

Estrés académico y técnicas de afrontamiento en estudiantes de Medicina de Pinar del Río

Academic stress and coping techniques in medical students from Pinar del Río

Araíné Santalla-Corrales¹  

¹Universidad de Ciencias Médicas de Pinar del Río. Facultad de Ciencias Médicas “Dr. Ernesto Che Guevara de la Serna”. Pinar del Río, Cuba.

Recibido: 04 de agosto de 2022 | Aceptado: 25 de septiembre de 2022 | Publicado: 25 de septiembre de 2022

Citar como: Santalla-Corrales A. Estrés académico y técnicas de afrontamiento en estudiantes de Medicina de Pinar del Río. Univ. Méd. Pinareña [Internet]. 2022 [citado Fecha de Acceso]; 18(2):e888. Disponible en: <http://revgaleno.sld.cu/index.php/ump/article/view/888>

RESUMEN

Introducción: el estrés es un proceso mediante el cual, se percibe un estímulo como amenazante, generando respuestas psicósomáticas y conductuales consideradas normales hasta cierto punto.

Objetivo: caracterizar el estrés académico y las técnicas para su afrontamiento en estudiantes de medicina de Pinar del Río.

Método: estudio observacional, descriptivo y transversal en estudiantes de Medicina de la Universidad de Ciencias Médicas de Pinar del Río entre julio y agosto de 2022. Participaron 150 estudiantes. La información fue procesada con empleo de frecuencias absolutas y relativas porcentuales.

Resultados: predominaron los estudiantes de 2do año (36,7 %), del sexo femenino (69,3 %), de procedencia urbana (87,3 %), con nivel de estrés moderado (60,7 %). El 70,4 % de los estudiantes de 2do año presentaban estrés moderado y el 50 % de los de 6to año presentaban estrés severo. Los de procedencia urbana presentaron mayor incidencia de estrés severo (37,4 %). El sexo masculino mostró mayores niveles de estrés moderado y leve (76,1 y 6,5 %), el sexo femenino mostró los niveles más elevados de estrés severo (45,19 %). La verbalización fue la técnica de afrontamiento más empleada (24 % siempre la emplean). La religión fue la menos empleada (45,3 % nunca la emplean).

Conclusiones: los estudiantes de medicina de Pinar del Río muestran niveles de estrés moderado. La incidencia del estrés severo fue común en estudiantes de años terminales, del sexo femenino y de procedencia urbana. La verbalización de la situación estresante fue la estrategia de afrontamiento más empleada para afrontar el estrés.

Palabras clave: Estrés; Estrés Académico; Estudiantes; Técnicas de Afrontamiento

ABSTRACT

Introduction: stress is a process by which a stimulus is perceived as threatening, generating psychosomatic and behavioral responses considered normal to a certain extent.

Objective: to characterize academic stress and coping techniques in medical students in Pinar del Río.

Methods: observational, descriptive and transversal study in medical students of the University of Medical Sciences of Pinar del Río between July and August 2022. One hundred and fifty students participated. The information was processed with the use of absolute and relative percentage frequencies.

Results: second year students (36,7 %), female (69,3 %), urban (87,3 %), with moderate stress level (60,7 %) predominated. 70,4 % of the second year students were moderately stressed and 50 % of the 6th year students were severely stressed. Those of urban origin had a higher incidence of severe stress (37.4 %). The male sex showed higher levels of moderate and mild stress (76,1 and 6,5 %), the female sex showed

higher levels of severe stress (45,19 %). Verbalization was the most used coping technique (24 % always use it). Religion was the least used (45,3 % never used).

Conclusions: medical students in Pinar del Río show moderate stress levels. The incidence of severe stress was common in students of terminal years, of female sex and urban origin. Verbalization of the stressful situation was the most used coping strategy to deal with stress.

