Polo del Conocimiento

Pol. Con. (Edición núm. 91) Vol. 9, No 2
Febrero 2024, pp. 2527-2544
ISSN: 2550 - 682X
DOI: 10.23857/pc.v9i2.6765

CC BY NC SA

Estrés Psicológico en los Adolescentes Universitarios

Psychological Stress in University Adolescents

Estresse psicológico em adolescentes universitários

Andrés Felipe Jiménez Espín [I]
andresjimenez@gmail.com
https://orcid.org/0000-0003-1414-6441

Luis Alfredo Jiménez [IV]
luidjimenez@gmail.com
https://orcid.org/0000-0002-1889-6584

Juan Pablo Jiménez Espín [II]
juanjimenez@gmail.com
https://orcid.org/0000-0002-1889-6584

Erika Paulina Flores Moreira [III]
erikaflores@gmail.com
https://orcid.org/0000-0003-3146-8733

Alexandra Jiménez Espín [V]
alexandrajimenez@gmail.com
https://orcid.org/0009-0001-8343-4650

Correspondencia: Andy140689@gmail.com

Ciencias de la Salud
Artículo de Investigación

*** Recibido:** 05 de enero de 2024 ***Aceptado:** 22 de enero de 2024 *** Publicado:** 25 de febrero de 2024

I. Escuela Superior de Policía “Gral. Alberto Enríquez Gallo”, Quito, Ecuador.
II. Universidad de las Fuerzas Armadas – ESPE, Ecuador.
III. Escuela Superior de Policía “Gral. Alberto Enríquez Gallo”, Quito, Ecuador.
IV. Universidad de las Fuerzas Armadas – ESPE, Ecuador.
V. Escuela Superior de Policía “Gral. Alberto Enríquez Gallo”, Quito, Ecuador.

Resumen

Objetivo. Analizar los diseños epidemiológicos más utilizados en el estudio de la relación entre estrés psicológico en los adolescentes universitarios

Metodología. Búsqueda bibliográfica con criterios de inclusión y exclusión específicos, Creative Commons, Portal de revistas, Redalyc y revistas electrónicas de diversas disciplinas siguiendo las recomendaciones del estándar PRISMA. Se extrajeron 8170 artículos de los cuales fueron seleccionados 16 para la revisión.

Resultados. Más del 90% de los estudios confirmaron la relación entre estrés psicológico en los adolescentes universitarios, determinando que los niveles de estrés mantenidos aumentan el riesgo de aparición de sintomatología en los adolescentes. Del total de estudios, más del 70% fueron de diseño transversal y 25% fuero de tipo descriptivo y el 5% no experimental. La población más vulnerable fue la femenina, especialmente en las profesoras y estudiantes con porcentaje de 33%, mientras el 15% era equitativo.

Discusión. En la mayoría de los estudios establecen una asociación unidireccional entre el estrés psicológico en los adolescentes universitarios, en el carácter experimenta se observo diferentes niveles de estrés, en donde se detectó depresión y ansiedad, al analizar las estrategias de afrontamiento y estrés académico, los resultados destacaron el dominio de las estrategias emocionales orientadas a la emoción en el grupo de estudiantes.

Conclusión: Los estudios sobre estrés psicológico en los adolescentes universitarios tienen diseños y resultados heterogéneos. Los hallazgos resaltaron múltiples estresores psicosociales y partes del cuerpo afectado, siendo escasos los consensos en diagnósticos e instrumentos de medida. Aunque aparece una asociación entre estrés psicológico en los adolescentes universitarios, no se vislumbran relaciones causales claras. Dado el elevado coste de estos problemas, se considera necesario realizar más estudios con diseños y metodologías rigurosas.

Palabras Clave: Estrés Psicológico; Adolescentes Universitarios.

Abstract

Aim. Analyze the epidemiological designs most used in the study of the relationship between psychological stress in university adolescents.

Methodology. Bibliographic search with specific inclusion and exclusion criteria, Creative Commons, Journal Portal, Redalyc and electronic journals from various disciplines following the

recommendations of the PRISMA standard. 8170 articles were extracted, of which 16 were selected for the review.

