, Luis R. (2018). Estrés académico en estudiantes de enfermería de Cartagena, Colombia. *Investigación en Enfermería: Imagen y Desarrollo*, 20(2). <https://tinyurl.com/23clluq9>
- Castillo-Navarrete, J. L., Guzmán-Castillo, A., Bustos, C., Zavala, W., & Vicente, B. (2020). Propiedades psicométricas del inventario SISCO-II de estrés académico. *Revista*

- Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación-e Avaliação Psicológica*, 3(56), 101-116.
<https://tinyurl.com/2a6vzthb>
- Departamento Administrativo Nacional De Estadística. (2021). Salud mental en Colombia: un análisis de los efectos de la pandemia. DANE. <https://tinyurl.com/25jpszos>
- Escobar-Domingo, M. J., Piedrahíta-Yusti, I., Becerra, L., Moreno, F., Ortega, J. G., & Moreno, S. (2021). Relación entre la disminución del estrés académico y la práctica de yoga en estudiantes de las áreas de la salud. *Revisión de la literatura. Universitas Medica*, 62(4), 60-77. <https://tinyurl.com/2de3nqud>
- España, N. G. P., Dueñas, D. C., & Quintero, L. C. (2019). Estrés en estudiantes de educación superior—prevalencia y consecuencias. *CINA RESEARCH*, 3(3), 32-40. <https://tinyurl.com/26lw6woy>
- Hernández Rodríguez, J. (2020). Impacto de la COVID-19 sobre la salud mental de las personas. *Medicentro Electrónica*, 24(3), 578-594. <https://tinyurl.com/298ygmq8>
- Jurado-Botina, L., Montero-Bolaños, C., Carlosama-Rodríguez, D., & Tabares-Díaz, Y. (2021). Estrés académico en estudiantes universitarios de Iberoamérica: una revisión sistemática. *Cuadernos Hispanoamericanos de Psicología*, 2021(2), 1-18. <https://tinyurl.com/24tvv85e>
- Kloster Kantlen, G. E., & Perrotta, F. D. (2019). *Estrés académico en estudiantes universitarios de la ciudad de Paraná* [Tesis de pregrado, Universidad Católica Argentina]. Repositorio institucional UCA. <https://tinyurl.com/2xqzrdfs>
- Lazarus RS, Folkman S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos*. Martínez Roca, (Original de 1984).
- Licht-Ardila, V., Soto-Gualdrón, S. N., & Ángulo-Rincón, R. Nivel de estrés y rendimiento académico en estudiantes universitarios que trabajan y los que no. *Revistas espacios*, 42(07), 82-90. <https://tinyurl.com/2ceuc7vg>
- Loor Vera, V. J., Ormaza Pincay, M. D. L. A., & Vera Loor, K. M. (2019). La influencia del estrés académico en el comportamiento de los estudiantes universitarios. *Revista: Caribeña de Ciencias Sociales*. <https://tinyurl.com/29j6pd6c>
- Malo, D. A. S., Cáceres, G. S. C., & Ballesteros, G. H. P. (2010). Validación del inventario SISCO del estrés académico y análisis comparativo en adultos jóvenes de la Universidad Industrial de Santander y la Universidad Pontificia Bolivariana, Seccional Bucaramanga, Colombia. *Revista Electrónica Praxis investigativa ReDIE*, 2(3). <https://tinyurl.com/295p7tlq>