Keywords: Stress; Academic Stress; Students; Coping Techniques

INTRODUCCIÓN

El estrés es un proceso fisiológico mediante el cual un individuo percibe un suceso o estímulo como amenazante, lo que genera respuestas físicas, emocionales y conductuales que pueden ser consideradas normales.⁽¹⁾

Sin embargo, si el evento estresante se interpreta como una situación sobre la cual no se tiene control y se prolonga en el tiempo, evoluciona hacia una forma crónica caracterizada por mecanismos adaptativos que al permanecer activados durante mucho tiempo actúa contra los diferentes sistemas orgánicos conduciendo a mayor vulnerabilidad, incremento en la incidencia de enfermedades infecciosas, desarrollo o progresión de procesos inflamatorios localizados o sistémicos, presentación de enfermedades cardiovasculares, autoinmunes, trastornos psicológicos, entre otros.^(1,2)

Todas las personas, independientemente de su raza, sexo, edad o profesión pueden experimentar estrés, e incluso llegar a extremos en que este se considera patológico, puesto que diariamente el individuo está expuesto a factores estresantes, que influyen individualmente o sobre un colectivo con características similares, y el ámbito educativo no es ajeno a este fenómeno.⁽³⁾

El estrés asociado al ambiente educacional o estrés académico se define como aquellos estímulos o factores del ámbito educativo (autonomía, eventos, problemas de adaptación, relaciones interpersonales profesor-estudiante, estudiante-estudiante, entre otros) que presionan o sobrecargan al educando e influyen sobre su rendimiento; lo que constituye actualmente un problema de alcance mundial con tendencia al ascenso.^(4,5)

En el ámbito universitario, es incluso más marcado que en el resto de las enseñanzas por las exigencias propias del mismo, por las características de los universitarios, en su mayoría adultos jóvenes en etapa de transición y algunos con responsabilidades ajeas al medio, sumado al alto nivel de exigencia que establecen en la formación profesional.⁽⁵⁾

Según estudios precedentes, uno de cada cuatro individuos sufre de algún problema grave relacionado al estrés mantenido; en las ciudades se estima que un 50 % de la población tiene algún problema de salud mental producto del estrés.⁽⁵⁾

Las Ciencias Médicas de forma general y la carrera de medicina de forma particular, es uno de los campos de la educación más estresantes. EL tiempo que dura la formación profesional constituye un período de muchas tensiones para los estudiantes alrededor del mundo, pues, las altas demandas académicas, el amplio perfil profesional, los exámenes periódicos y el temor a fallar, son fuentes de estrés constantes para los estudiantes de la carrera.^(6,7)

Las universidades, sobre todo aquellas especializadas en el área de la salud, deben garantizar que sus estudiantes tengan conocimientos y habilidades adecuados para afrontar la vida profesional, sin embargo, varios aspectos del proceso de entrenamiento traen consigo consecuencias negativas para su salud emocional y física. Es por ello que el estudiante debe ser capaz de detectar cuando su actividad es

excesivamente estresante, así como crear estrategias para el correcto afrontamiento del estrés, para lo cual es necesario conocer las características propias de la población con la que se pretende trabajar. Por ello el objetivo de la presente investigación fue caracterizar el estrés académico y las técnicas para su afrontamiento en estudiantes de medicina de Pinar del Río.

MÉTODO

Se realizó un estudio observacional, descriptivo, de corte transversal en estudiantes de Medicina de la Universidad de Ciencias Médicas (UCM) de Pinar del Río entre julio y agosto de 2022. El universo estuvo constituido por 180 estudiantes de Medicina que respondieron la encuesta virtual, entre los cuales se seleccionó una muestra de 150 mediante muestreo aleatorio simple.

Se incluyeron en el estudio a los estudiantes que estuvieron de acuerdo con participar en la investigación, que respondieron todas las preguntas de la encuesta y pertenecían a la UCM de Pinar del Río. Fueron excluidos aquellos que pertenecían a otros centros universitarios y aquellos que no respondieron algún acápite de la encuesta.