Results. More than 90% of the studies confirmed the relationship between psychological stress in university adolescents, determining that sustained stress levels increase the risk of the appearance of symptoms in adolescents. Of the total number of studies, more than 70% were cross-sectional in design and 25% were descriptive and 5% were non-experimental. The most vulnerable population was female, especially teachers and students with a percentage of 33%, while 15% was equal.

Discussion. In most studies, they establish a unidirectional association between psychological stress in university adolescents, in the experimental character different levels of stress were observed, where depression and anxiety were detected, when analyzing coping strategies and academic stress, the results They highlighted the mastery of emotional strategies oriented to emotion in the group of students.

Conclusion: Studies on psychological stress in university adolescents have heterogeneous designs and results. The findings highlighted multiple psychosocial stressors and affected body parts, with little consensus on diagnoses and measurement instruments. Although an association between psychological stress appears in university adolescents, no clear causal relationships are seen. Given the high cost of these problems, it is considered necessary to carry out more studies with rigorous designs and methodologies.

Keywords: Psychological Stress; University Teens.

Resumo

Mirar. Analisar os desenhos epidemiológicos mais utilizados no estudo da relação entre estresse psicológico em adolescentes universitários.

Metodologia. Pesquisa bibliográfica com critérios específicos de inclusão e exclusão, Creative Commons, Journal Portal, Redalyc e periódicos eletrônicos de diversas disciplinas seguindo as recomendações do padrão PRISMA. Foram extraídos 8.170 artigos, dos quais 16 foram selecionados para a revisão.

Resultados. Mais de 90% dos estudos confirmaram a relação entre estresse psicológico em adolescentes universitários, determinando que níveis sustentados de estresse aumentam o risco de aparecimento de sintomas em adolescentes. Do número total de estudos, mais de 70% eram de

desenho transversal e 25% eram descritivos e 5% não eram experimentais. A população mais vulnerável era do sexo feminino, especialmente professores e estudantes com uma percentagem de 33%, enquanto 15% era igual.

Discussão. Na maioria dos estudos estabelecem uma associação unidirecional entre estresse psicológico em adolescentes universitários, no caráter experimental foram observados diferentes níveis de estresse, onde foram detectadas depressão e ansiedade, ao analisar estratégias de enfrentamento e estresse acadêmico, os resultados destacaram o domínio do emocional estratégias orientadas para a emoção no grupo de alunos.

Conclusão: Os estudos sobre estresse psicológico em adolescentes universitários apresentam desenhos e resultados heterogêneos. As descobertas destacaram múltiplos estressores psicossociais e partes do corpo afetadas, com pouco consenso sobre diagnósticos e instrumentos de medição. Embora apareça uma associação entre estresse psicológico em adolescentes universitários, não são observadas relações causais claras. Dado o alto custo destes problemas, considera-se necessária a realização de mais estudos com desenhos e metodologias rigorosos.

Palavras-chave: Estresse Psicológico; Adolescentes universitários.

Introducción

El estrés proviene de una situación o pensamiento de algo que lo haga sentir nervioso, frustrado o enojado, es la repuesta fisiológica que recibe el cuerpo al liberar estas hormonas ya que hacen que su cerebro este más alerta por lo que intervienen diversos mecanismos de defensa. La palabra de estrés proviene del inglés stress y en latín strictus.

Entre las capacidades psicológicas que tiene cada individuo son atribuidas a personas que se relaciona con las cualidades emocionales, caracteres físicos y el comportamiento, en donde le permite crear su autoestima y su autoimagen, ya que en la adolescencia las habilidades sociales ayudan a tener un mejor proceso de adaptación en las personas. **Morales (2021).**

Los jóvenes suelen ingresar a la universidad con la esperanza de obtener puestos profesionales y reconocimiento social, lo que garantiza la estabilidad económica; sin embargo, muchos no cuentan con los recursos psicológicos, económicos y familiares para afrontar adecuadamente los eventos estresantes y las dificultades del proceso de aprendizaje.