-
- Mazo, R., Gutiérrez, Y.F., & Londoño, K. (2009). *Diseño y validación del inventario de estrés académico en estudiantes de pregrado de la Universidad Pontificia Bolivariana de Medellín*. [Trabajo de pregrado, Universidad Pontificia Bolivariana]. Repositorio Universidad Pontificia Bolivariana, Medellín, Colombia.
- Mazo, Z. R., Martínez, K. L., & Gutiérrez, Y. (2013). Niveles de estrés académico en estudiantes universitarios. *Informes psicológicos*, 13(2), 121-134. <https://tinyurl.com/25bu7xmf>
- Mejía-Zambrano, H., & Ramos-Calsín, L. (2022). Prevalencia de los principales trastornos mentales durante la pandemia por COVID-19. *Revista de Neuro-Psiquiatría*, 85(1), 72-82. <https://tinyurl.com/2yu364mo>
- Mojica-Crespo, R., & Morales-Crespo, M. M. (2020). Pandemia COVID-19, la nueva emergencia sanitaria de preocupación internacional: una revisión. *Medicina de Familia. SEMERGEN*, 46, 65-77. <https://tinyurl.com/yafryod6>
- Montalvo Prieto, A., & Simancas Pallares, M. A. (2019). Estrés y estrategias de afrontamiento en educación superior. *Panorama Económico*, 27(3), 655-674. <https://tinyurl.com/2ygxxzda>
- Noreña Pérez, H. (2017). *Estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes de primer, segundo y tercer semestre de la Facultad de Ingeniería de la Universidad de Antioquia* [Tesis de pregrado, Universidad de Antioquia]. Repositorio institucional Universidad de Antioquia. <https://tinyurl.com/2771r3vq>
- OPS/OMS. Salud mental (2020). Proyecto de Salud Mental de la OMS. <https://tinyurl.com/263w9fcd>
- Osma, D. A. B., Celis, C. G., & Arteaga, I. A. P. (2019). Estudiantes universitarios que trabajan: subjetividad, construcción de sentido e in-satisfacción. *Revista Virtual Universidad Católica del Norte*, (58), 96-115. <https://tinyurl.com/23n6rope>
- Osorio, L. P., Castaño, L. R., Córdoba, I. P., Ausecha, G. C., & Aguirre, A. V. (2015). 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*, 5(3), 31-34. <https://tinyurl.com/25wz5pgl>
- Oviedo, H. C., & Campo-Arias, A. (2005). Aproximación al uso del coeficiente alfa de Cronbach. *Revista colombiana de psiquiatría*, 34(4), 572-580. <https://tinyurl.com/2czo2g8a>

- Pérez, Y. J. L., Herrera, J. L. H., Galvis, D. Y. H., Gómez, M. P., & Choperena, C. I. P. (2020). Estrés académico en estudiantes de un programa de Enfermería-Montería 2019. *Revista Cuidarte*, 11(3). <https://tinyurl.com/244df6xg>
- Rodríguez Zambrano, R. S. (2016). *Relaciones entre estrés académico y autoconcepto académico en estudiantes de ciudadela universitaria de la Universidad de Antioquia* [Tesis de pregrado, Universidad de Antioquia]. Repositorio institucional Universidad de Antioquia. <https://tinyurl.com/273yeelu>
- Sandoval, K. D., Morote-Jayacc, P. V., Moreno-Molina, M., & Taype-Rondan, A. (2021). Depresión, estrés y ansiedad en estudiantes de Medicina humana de Ayacucho (Perú) en el contexto de la pandemia por COVID-19. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 49(4), 223-224. <https://tinyurl.com/229qsozf>
- Suárez, O. J., Márquez, A. H., & Cardozo, O. A. P. (2019). Estrés académico en estudiantes de Ingeniería que cursan Física: Análisis exploratorio. *Revista científica*, (Número especial), 76-83. <https://tinyurl.com/2xnppo5k>
- Trucco, M. (2002). Estrés y trastornos mentales: aspectos neurobiológicos y psicosociales. *Revista chilena de neuro-psiquiatría*, 40, 8-19. <https://tinyurl.com/27tsd4tc>
- Trujillo, M. P. & González, N. J. (2019) *Nivel de estrés académico en estudiantes de postgrado de la facultad de educación en la Universidad Cooperativa de Colombia, sede Bogotá*. [Tesis de especialización publicada]. Universidad Cooperativa de Colombia, sede Bogotá. Recuperado de: <https://bit.ly/3jMVx2W>
- Universidad de Antioquia b. (s/f). *Procedencia de los estudiantes*. Universidad de Antioquia. Edu.co. Revisado el 15 de abril de 2022. <https://tinyurl.com/27scpbgn>
- Universidad de Antioquia a. (s/f). *Matriculados*. Universidad de Antioquia. Edu.co. Revisado el 15 de abril de 2022. <https://tinyurl.com/236jhkwp>
- Zapata-Ospina, J. P., Patiño-Lugo, D. F., Vélez, C. M., Campos-Ortiz, S., Madrid-Martínez, P., Pemberthy-Quintero, S.,... & Vélez-Marín, V. M. (2021). Intervenciones para la salud mental de estudiantes universitarios durante la pandemia por COVID-19: una síntesis crítica de la literatura. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 50(3), 199-213. <https://tinyurl.com/28jxkgde>