Para la obtención de información se implementó el Inventario Sistemático Cognoscitivista (SISCO) de estrés académico(8), examen de tipo individual constituido por 29 ítems distribuidos de la siguiente manera:

- Un ítem de filtro dicotómico que evalúa si el encuestado es candidato o no a contestar el inventario.
- Un ítem en un escalamiento tipo LiKert de 5 valores numéricos (1-5 donde 1 es poco y 5 mucho) que permite identificar el nivel de intensidad del estrés académico.
- 8 ítems que en un escalamiento tipo LiKert de 5 valores categoriales (nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre, siempre) permiten identificar la frecuencia en que las demandas del entorno son valoradas como estímulos estresores.
- 15 ítems que en un escalamiento tipo LiKert de 5 valores categoriales (nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre, siempre) permiten identificar la frecuencia con que se presentan los síntomas o reacciones al estímulo estresor.
- 6 ítems que, en un escalamiento tipo LiKert de 5 valores categoriales (nunca rara vez algunas casi siempre y siempre) permiten identificar la frecuencia de uso de las estrategias de afrontamientos.

Esta encuesta fue aplicada utilizando los Formularios de Google, la cual fue difundida a través de la plataforma WhatsApp en el mes de julio de 2022.

Se analizaron las variables: sexo (femenino y masculino), procedencia (urbana, rural), nivel de estrés, técnicas de afrontamiento, frecuencia de empleo de las técnicas de afrontamiento y año académico (1ro, 2do, 3ro, 3to, 5to, 6to).

Para determinar el nivel de estrés de los estudiantes, teniendo en cuenta que cada respuesta se corresponde con un valor numérico (1 - nunca, 2 - rara vez, 3 - algunas veces, 4 - casi siempre, 5 - siempre), se realiza una sumatoria de los valores de cada estudiante, obteniéndose un puntaje total interpretado de la siguiente forma:

- Estrés leve: puntaje entre 5 y 51
- Estrés Moderado: puntaje entre 52 y 102
- Estrés severo: puntaje entre 103 y 150

Para el procesamiento estadístico se confeccionó una base de datos. Se emplearon estadígrafos descriptivos mediante la distribución de frecuencias absolutas y relativas porcentuales.

La investigación fue aprobada por el Comité de Ética y Consejo Científico de la Institución. La presente investigación se realizó siguiendo los principios de la ética médica para el desarrollo de las investigaciones en salud, manteniendo en cada etapa de trabajo el apego a las normas científicas internacionales.

RESULTADOS

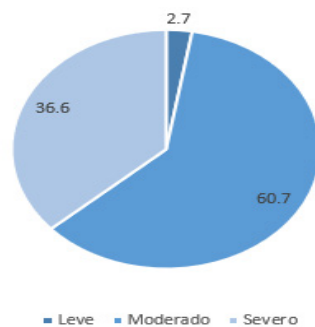
Los estudiantes encuestados tenían edades comprendidas entre 18 y 31 años con una media de 21,01 + 4 años. Existió un predominio de estudiantes de 2do año de medicina (36,7 %). El 69,3 % de los encuestados fueron del sexo femenino y el 87,3 % de procedencia urbana (tabla 1).

Tabla 1. Distribución según características sociodemográficas de los estudiantes de la Universidad de Ciencias Médicas de Pinar del Río encuestados

Características Generales		No.	%
Año académico	1ro	27	18
	2do	55	36,7
	3ro	23	15,3
	4to	12	8
	5to	27	18
	6to	6	4
Sexo	Femenino	104	69,3
	Masculino	46	30,7
Procedencia	Urbana	131	87,3
	Rural	19	12,7

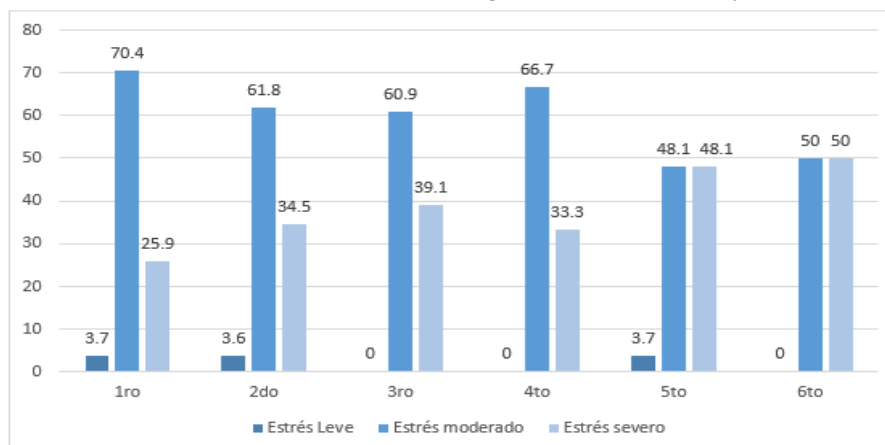
El 60,7 % de los estudiantes presentaban un nivel de estrés moderado (figura 1).