Estos acontecimientos restauran el estrés ya que si sabemos los niveles de estrés depende de cómo estaría los estudiantes, aunque existe niveles bajos de estrés lo cual se les puede movilizar

constructivamente a los estudiantes, en los niveles altos de estrés es al surgimiento de las emociones, conductuales cognitivas que puede afectar a la salud y a su proceso formativo. **Pérez (2021).**

A esto se le puede diferenciar como el síndrome de burnout académico que nos relaciona con la salud mental de los estudiantes ya que asocia la depresión y la ansiedad esto se da debido a la tensión y agotamiento emocional que tiene por los deberes, las materias y los profesores.

Las investigaciones anteriores han demostrado que los estudiantes universitarios tienen diferentes respuestas al estrés académico, como incomodidad y angustia emocional o experiencias de bienestar y compromiso cuando se enfrentan a eventos estresantes, lo que a su vez puede contribuir a la satisfacción y la salud de los estudiantes. **Trunce (2020).**

Analizar la evidencia científica sobre estrés psicológico en los adolescentes universitarios puede ayudar a esclarecer mediadores psicosociales de interés e instituciones más vulnerables sobre las que actuar. En este sentido se planteó la presente revisión, cuyo objetivo fue analizar los diseños epidemiológicos más utilizados en el estudio de la relación entre estrés psicológicos y la problemática en los adolescentes universitarios. **Cabanach (2018).**

METODOLOGÍA

Revisión sistemática de la literatura científica sobre los objetivos de estudio con metodología que asegure un proceso de recuperación pertinente y preciso tal y como sugieren las recomendaciones del estándar de PRISMA.

Criterios de inclusión (CI):

- CI-1. Fecha de publicación entre 2018 y 2023
- CI-2. Estudios de revistas indexadas en Redalyc.
- CI-3. Trabajos de investigación primaria en español realizados en adultos humanos, con muestras mayores de 30 personas, estudios cuantitativos y que analizaron en la relación de las dos variables de interés: estrés psicológico y adolescentes universitarios.

· CI-4. Estudios cuyos instrumentos de análisis de las variables estrés psicológico y adolescentes universitarios tuvieran una validación interna demostrable en al menos una de ellas.

Criterios de exclusión (CE).

Debido a la alta complejidad y heterogeneidad de algunos factores asociados al estrés psicológico y los adolescentes universitarios, se excluyeron:

- Estudios centrados en patologías de salud mental como la depresión, fibromialgia y estrés postraumático.
- Estudiantes universitarios con una edad superior a 20 años de edad.

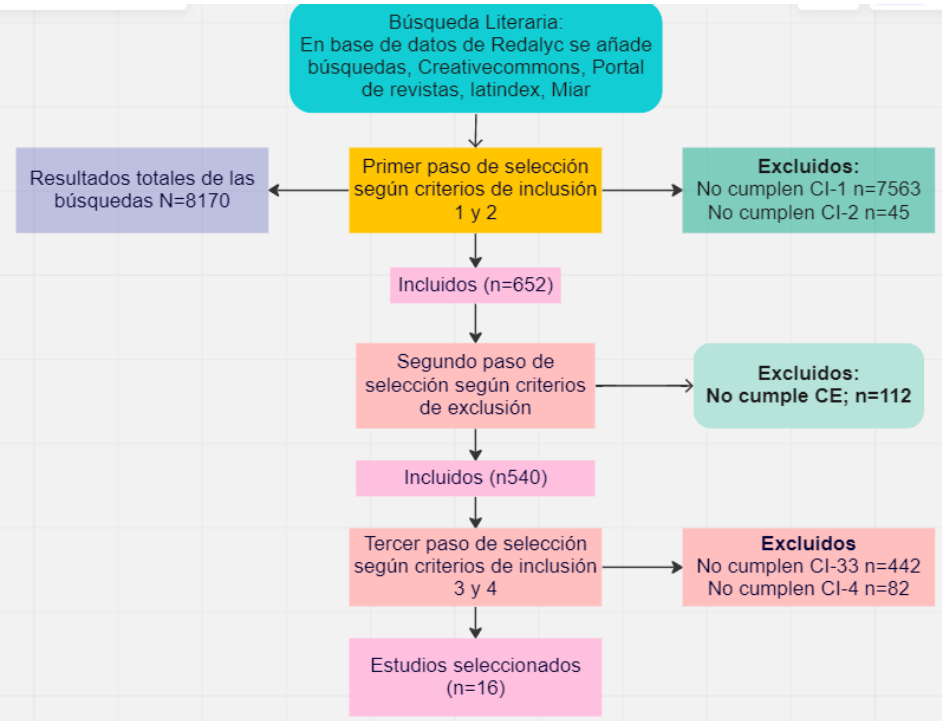
Búsqueda bibliográfica.