Anexos

Anexo 1

1. Niveles de estrés por unidad académica

Tabla 33.

Estrés académico reportado por la unidad académica Escuela de Idiomas

Unidad académica	Dimensión	Frecuencia	Porcentaje
Escuela de idiomas	Estresores		
	Leve	1	12.50
	Moderado	3	37.50
	Severo	4	50.00
	Ausente	0	0.00
	Total	8	100.00
	Síntomas		
	Moderado	6	75.00
	Severo	2	25.00
	Ausente	0	0.00
	Total	8	100.00
	Estrategias de afrontamiento		
	Leve	2	25.00
	Moderado	6	75.00
Ausente	0	0.00	
Total	8	100.00	
Estrés académico			
Moderado	7	87.50	
Severo	1	12.50	
Ausente	0	0.00	
Total	8	100.00	

Tabla 34.*Dimensiones de síntomas reportado por la unidad académica Escuela de Idiomas*

Unidad académica	Dimensión	Frecuencia	Porcentaje
Escuela de idiomas	Síntomas físicos		
	Moderado	4	50.00
	Severo	4	50.00
	Ausente	0	0.00
	Total	8	100.00
	Síntomas psicológicos		
	Leve	1	12.50
	Moderado	4	50.00
	Severo	3	37.50
	Ausente	0	0.00
	Total	8	100.00
	Síntomas conductuales		
	Moderado	6	75.00
Severo	2	25.00	
Ausente	0	0.00	
Total	8	100.00	

Tabla 35.*Estrés académico reportado por la unidad académica Bibliotecología*

Unidad académica	Dimensión	Frecuencia	Porcentaje
Bibliotecología	Estresores		
	Leve	2	33.33
	Moderado	3	50.00
	Severo	1	16.67
	Ausente	0	0.00
	Total	6	100.00
	Síntomas		
	Moderado	2	33.33
	Severo	1	16.67
	Leve	3	50.00
	Ausente	0	0.00
	Total	6	100.00
	Estrategias de afrontamiento		
	Leve	3	50.00
	Moderado	3	50.00
	Ausente	0	0.00
	Total	6	100.00
Estrés académico			
Moderado	2	33.33	
Severo	1	16.67	
Leve	3	50.00	
Ausente	0	0.00	
Total	6	100.00	

Tabla 36.*Dimensiones de síntomas reportado por la unidad académica Bibliotecología*

Unidad académica	Dimensión	Frecuencia	Porcentaje
Bibliotecología	Síntomas físicos		
	Moderado	1	16.67
	Severo	2	33.33
	Leve	3	50.00
	Ausente	0	0.00
	Total	6	100.00
	Síntomas Psicológicos		
	Leve	3	50.00
	Severo	3	50.00
	Ausente	0	0.00
	Total	6	100.00
	Síntomas Conductuales		
	Moderado	4	66.67
Leve	2	33.33	
Ausente	0	0.00	
Total	6	100.00	

Tabla 37.*Estrés académico reportado por la unidad académica Escuela de Microbiología*

Unidad académica	Dimensión	Frecuencia	Porcentaje
Escuela de Microbiología	Estresores		
	Leve	3	27.27
	Moderado	5	45.46
	Severo	3	27.27
	Ausente	0	0.00
	Total	11	100.00
	Síntomas		
	Moderado	7	63.64
	Leve	4	36.36
	Ausente	0	0.00
	Total	11	100.00
	Estrategias de afrontamiento		
	Leve	5	45.45
	Moderado	6	54.55
	Ausente	0	0.00
	Total	11	100.00
	Estrés académico		
Moderado	8	72.73	
Leve	3	27.27	
Ausente	0	0.00	
Total	11	100.00	