Figura 1. Distribución de los estudiantes según nivel de estrés



En todos los años académicos predominan los estudiantes con estrés moderado, destacándose el 2do año con un 70,4 %. Los estudiantes de 6to año mostraron el mayor porcentaje de estrés severo (50 %) (figura 2)

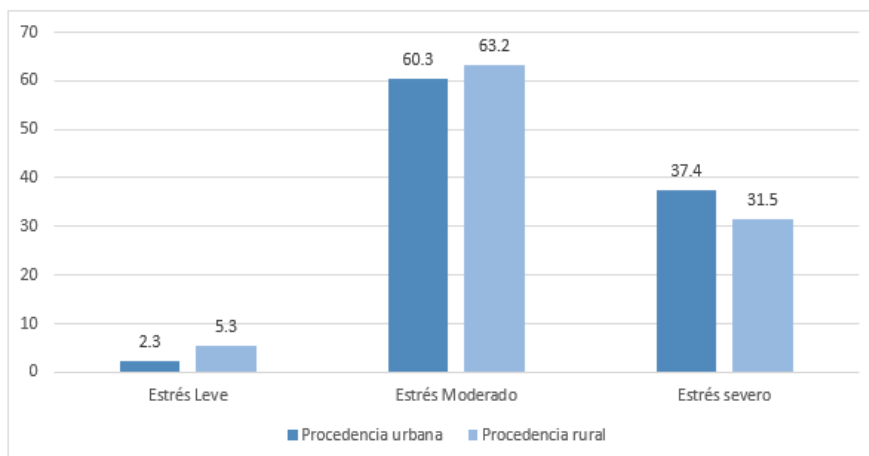
Figura 2. Distribución de los estudiantes según nivel de estrés y año académico



Nota: % calculado en base al total por año

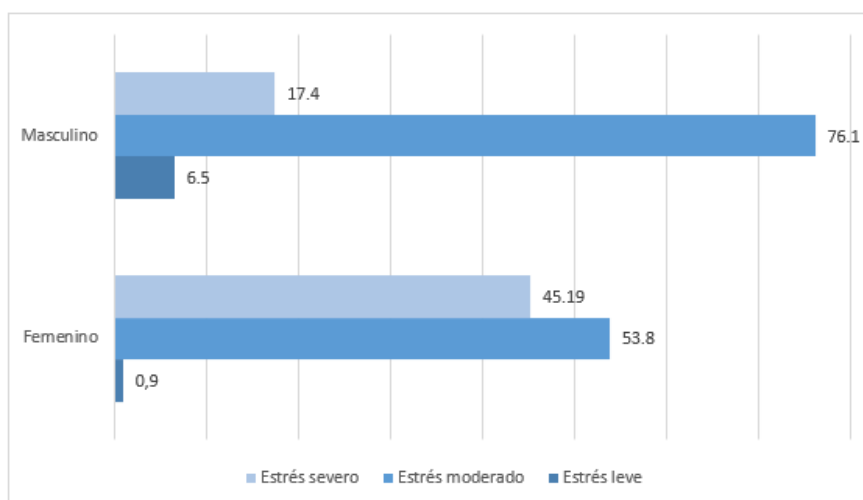
Los estudiantes de procedencia urbana presentaron un mayor porcentaje de estrés severo (37,4 %), mientras que, los de procedencia rural, presentaron el mayor porcentaje de estrés leve (5,3 %). (Figura 3)

Figura 3. Distribución de los estudiantes según procedencia y nivel de estrés



El sexo masculino mostró mayores niveles de estrés moderado y leve (76,1 y 6,5 % respectivamente), mientras que el sexo femenino mostró los niveles más elevados de estrés severo (45,19 %) (figura 4).