Las palabras clave y descriptores para generar la búsqueda bibliográfica, en castellano e inglés, fueron:

- Dos raíces: “Estrés psicológico” y “adolescentes universitarios”
- Dos descriptores secundarios: “deserción escolar” y “repeticiones”.
- Varios marginales específicos: “Ansiedad”, “depresión” y “Emociones”

Las fuentes o bases de datos de las cuales se ha obtenido información están detalladas en la Figura 1.

Figura 1. Diagrama de flujo de la metodología de búsqueda según recomendaciones PRISMA



RESULTADOS

Se obtuvieron un total de 8170 artículos. Una vez aplicados los criterios de inclusión y exclusión, resultaron 16 artículos para la revisión: La metodología de búsqueda se describe en el diagrama de flujo (Figura 1) realizado según las recomendaciones del estándar PRISMA.

Selección y calidad de los estudios.

Para la selección de estudios, se exploraron título, resumen y palabras clave según los CI-3. Se descartaron aquellos de los que no se deducía en el resumen o *abstract* la relación entre estrés psicológico y adolescentes universitarios.

En la lectura completa de los artículos seleccionados como potencialmente relevantes y una vez aplicados los criterios de exclusión, la valoración de la calidad de los estudios se realizó según los criterios para estudios de salud y psicología de la salud, propuestos por Bowling y Perestelo-Pérez. **González (2015).**

Tabla I. Descripción general de los artículos incluidos la revisión.

Autor	País	Muestra (n)	Diseño	Analisis		
				Correlación	Regresión	Otros
María Dolores Palacios- Susana Torío-López- María Ángeles Murga-Menoyo	Ecuador	**1056**	Transversal	x		
Jorge Alejandro Salgado Roa y Francisco José Leria Dulčić	Chile	**408**	no experimental	x		
David Lunaa, Sandra García-Reyesb, Erika Araceli Soria-Gonzálezb, Milton Avila-Rojasb, Víctor Ramírez-Molinab, Briceida GarcíaHernández, Fernando Meneses-Gonzáleza	México	**203**	transversal	x		

Pol. Con. (Edición núm. 91) Vol. 9, No 2, Febrero 2024, pp. 2527-2544, ISSN: 2550 - 682X

Silvana Trinidad Trunce Moralesa,†, Gloria del Pilar Villarroel Quinchalefb,‡, Jenny Andrea Arntz Verac,§, Sonia Isabel Muñoz Muñozd,Δ, Karlis Mariela Werner Contrerase	Mexico	**186**	no experimental, descriptivo, transversal	x		
Santos Pazos, Diego Armando; Ponce Guerra, César Eduardo; Pazos Gálvez, Pamela Estefanía; Moya Silva, Tamara Jacqueline	Ecuador	**293**	Observacional, descriptivo, transveral			x
José Mauricio Parra-Sandoval, Diego Rodríguez-Álvarez, María Paz Rodríguez-Hopp, Víctor Díaz-Narváez.	Chile	**208**	transversal, Analitico	x		
Yolima Judith Llorente Pérez, Jorge Luis Herrera Herrera, Diana Yelipza Hernández Galvis, Maite Padilla Gómez,	Colombia	**248**	Descriptivo, Transversal	x		