Tabla 38.*Dimensiones de síntomas reportado por la unidad académica Escuela de Microbiología*

Unidad académica	Dimensión	Frecuencia	Porcentaje
Escuela de Microbiología	Síntomas físicos		
	Moderado	4	36.36
	Severo	3	27.28
	Leve	4	36.36
	Ausente	0	0.00
	Total	11	100.00
	Síntomas psicológicos		
	Leve	4	36.36
	Severo	3	27.28
	Moderado	4	36.36
	Ausente	0	0.00
	Total	11	100.00
	Síntomas conductuales		
	Moderado	7	63.64
	Leve	4	36.36
Ausente	0	0.00	
Total	11	100.00	

Tabla 39.*Estrés académico reportado por la unidad académica Escuela de Nutrición y dietética*

Unidad académica	Dimensión	Frecuencia	Porcentaje
Escuela de Nutrición y dietética	Estresores		
	Leve	1	25.00
	Moderado	2	50.00
	Severo	1	25.00
	Ausente	0	0.00
	Total	4	100.00
	Síntomas		
	Moderado	3	75.00
	Leve	1	25.00
	Ausente	0	0.00
	Total	4	100.00
	Estrategias de afrontamiento		
	Leve	4	100.00
	Ausente	0	0.00
	Total	4	100.00
Estrés académico			
Moderado	3	75.00	
Leve	1	25.00	
Ausente	0	0.00	
Total	4	100.00	

Tabla 40.

Dimensiones de síntomas reportado por la unidad académica Escuela de Nutrición y dietética

Unidad académica	Dimensión	Frecuencia	Porcentaje
Escuela de Nutrición y dietética	Síntomas físicos		
	Moderado	3	75.00
	Leve	1	25.00
	Ausente	0	0.00
	Total	4	100.00
	Síntomas psicológicos		
	Leve	1	25.00
	Severo	1	25.00
	Moderado	2	50.00
	Ausente	0	0.00
	Total	4	100.00
	Síntomas conductuales		
	Moderado	2	50.00
Leve	2	50.00	
Ausente	0	0.00	
Total	4	100.00	

Tabla 41.*Estrés académico reportado por la unidad académica Facultad de Ciencias Agrarias*

Unidad académica	Dimensión	Frecuencia	Porcentaje
Facultad de Ciencias Agrarias	Estresores		
	Moderado	4	28.57
	Severo	10	71.43
	Ausente	0	0.00
	Total	14	100.00
	Síntomas		
	Moderado	7	50.00
	Leve	2	14.29
	Severo	5	35.71
	Ausente	0	0.00
	Total	14	100.00
	Estrategias de afrontamiento		
	Leve	6	42.86
	Moderado	8	57.14
	Ausente	0	0.00
Total	14	100.00	
Estrés Académico			
Moderado	9	64.29	
Severo	5	35.71	
Ausente	0	0.00	
Total	14	100.00	

Tabla 42.

Dimensiones de síntomas reportado por la unidad académica Facultad de Ciencias Agrarias

Unidad académica	Dimensión	Frecuencia	Porcentaje
Facultad de Ciencias Agrarias	Síntomas físicos		
	Moderado	8	57.14
	Leve	1	7.14
	Severo	5	35.72
	Ausente	0	0.00
	Total	14	100.00
	Síntomas psicológicos		
	Leve	2	14.28
	Severo	9	64.29
	Moderado	3	21.43
	Ausente	0	0.00
	Total	14	100.00
	Síntomas conductuales		
	Moderado	10	71.43
	Leve	2	14.29
Severo	2	14.28	
Ausente	0	0.00	
Total	14	100.00	

Tabla 43.*Estrés académico reportado por la unidad académica Facultad de Ciencias Económicas*