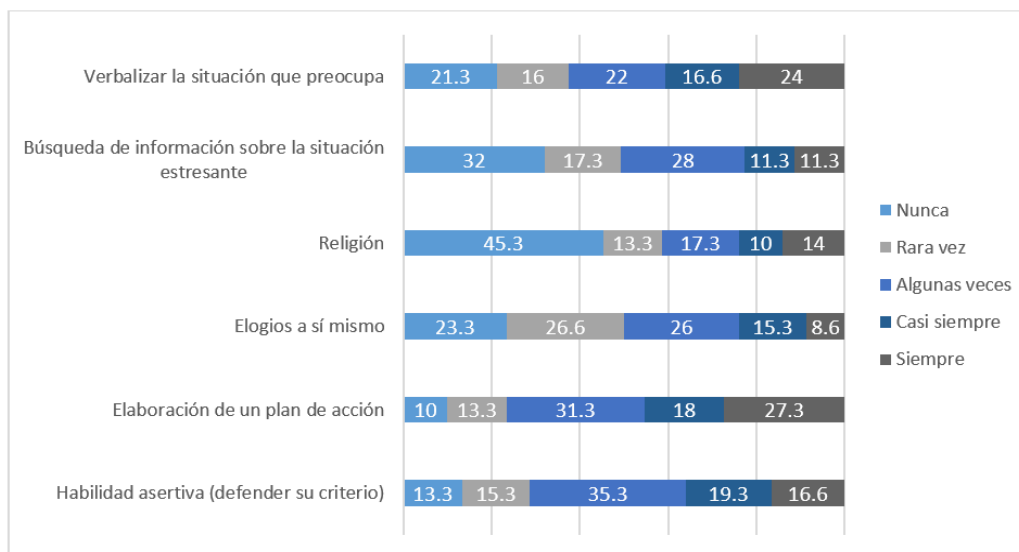
Figura 4. Distribución de los estudiantes según nivel de estrés y sexo



Respecto a las técnicas de afrontamiento, la verbalización fue la más empleada con un 24 % de los estudiantes que siempre la emplean. La religión (rezar, ir a misa) fue la menos frecuentemente empleada con un 45,3 % de estudiantes que refieren nunca emplearla (figura 5).

DISCUSIÓN

La formación académica de un médico está determinada por la necesidad de forjar estudiantes con valores, conocimientos, actitudes y destrezas; esto provoca que el estudiante se esfuerce por cumplir con la demanda que, como resultado final desencadena un amplio panorama de afectaciones físicas, psíquicas y conductuales estrechamente relacionadas con los mecanismos del estrés.⁽⁹⁾

Figura 5. Distribución de los estudiantes según técnicas de afrontamiento y frecuencia de empleo

Este proceso de estrés crónico no se comporta igual en todas las personas. Si bien es cierto que todos están expuestos a situaciones estresantes, la intensidad de respuesta y el propio tipo de respuesta ante diversos estresores será diferente en cada individuo dependiendo de factores como personalidad individual, capacidad y estrategias de afrontamiento y apoyo del grupo social en que se desenvuelve el sujeto, al tener en cuenta al hombre como un ser biopsicosocial que se desarrolla en sociedad.

Múltiples estudios^(10,11) concuerdan en que los estudiantes de medicina muestran niveles superiores de estrés respecto a otras carreras universitarias. García-Araiza y col.⁽⁹⁾ en un estudio centrado en estudiantes de medicina de Quintana Roo, y Silva-Ramos y col.⁽¹²⁾ en México, demostraron un predominio de estudiantes del sexo femenino (58 % y 59,6 % respectivamente) lo que concuerda con lo planteado en la presente investigación, mientras que contrasta con los resultados obtenidos por Palacios-Garay y col.⁽¹³⁾ en Perú quien reportó un 51,7 % de población del sexo masculino.