Candelaria Isabel Padilla Choperena						
Katerine Maestre Juvinao, Lida Duarte Santos, Leidy Yanegas Montoya, Jonathan Harris Ricardo, Natalia Fortich Mesa, Doris Olier-Castillo	Colombia	**65**	Descriptivo, Transversal	x		
Blanca Elizabeth Pozos-Radillo, María de Lourdes Preciado-Serrano, Ana Rosa Plascencia-Campos, Martín Acosta-Fernández, María de los Ángeles Aguilera Velasco	Mexico	**873**	transversal		x	
Sonia Patricia Carreño-Moreno, Lorena Chaparro-Díaz, Cristian David Cifuentes-Tinjaca, Freddy Elías Perilla-Portilla, Erika Ximena Viancha-Patiño.	Colombia	**1621**	Observacional, transversal	x		
Carmen Caballero-Domínguez-Yuly Suarez-Colorado	Colombia	**820**	Transversal	x		

Ana Elizabeth Jaramillo Zambrano-Daniela Estefanía Montalvo Nieto	Ecuador	**176**	No experimental	x		
Ramón G. Cabanach-Ramón Fernández-Cervantes-Antonio Souto-Gesta	España	**504**	descriptivo - comparativo	x		
MARIANA PERÉZ-PÉREZ-HIGINIO FERNÁNDEZ-SÁNCHEZ-CLAUDIA BEATRIZ ENRÍQUEZ-HERNÁNDEZ	Mexico	**105**	Descriptivo	x		
Dionicio Morales-Ramírez-Verónica Martínez-Lara-Miguel Ángel Reyna-Castillo	Mexico	**150**	No experimental, transversal	x		
Silvia Ortiz León-Elvira Sandoval Bosch-Solymar Adame Rivas	Mexico	**44**	Transversal	x		

Tabla II. Evaluación critica de la literatura según criterios para estudios de los estudiantes.

Criterio	Si	No
1. Título es conciso y pertinente con los contenidos	11	3

Pol. Con. (Edición núm. 91) Vol. 9, No 2, Febrero 2024, pp. 2527-2544, ISSN: 2550 - 682X

0. Fundamentación teórica congruente con los objetivos y/o hipótesis de investigación.	16	0
0. Objetivos y/o hipótesis claramente formuladas.	12	4
0. Diseño adecuadamente descrito y metodología apropiada.	16	0
0. Variables descritas con claridad.	16	0
0. Instrumentos utilizados validados y con datos psicométricos de fiabilidad.	11	5
0. Selección y descripción de la muestra y criterios de inclusión/exclusión.	6	10
0. Los estudios presentan consideraciones éticas.	12	4
0. Análisis estadístico apropiado.	16	0
0. Resultados presentados de manera clara y precisa. Responden a los objetivos/hipótesis.	16	0
0. Se presentan y discuten posibles limitaciones del estudio.	4	12
0. Se discuten las implicaciones prácticas de los resultados.	16	0

Tablas III. Evaluación de la calidad de los estudios.

Autor	Criterios de evaluación de la literatura											
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
María Dolores Palacios- Susana Torío-López- María Ángeles Murga-Menoyo	x	x		x	x	x		x	x	x	x	x
Jorge Alejandro Salgado Roa y Francisco José Leria Dulčić	x	x	x	x	x			x	x	x		x
David Lunaa, Sandra García-Reyesb, Erika Araceli Soria-Gonzálezb, Milton Avila-Rojasb, Víctor Ramírez-Molinab,		x	x	x	x	x	x		x	x	x	x