Unidad académica	Dimensiones	Frecuencia	Porcentaje
Facultad de Ciencias Económicas	Estresores		
	Moderado	17	65.38
	Severo	8	30.77
	Leve	1	3.85
	Ausente	0	0.00
	Total	26	100.00
	Síntomas		
	Moderado	17	65.39
	Leve	5	19.23
	Severo	4	15.38
	Ausente	0	0.00
	Total	26	100.00
	Estrategias de afrontamiento		
	Leve	2	7.69
	Moderado	22	84.62
	Severo	2	7.69
Ausente	0	0.00	
Total	26	100.00	
Estrés académico			
Moderado	21	80.769	
Severo	3	11.54	
Leve	2	7.69	
Ausente	0	0.00	
Total	26	100.00	

Tabla44.

Dimensiones de síntomas reportado por la unidad académica Facultad de Ciencias Económicas

Unidad académica	Dimensión	Frecuencia	Porcentaje
Facultad de Ciencias Económicas	Síntomas físicos		
	Moderado	13	50.00
	Leve	7	26.92
	Severo	6	23.08
	Ausente	0	0.00
	Total	26	100.00
	Síntomas psicológicos		
	Leve	5	19.23
	Severo	7	26.92
	Moderado	14	53.85
	Ausente	0	0.00
	Total	26	100.00
	Síntomas conductuales		
	Moderado	11	42.31
	Leve	11	42.31
Severo	4	15.38	
Ausente	0	0.00	
Total	26	100.00	

Tabla 45.

Dimensiones de síntomas reportado por la unidad académica Facultad de Ciencias Exactas y naturales

Unidad académica	Dimensión	Frecuencia	Porcentaje
	Síntomas físicos		
	Moderado	14	50.000
	Leve	4	14.286
	Severo	10	35.714
	Ausente	0	0.000
	Total	28	100.000
	Síntomas conductuales		
Facultad de Ciencias Exactas y naturales	Moderado	15	53.571
	Leve	7	25.000
	Severo	6	21.429
	Ausente	0	0.000
	Total	28	100.000
	Síntomas psicológicos		
	Leve	4	14.286
	Severo	12	42.857
	Moderado	12	42.857
	Ausente	0	0.000
	Total	28	100.000

Tabla46.*Estrés académico reportado por la unidad académica Facultad de Ciencias Sociales y humanas*

Unidad académica	Dimensión	Frecuencia	Porcentaje
Facultad de Ciencias Sociales y humanas	Estresores		
	Moderado	25	78.125
	Severo	4	12.500
	Leve	3	9.375
	Ausente	0	0.000
	Total	32	100.000
	Síntomas		
	Moderado	15	46.875
	Leve	12	37.500
	Severo	5	15.625
	Ausente	0	0.000
	Total	32	100.000
	Estrategias de afrontamiento		
	Leve	9	28.125
	Moderado	20	62.500
	Severo	3	9.375
	Ausente	0	0.000
Total	32	100.000	
Estrés académico			
Moderado	25	78.125	
Severo	2	6.250	
Leve	5	15.625	
Ausente	0	0.000	
Total	32	100.000	

Tabla 47.

Dimensiones de síntomas reportado por la unidad académica Facultad de Ciencias Sociales y humanas

Unidad académica	Dimensión	Frecuencia	Porcentaje
	Síntomas físicos		
	Moderado	15	46.875
	Leve	11	34.375
	Severo	6	18.750
	Ausente	0	0.000
	Total	32	100.000
	Síntomas psicológicos	Frecuencia	Porcentaje
Facultad de Ciencias Sociales y humanas	Leve	14	43.750
	Severo	6	18.750
	Moderado	12	37.500
	Ausente	0	0.000
	Total	32	100.000
	Síntomas conductuales	Frecuencia	Porcentaje
	Moderado	12	37.500
	Leve	15	46.875
	Severo	5	15.625
	Ausente	0	0.000
	Total	32	100.000

Tabla 48.*Estrés académico reportado por la unidad académica Facultad de Comunicaciones y filología*

Unidad académica	Dimensión	Frecuencia	Porcentaje
Facultad de Comunicaciones y filología	Estresores		
	Moderado	7	58.333
	Severo	2	16.667
	Leve	3	25.000
	Ausente	0	0.000
	Total	12	100.000
	Síntomas		
	Moderado	6	50.000
	Leve	4	33.333
	Severo	2	16.667
	Ausente	0	0.000
	Total	12	100.000
	Estrategias de afrontamiento		
	Leve	2	16.667
	Moderado	10	83.333
	Ausente	0	0.000
Total	12	100.000	
Estrés académico			
Moderado	9	75.000	
Leve	3	25.000	
Ausente	0	0.000	
Total	12	100.000	

Tabla 49.