Al hablar de estrés la variable sexo toma connotaciones particulares de gran interés, pues es bien sabido que, entre hombres y mujeres, existen diferencias afectivo-conductuales condicionadas por factores fisiológico y químicos que, varios estudios plantean, pueden constituir factores protectores o vulnerantes ante el estrés. Así, autores como Conchado-Martínez y col.⁽¹⁴⁾ en Ecuador y Vergara Llinas y col.⁽¹⁵⁾ en Colombia demostraron una mayor incidencia de estrés severo entre las féminas (30,6 % y 7,6 % respectivamente) mientras que las mayores cifras de estrés leve se encontraba entre los individuos del sexo masculino (11,1 % y 29,8 % respectivamente) lo que concuerda con lo planteado en la presente investigación.

Por lo que se podría inferir que, ser mujer constituye un factor de riesgo para presentar estrés y a su vez niveles profundos de este, lo que varios estudios plantean está relacionado con factores hormonales en constante variación que inducen cambios emocionales en la mujer y por ende aumenta en ellas la tendencia al estrés; sin embargo, aunque parece una afirmación lógica esto requiere de estudios específicos sobre el tema con mayor profundidad.^(14,15)

Otras variantes a tener en cuenta serían la relación entre las variables edad y año académico con el nivel de estrés de los estudiantes. En este aspecto cabe destacar algunas especificidades, los primeros años de la carrera corresponde al ciclo de ciencias básicas donde el estudiante recibe la base para comprender los procesos patológicos que se enseñan en las asignaturas de corte clínico, sin embargo, el grado de responsabilidad es menor, se presenta un estudiante más joven con actitud más optimista y expectante, que todavía no asume los desafíos que la vida universitaria y la autonomía representan, lo que puede influir de forma positiva en el nivel de estrés y su afrontamiento, sin embargo, a su vez,

el cambio hacia una enseñanza completamente nueva y diferente a las anteriores constituye un choque emocional que a menudo no es bien manejado por algunos individuos lo que resulta un factor estresante en sí. Por otra parte, los estudiantes de ciclo clínico que se desenvuelven en un ambiente asistencial, con responsabilidades para con el paciente tienen una carga moral más elevada lo que sumado a las exigencias propias de la carrera, la incertidumbre ante el futuro y la competencia entre compañeros de estudio constituyen factores agravantes del estrés, por lo que es común encontrar mayor incidencia de estrés severo en este grupo, como plantea la presente investigación y tras como las realizadas por Vergara Llinas y col.⁽¹⁵⁾ y Sandoval y col.⁽¹⁶⁾ quienes mostraron un predominio de estudiantes de ciencias básicas (24,36 y 48,6 % respectivamente) donde los estudiantes de cursos superior mostraban mayores niveles de estrés profundo. Sin embargo, Palacios-Garay y col.⁽¹³⁾ entra en desacuerdo con estos resultados mostrando que el 49,38 % de su población mayor de 24 años y cursos superiores mostraban estrés leve y no existieron individuos con nivel de estrés profundo en esos años.

La procedencia urbana (no becado) o rural (becado) puede o no influir sobre el nivel de estrés dependiendo de la correlación con otros factores. Vergara Llinas y col.⁽¹⁵⁾ reportan un predominio de participantes de procedencia urbana (81,5 %) los que a su vez presentaron los valores más elevados de estrés profundo (69,2 %) concordando con los resultados obtenidos en el presente estudio. Sin embargo, en ambos estudios la población de procedencia rural fue significativamente menor por lo que para un resultado más exacto se deberían realizar estudios con poblaciones similares.

De forma general varios autores^(12,13,15) plantean predominio de estudiantes con estrés moderado, lo que concuerda con el presente estudio, mientras que, contrariamente, Conchado-Martínez y col.⁽¹⁴⁾ reportaron predominio de estudiantes con estrés severo (45,83 %) y Sandoval y col.⁽¹⁶⁾ destacaron predominio de estudiantes sin estrés (76,1 %) y dentro de los que sí presentaban estrés predominaron aquellos con estrés leve (45,58 %). Estas diferencias pueden estar condicionadas a varios factores como, diferencias en el enfoque de la investigación, diferencias culturales entre las poblaciones, el semestre o año cursado e incluso las diferencias entre los programas de estudios entre las diversas regiones.