Briceida GarcíaHernández, Fernando Meneses-Gonzáleza												
Silvana Trinidad Trunce Moralesa, Gloria del Pilar Villarroel Quinchalefb, Jenny Andrea Arntz Verac,§, Sonia Isabel Muñoz Muñozd, Karlis Mariela Werner Contrerase	x	x	x	x	x	x	x		x	x		x
Santos Pazos, Diego Armando; Ponce Guerra, César Eduardo; Pazos Gálvez, Pamela Estefanía; Moya Silva, Tamara Jacqueline	x	x	x	x	x	x		x	x	x		x
José Mauricio Parra-Sandoval, Diego Rodríguez-Álvarez, María Paz Rodríguez-Hopp, Víctor Díaz-Narváez.	x	x		x	x	x		x	x	x		x
Yolima Judith Llorente Pérez, Jorge Luis Herrera Herrera, Diana Yelipza Hernández Galvis, Maite Padilla Gómez, Candelaria Isabel Padilla Choperena		x	x	x	x	x			x	x	x	x
Katerine Maestre Juvinao, Lida Duarte Santos, Leidy Yanegas Montoya, Jonathan Harris Ricardo, Natalia Fortich Mesa, Doris Olier-Castillo	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
Blanca Elizabeth Pozos-Radillo, María de Lourdes Preciado-Serrano, Ana Rosa Plascencia-Campos, Martín Acosta-Fernández, María de los Ángeles Aguilera Velasco	x	x		x	x		x	x	x	x		x
Sonia Patricia Carreño-Moreno, Lorena Chaparro-Díaz, Cristian David Cifuentes-		x		x	x	x		x	x	x		x

Tinjaca, Freddy Elías Perilla-Portilla, Erika Ximena Viancha-Patiño.												
Carmen Caballero-Domínguez-Yuly Suarez-Colorado	x	x	x	x	x	x			x	x		x
Ana Elizabeth Jaramillo Zambrano-Daniela Estefanía Montalvo Nieto	x	x	x	x	x	x		x	x	x		x
Ramón G. Cabanach-Ramón Fernández-Cervantes-Antonio Souto-Gesta	x	x	x	x	x		x		x	x		x
MARIANA PERÉZ-PÉREZ-HIGINIO FERNÁNDEZ-SÁNCHEZ-CLAUDIA BEATRIZ ENRÍQUEZ-HERNÁNDEZ		x	x	x	x	x		x	x	x		x
Dionicio Morales-Ramírez-Verónica Martínez-Lara-Miguel Ángel Reyna-Castillo	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x		x
Silvia Ortiz León-Elvira Sandoval Bosch-Solymar Adame Rivas		x	x	x	x			x	x	x		x

Asociación entre el estrés psicológico en los adolescentes universitarios

Más del 80% de los estudios afirmaron la existencia de relación entre las variables estrés psicológico en los adolescentes universitarios. La inmensa mayoría describieron una asociación en la que estrés o estresores, ya sea en un momento puntual o mantenidos en el tiempo, aumentan el riesgo relativo del estrés de los estudiantes. **González (2015).**

Solo 5 artículos expresaron los resultados no mostraron correlación entre el estrés, la ansiedad y la depresión y el apoyo familiar, pero sí depresión leve, ansiedad y patología del estrés y niveles bajos a moderados. **González (2015).**

Más del 90% de los estudios que cumplían con los objetivos de la revisión que se centró en los problemas psicológicos de los estudiantes universitarios. De las actividades utilizadas para mejorar la salud mental, el 45% de los estudiantes reportó no realizar ninguna actividad y el 17% hizo ejercicio, seguido de meditación, carrera, lectura, …

Diseños de investigación más comunes e instrumentos más utilizados

Del total de los estudios encontrados, el 70% fueron tipo transversal mediante 25% fuero de tipo descriptivo y el 5% fueron de tipo no experimental (Tabla I).

De los 16 artículos revisados, 11 describieron validaciones psicométricas de todos los instrumentos de medición de las variables descritas en los objetivos de esta revisión (Tabla II).

Por otro lado, aproximadamente un 88% (16 estudios) estuvieron centrados en los estudiantes y profesores. En una proporción menor, estuvieron los familiares relacionados con el estrés y depresión familiar (12%) (Tabla II)

Por último, aproximadamente un 80% de las muestras analizadas fueron única o mayoritariamente de mujeres (33%), mientras que el 16% fueron predominantemente masculinas. Un 15% de las muestras tuvieron representaciones de género equitativas.