Dimensiones de síntomas reportado por la unidad académica Facultad de Comunicaciones y filología

Unidad académica	Dimensión	Frecuencia	Porcentaje
Facultad de Comunicaciones y filología	Síntomas físicos		
	Moderado	6	50,00
	Leve	3	25,00
	Severo	3	25,00
	Ausente	0	0,00
	Total	12	100,00
	Síntomas psicológicos		
	Leve	4	33,33
	Severo	4	33,33
	Moderado	4	33,33
	Ausente	0	0,00
	Total	12	100
	Síntomas conductuales		
	Moderado	5	41,67
	Leve	6	50,00
Severo	1	8,33	
Ausente	0	0,00	
Total	12	100	

Tabla 50.

Estrés académico reportado por la unidad académica Facultad de Educación

Unidad académica	Dimensión	Frecuencia	Porcentaje
Facultad de Educación	Estresores		
	Moderado	16	44.444
	Severo	13	36.111
	Leve	7	19.444
	Ausente	0	0.000
	Total	36	100.000
	Síntomas		
	Moderado	20	55.556
	Leve	6	16.667
	Severo	10	27.778
	Ausente	0	0.000
	Total	36	100.000
	Estrategias de afrontamiento		
	Leve	7	19.444
	Moderado	27	75.000
	Severo	2	5.556
	Ausente	0	0.000
Total	36	100.000	
Estrés académico			
Moderado	23	63.889	
Leve	6	16.667	
Severo	7	19.444	
Ausente	0	0.000	
Total	36	100.000	

Tabla 51.

Dimensiones de síntomas reportado por la unidad académica Facultad de Educación

Unidad académica	Dimensión	Frecuencia	Porcentaje
Facultad de Educación	Síntomas físicos		
	Moderado	16	44.444
	Leve	5	13.889
	Severo	15	41.667
	Ausente	0	0.000
	Total	36	100.000
	Síntomas psicológicos		
	Leve	7	19.444
	Severo	13	36.111
	Moderado	16	44.444
	Ausente	0	0.000
	Total	36	100.000
	Síntomas conductuales		
	Moderado	12	33.333
	Leve	13	36.111
Severo	11	30.556	
Ausente	0	0.000	
Total	36	100.000	

Tabla 52.*Estrés académico reportado por la unidad académica Facultad de Enfermería*

Unidad académica	Dimensión	Frecuencia	Porcentaje
Facultad de Enfermería	Estresores		
	Moderado	3	50.000
	Severo	1	16.667
	Leve	2	33.333
	Ausente	0	0.000
	Total	6	100.000
	Síntomas		
	Moderado	3	50.000
	Leve	2	33.333
	Severo	1	16.667
	Ausente	0	0.000
	Total	6	100.000
	Estrategias de afrontamiento		
	Leve	1	16.667
	Moderado	4	66.667
	Severo	1	16.667
Ausente	0	0.000	
Total	6	100.000	
Estrés académico			
Moderado	3	50.000	
Leve	2	33.333	
Severo	1	16.667	
Ausente	0	0.000	
Total	6	100.000	

Tabla 53.*Dimensiones de síntomas reportado por la unidad académica Facultad de Enfermería*