Si bien es importante saber reconocer la presencia de estrés, las vías o técnicas que se emplean para su manejo resultan vitales. En este aspecto, ninguno de los autores analizados ^(15,17,18) concuerdan en cuanto a cuál es la estrategia más empleada por sus estudiantes y a su vez entran en desacuerdo con la presente investigación. Esto sería lógico puesto que, al igual que no todos responden igual ante un estímulo estresor, las estrategias para afrontar el estrés van a variar de un individuo a otro de acuerdo con su personalidad, capacidades, entre otras.

La autora considera que lo más importante sería fomentar estrategias de manejo del estrés entre los estudiantes y que cada uno adopte la más efectiva y la que se ajuste mejor a sus necesidades. Para ello, se hacen necesarias las consejerías académicas, el trabajo de los departamentos de psicología y la realización de intervenciones educativas en los estudiantes sobre este tema.

CONCLUSIONES

Los estudiantes de medicina de Pinar del Río muestran niveles de estrés moderado que se hace más severo en años terminales. El sexo femenino y la procedencia urbana influyeron en el nivel de estrés presentado por los estudiantes. La verbalización de la situación estresante constituyó la estrategia de afrontamiento preferida para el manejo del estrés entre los estudiantes.

CONFLICTO DE INTERESES

La autora declara que no existe conflicto de intereses.

CONTRIBUCIÓN DE AUTORÍA

ASC: Concepción, investigación, administración del proyecto, redacción - borrador inicial, redacción - revisión y edición.

FINANCIACIÓN

La autora no recibió financiación para el desarrollo del presente artículo

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Lemos M, Henao-Pérez M, López-Medina DC. Estrés y Salud Mental en Estudiantes de Medicina: Relación con Afrontamiento y Actividades Extracurriculares. Arch Med [Internet]. 2018 [citado 04/08/2022]; 14(2):93-98. Disponible en: https://www.researchgate.net/publication/326273884_estres-y-salud-mental-en-estudiantes-de-medicina-relacion-con-afrontamiento-y-actividades-extracurriculares
2. López Posadas JR, Salazar Mendoza J, Castellanos Contreras E, González Angulo P, Onofre Santiago MA, Conzatti Hernández ME, Aquino Castellanos R, Enríquez Hernández CB. Estrés académico en universitarios de enfermería, estudio de corte longitudinal en tiempos de covid-19. Cien Lat Rev Mult [Internet] 2021 [citado 04/08/2022]; 5(6):1-17. Disponible en: https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v5i6.1155 p11111
3. Otero-Marrugo G, Carriazo-Sampayo G, Támara-Oliver S, Lacayo-Lepesqueur MK, Torres-Barríos G, Pájaro-Castro N. Nivel de estrés académico por evaluación oral y escrita en estudiantes de Medicina de una universidad del Departamento de Sucre. CES Med. [Internet]. 2020 [citado 04/08/2022]; 34(1):40-52. Disponible en: <https://doi.org/10.21615/cesmedicina.34.1.4>
4. Álvarez-Silva LA, Gallegos-Luna RM, Herrera-López PS. Estrés académico en estudiantes de tecnología superior. Universitas-XXI, Rev Cien SocHum [Internet]. 2018 [citado 04/08/2022]; 2018(28):193-209. Disponible en: http://scielo.senescyt.gob.ec/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1390-86342018000100193&lng=es&tlng=es.
5. Ramos Ticla F, Barbachan Ruales EA, Pacovilca Alejo GS, Leguia Carrasco ZJ. Estrés académico y formación profesional. Conrado [Internet] 2020 [citado 04/08/2022]; 16(77):93-98. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1990-86442020000600093&lng=es&tlng=es
6. Cobiellas Carballo LI, Anazco Hernández A, Góngora Gómez O. Estrés académico y depresión mental en estudiantes de primer año de medicina. Educ Med Super [Internet]. 2020 [citado 04/08/2022]; 34(2):e2125. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21412020000200015&lng=es
7. Zárate-Depraect NE, Soto-Decuir MG, Martínez-Aguirre EG, Castro-Castro ML, García-Jau RA, López-Leyva NM. Hábitos de estudio y estrés en estudiantes del área de la salud. FEM (Ed. impresa) [Internet]. 2018 [citado 04/08/2022]; 21(3):153-157. Disponible en: <https://dx.doi.org/10.33588/fem.213.948>.
8. Barraza A. Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico. Rev Elect Psicol Iztac [Internet]. 2006 [citado 04/08/2022]; 9(3):110-129. Disponible en: <https://www.psicologiacientifica.com/estres-academico-modelo-conceptual>
9. García-Araiza HJ, Hernández-Chávez L, Och-Castillo JM, Cocom-Rivera SG, Travesi-Raygoza AG. Estrés universitario en estudiantes de medicina de la Universidad de Quintana Roo. Rev Sal QuintR [Internet]. 2019 [citado 04/08/2022]; 12(41):13-17. Disponible en: <https://www.medigraphic.com/pdfs/salquintanaroo/sqr-2019/sqr1941c.pdf>
10. De La Rosa-Rojas G, Chang-Grozo S, Delgado-Flores L, Oliveros-Lijap L, Murillo-Pérez D, Ortiz-Lozada R et al. Niveles de estrés y formas de afrontamiento en estudiantes de medicina en comparación con estudiantes de otras escuelas. Gac Med Mex [Internet]. 2015 [citado 04/08/2022]; 151(4):443-449. Disponible en: <https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=60915>
11. Díaz-Martín Y. Estrés académico y afrontamiento en estudiantes de Medicina. Rev Hum Med [Internet]. 2010 [citado 04/08/2022]; 10(1):[aprox. 10 pp]. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1727-81202010000100007