Los resultados mostraron que no hubo relación entre el estrés, la ansiedad y la depresión y el apoyo familiar, pero la depresión leve, la ansiedad y la comorbilidad del estrés, el apoyo familiar también fue de bajo a medio, y las proporciones bajas representaron apego medio a alto.

Discusión

El objetivo de esta revisión sistemática era analizar los diseños epidemiológicos más utilizados en el estudio de la relación entre estrés psicológico en adolescentes universitarios. Los resultados evidencian la asociación entre estrés psicológico, factores psicosociales y problemática en los adolescentes universitarios. Sin embargo, los hallazgos no están exentos de controversias en cuanto a los factores protectores y/o de riesgo de este problema, así como las áreas afectadas y las herramientas de medición adecuadas. La enorme heterogeneidad de estos estudios sorprende no solo por los diferentes países y muestras estudiadas, sino también por el diseño y métodos de medición de las variables, que en algunos casos presentan importantes limitaciones metodológicas, tales como: falta de mediciones psicológicas en algunos instrumentos o ninguna distinción clara entre factores psicosociales. Esto puede generar confusión cuando se habla de la relación entre estrés y problemas en los jóvenes universitarios, lo que afecta la confiabilidad de algunos resultados. **González (2015).**

La mayoría de estudios establecen una asociación unidireccional entre estrés psicológico y problemas en los estudiantes universitarios. Al analizar los estudios bidireccionales de carácter experimental realizados con adolescentes universitarios que presentaban distintos niveles de estrés, depresión y ansiedad, en donde presenta problemas con sus estados emocionales, en particular, en algunos de estos estudios, las personas con dolor agudo tuvieron respuestas emocionales menos intensas al estrés crónico y niveles más bajos de ansiedad que las del grupo control, específicamente, encontramos que las mujeres eran el grupo con mayor probabilidad de

experimentar niveles más altos de depresión y estrés en comparación con los hombres, mientras que ambos grupos tenían valores similares para la ansiedad. **González (2015).**

Al centrarnos en estudios unidireccionales, que relacionan estrés con problemática en los adolescentes universitarios, esta problemática se ha descrito en muchas áreas del cuerpo, pero hay algunas inconsistencias en la investigación. Asimismo, se observaron cambios significativos en los indicadores del perfil de estrés general, especialmente en las variables de hábitos saludables, lo que demuestra que los estudiantes pudieron determinar la importancia y en algunos casos modificar comportamientos que promueven un estilo de vida saludable, como el ejercicio y la siguiendo los hábitos alimenticios. Una serie continua de estos comportamientos de salud puede crear hábitos entre los participantes que resulten en niveles más elevados y sostenidos de actividad física, lo que resultará en una reducción del consumo de tabaco, alcohol y drogas, así como en un mejor manejo del estrés y rendimiento académico.

Cuando se trata del grupo de estudiantes universitarios más afectados por el estrés y los problemas en las relaciones, los datos muestran que son los estudiantes. Cabe señalar que estos grupos son probablemente también los más estudiados debido a las exigencias legislativas en cuanto al ambiente educativo y la importancia del problema a nivel institucional. **González (2015).**

Con base en las puntuaciones de estrés, una gran proporción de estudiantes mostró niveles leves de estrés, esto es consistente con investigaciones previas. Jerez y Oyarzo (2015) reportan que el 98% de los estudiantes experimentan estrés relacionado con la sobrecarga académica. Las intervenciones de salud son importantes, se pueden enseñar técnicas de relajación como la meditación o la aromaterapia para ayudar a los estudiantes a relajarse, como menciona Lin Huang (2017), quien demostró que la aromaterapia (RA) reduce las emociones negativas y mejora la concentración.