Unidad académica	Dimensión	Frecuencia	Porcentaje
	Síntomas físicos		
	Moderado	2	33.333
	Leve	2	33.333
	Severo	2	33.333
	Ausente	0	0.000
	Total	6	100.000
	Síntomas psicológicos		
	Leve	2	33.333
Facultad de Enfermería	Severo	1	16.667
	Moderado	3	50.000
	Ausente	0	0.000
	Total	6	100.000
	Síntomas conductuales		
	Moderado	3	50.000
	Leve	3	50.000
	Ausente	0	0.000
	Total	6	100.000

Tabla 54.*Estrés académico reportado por la unidad académica Facultad de Ingeniería*

Unidad académica	Dimensión	Frecuencia	Porcentaje
Facultad de Ingeniería	Estresores		
	Moderado	55	58.511
	Severo	28	29.787
	Leve	11	11.702
	Ausente	0	0.000
	Total	94	100.000
	Síntomas		
	Moderado	60	63.830
	Leve	19	20.213
	Severo	15	15.957
	Ausente	0	0.000
	Total	94	100.000
	Estrategias de afrontamiento		
	Leve	22	23.404
	Moderado	68	72.340
	Severo	4	4.255
	Ausente	0	0.000
	Total	94	100.000
	Estrés académico		
Moderado	74	78.723	
Leve	11	11.702	
Severo	9	9.574	
Ausente	0	0.000	
Total	94	100.000	

Tabla 55.*Dimensiones de síntomas reportado por la unidad académica Facultad de Ingeniería*

Unidad académica	Dimensión	Frecuencia	Porcentaje
Facultad de Ingeniería	Síntomas físicos		
	Moderado	48	51.064
	Leve	25	26.596
	Severo	21	22.340
	Ausente	0	0.000
	Total	94	100.000
	Síntomas psicológicos		
	Leve	22	23.404
	Severo	27	28.723
	Moderado	45	47.872
	Ausente	0	0.000
	Total	94	100.000
	Síntomas conductuales		
	Moderado	40	42.553
	Leve	35	37.234
Severo	19	20.213	
Ausente	0	0.000	
Total	94	100.000	

Tabla 56.

Estrés académico reportado por la unidad académica Facultad de Salud Pública

Unidad académica	Dimensiones	Frecuencia	Porcentaje
Facultad de Salud Pública	Estresores		
	Moderado	4	50.000
	Severo	2	25.000
	Leve	2	25.000
	Ausente	0	0.000
	Total	8	100.000
	Síntomas		
	Moderado	4	50.000
	Leve	4	50.000
	Ausente	0	0.000
	Total	8	100.000
	Estrategias de afrontamiento		
	Leve	4	50.000
	Moderado	3	37.500
	Severo	1	12.500
	Ausente	0	0.000
Total	8	100.000	
Estrés académico			
Moderado	4	50.000	
Leve	4	50.000	
Ausente	0	0.000	
Total	8	100.000	

Tabla 57.

Dimensiones de síntomas reportado por la unidad académica Facultad de Salud Pública

Unidad académica	Dimensión	Frecuencia	Porcentaje
	Síntomas físicos		
	Moderado	3	37.500
	Leve	4	50.000
	Severo	1	12.500
	Ausente	0	0.000
	Total	8	100.000
	Síntomas psicológicos		
Facultad de Salud Pública	Leve	3	37.500
	Moderado	5	62.500
	Ausente	0	0.000
	Total	8	100.000
	Síntomas conductuales		
	Moderado	2	25.000
	Leve	6	75.000
	Ausente	0	0.000
	Total	8	100.000

Tabla 58.

Estrés académico reportado por la unidad académica Instituto Universitario de Educación física y deporte

Unidad académica	Dimensión	Frecuencia	Porcentaje
Instituto Universitario de Educación física y deporte	Estresores		
	Moderado	7	58.333
	Leve	3	25.000
	Severo	2	16.667
	Ausente	0	0.000
	Total	12	100.000
	Síntomas		
	Moderado	5	41.667
	Leve	4	33.333
	Severo	3	25.000
	Ausente	0	0.000
	Total	12	100.000
	Estrategias de afrontamiento		
	Leve	6	50.000
	Moderado	6	50.000
Ausente	0	0.000	
Total	12	100.000	
Estrés académico			
Moderado	7	58.333	
Leve	4	33.333	
Severo	1	8.333	
Ausente	0	0.000	
Total	12	100.000	

Tabla 59.