12. Silva-Ramos MF, López-Cocotle JJ, Meza-Zamora MEC. Estrés académico en estudiantes universitarios. Invest Cien [Internet]. 2020 [citado 04/08/2022]; 28(79):75-83. Disponible en: <https://www.redalyc.org/jatsRepo/674/67462875008/html/index.html>
13. Palacios-Garay JP, Yangali Vicente JS, Córdova García U. Condiciones personales asociadas al estrés académico en estudiantes universitarios. Rev Varela [Internet]. 2020 [citado 04/08/2022]; 20(57):350-365. Disponible en: <http://revistavarela.uclv.edu.cu/index.php/rv/article/view/7/140>
14. Conchado Martínez JH, Álvarez Ochoa RV, Cordero Cordero G, Gutiérrez Ortega FH, Terán Palacios F. Estrés académico y resultados docentes en estudiantes de medicina. Rev Ciencias Médicas [Internet]. 2019 [citado 04/08/2022]; 23(2):302-309. Disponible en: <http://revcmpinar.sld.cu/index.php/publicaciones/article/view/3822>
15. Vergara Llinas MC, Andraus de León J, Guzmán Badrán J, Sierra Murgas JM. Prevalencia del estrés académico en estudiantes de Medicina de primero a quinto semestre de la Universidad del Norte a lo largo del 2018. [Tesis]. [Colombia]: Universidad del Norte; 2018. 58p. Disponible en: <https://manglar.uninorte.edu.co/handle/10584/9098>
16. Sandoval KD, Morote-Jayacc PV, Moreno-Molina M, Taype-Rondan A. Depresión, estrés y ansiedad en estudiantes de Medicina humana de Ayacucho (Perú) en el contexto de la pandemia por COVID-19. Rev Colomb Psiq [Internet] 2021 [citado 04/08/2022]; 30(20):1-8. Disponible en: <https://doi.org/10.1016/j.rcp.2021.10.005>.
17. Rodríguez I, Fonseca GM, Aramburú G. Estrés Académico en Alumnos Ingresantes a la Carrera de Odontología en la Universidad Nacional de Córdoba, Argentina. Int. J. Odontostomat. [Internet]. 2020 [citado 04/08/2022]; 14(4):639-647. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-381X2020000400639>
18. Restrepo JE, Sánchez O, Castañeda Quirama T. Estrés académico en estudiantes universitarios. Rev Psicoesp [Internet] 2020 [citado 04/08/2022]; 14(24):23-47. Disponible en: https://www.researchgate.net/publication/341741548_Estres_academico_en_estudiantes_universitarios