Dimensiones de síntomas reportado por la unidad académica Instituto Universitario de Educación física y deporte

Unidad académica	Dimensión	Frecuencia	Porcentaje
Instituto Universitario de Educación física y deporte	Síntomas físicos		
	Moderado	4	33.333
	Leve	4	33.333
	Severo	4	33.333
	Ausente	0	0.000
	Total	12	100.000
	Síntomas psicológicos		
	Leve	4	33.333
	Moderado	5	41.667
	Severo	3	25.000
	Ausente	0	0.000
	Total	12	100.000
	Síntomas conductuales		
	Moderado	5	41.667
	Leve	5	41.667
Severo	2	16.667	
Ausente	0	0.000	
Total	12	100.000	

Anexo 2

1. INVENTARIO SISCO

Lea atentamente las siguientes recomendaciones.

Responda de manera honesta e individual.

Lea cada ítem o pregunta y responda en la casilla que se encuentra enfrente.

Seleccione una respuesta e indíquela con una **X**, según corresponda. Teniendo en cuenta que **1 ES NUNCA, 2 ES RARA VEZ, 3 ES ALGUNAS VECES, 4 ES CASI SIEMPRE Y 5 ES SIEMPRE.**

Recuerde seleccionar y responder solo una respuesta por ítems.

En el transcurso de este semestre ¿ha tenido momentos en los cuales se ha sentido preocupado o angustiado? SI ____ NO ____

NOTA: En caso de seleccionar la alternativa “no”, el cuestionario se da por concluido, en caso de seleccionar la alternativa “si”, pasar a la pregunta número dos y continuar con el resto de las preguntas.

Indique con X con qué frecuencia le inquietaron las siguientes situaciones:

	0 Nunca	1 Rara vez	2 Casi siempre	3 Siempre
1. Competencia académica con los compañeros del grupo				
2. Sobrecarga de tareas y trabajos escolares				
3. La personalidad del profesor				
4. Evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.)				
5. El tipo de trabajo que piden los profesores (consulta de temas, ensayos, mapas conceptuales, etc.)				
6. No entender los temas que se abordan en clase				
7. Temor a equivocarse en las respuestas				
8. Participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc.)				
9. Tiempo limitado para hacer el trabajo				
10. Olvidar completamente la información sobre un tema específico (quices, parciales, exposiciones.)				

Indique con qué frecuencia tuvo las siguientes reacciones físicas, psicológicas y comportamentales, cuando estaba preocupado o ansioso

Reacción	0 Nunca	1 Rara vez	2 Casi siempre	3 Siempre
1. Trastornos en el sueño (dificultades al dormir o pesadillas)				
2. Fatiga crónica (cansancio permanente)				
3. Dolores de cabeza				
4. Problemas digestivos (dolor abdominal, diarrea o estreñimiento)				
5. Rascar la piel, morder las uñas, frotar las manos o los brazos.				
6. Mayor necesidad de dormir				
7. Incapacidad de relajarse				
8. Ansiedad				
9. Desesperación				
10. Problemas de concentración				
11. Sentimientos de agresividad				
12. Aumento en la irritabilidad				
13. Aumento de Conflictos				
14. Aislamiento Social				
15. Desgano para realizar las labores académicas				
16. Aumento o reducción del consumo de alimentos				
17. Aumento del consumo de Cafeína				
18. Morder Objetos (chicles, borradores, et.)				

Señale con qué frecuencia utiliza las siguientes estrategias para enfrentar la situación que le causa la preocupación o la ansiedad.

Estrategia	0	1	2	3

	Nunca	Rara vez	Casi siempre	Siempre
1. Defender sus ideas sin dañar a otros				
2. Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas				
3. Elogios a sí mismo				
4. La religiosidad (oraciones o asistencia a misa)				
5. Búsqueda de información sobre la situación				
6. Hablar sobre la situación que preocupa.				
7. Búsqueda de ayuda profesional				
8. Cambio de actividades				