Al analizar la relación entre las estrategias de afrontamiento y las reacciones al estrés académico, los resultados destacaron el dominio de las estrategias emocionales orientadas a la emoción en el grupo de estudiantes, mientras que el dominio de las estrategias cognitivas y proactivas orientadas a la resolución de problemas en el grupo de estudiantes. El estilo de afrontamiento modula así la respuesta de estrés, que Lazars y Folkman señalan como una variable protectora o, si no es una variable de riesgo, “agotamiento”, dadas las exigencias y dificultades en el proceso de aprendizaje que enfrentan los estudiantes.

Conclusión

Podemos decir que los resultados de esta revisión han aportado evidencia de la relación entre estrés psicológico en los adolescentes universitarios, con factores psicosociales implicados en el comportamiento de los adolescentes universitarios, pero también, aunque no era el objetivo, de factores emocionales. Sin embargo, se ha echado en falta más estudios de factores protectores que promuevan la salud o prevengan la patología. A nuestro juicio, sería interesante planificar trabajos centrados en modelos de perspectiva salutogénica, con seguimiento de cohortes, para establecer evidencia sobre factores protectores y/o de promoción del bienestar (motivación, estrategias afrontamiento, apoyo social…), y factores de riesgo en la aparición de problemas de los adolescentes universitarios.

Consideramos que el uso de un enfoque de búsqueda sistemática y estructurada y el análisis de las variables involucradas en la revisión son fortalezas importantes de este trabajo. Sin embargo, en la selección de artículos, también es necesario destacar las posibles limitaciones relacionadas con la rigurosidad de los criterios, que impide el análisis de otros trabajos, aunque no estén publicados en revistas con altos requisitos bibliométricos que aporten los datos pertinentes.

Referencias

Caballero-Domínguez, C., & Suarez-Colorado, Y. (2019). Tipologías distintivas de respuestas ante el estrés académico en universitarios: un análisis de clasificación. Duazary, 16(2), 245–257. https://www.redalyc.org/journal/5121/512164564008/

Cabanach, R. G., Fernández-Cervantes, R., Souto-Gestal, A., & Suárez-Quintanilla, J. A. (2018). Regulación emocional y estrés en estudiantes universitarios de fisioterapia. Revista Mexicana de Psicología, 35(2), 167–178. https://www.redalyc.org/journal/2430/243059346006/

Carreño-Moreno, S. P., Chaparro-Díaz, L., Cifuentes-Tinjaca, C. D., Perilla-Portilla, F. E., & Viancha-Patiño, E. X. (2021). Conocimientos, actitudes, prácticas, temor y estrés ante el Covid-19 en estudiantes y recién egresados de Enfermería en Colombia. Revista Cuidarte, 12(3). https://www.redalyc.org/journal/3595/359572127012/html/

González, M. L., & Vives, J. F. (2015). Estrés psicológico y problemática musculoesquelética. Revisión sistemática. Enfermería Global, 14(2), 276–300. https://doi.org/10.6018/eglobal.14.2.194551

Juvinao, K. M., Santos, L. D., Montoya, L. V., Ricardo, J. H., Mesa, N. F., & Olier-Castillo, D. (2019). Niveles de citocinas (IL1 β, IL 6 y TNF-α) en estudiantes con estrés académico. Revista Salud Uninorte, 35(1), 29–39. https://www.redalyc.org/journal/817/81762945003/html/

León, S. O., Bosch, E. S., Rivas, S. A., Avila, C. E. R., Medrano, A. L. J., & Ruisánchez, A. R. (n.d.). Manejo del estrés; resultado de dos intervenciones: cognitivo conductual y yoga, en estudiantes irregulares de medicina. Investigación En Educación Médica, 8(30), 9–17. Retrieved March 6, 2023, from https://www.redalyc.org/journal/3497/349762819002/

Luna, D., García-Reyes, S., Soria-González, E. A., Avila-Rojas, M., Ramírez-Molina, V., García-Hernández, B., & Menéses-González, F. (2020). Estrés académico en estudiantes de odontología: asociación con apoyo social, pensamiento positivo y bienestar psicológico. Investigación En Educación Médica, 35, 8–17. https://doi.org/10.22201/facmed.20075057e.2020.35.20205

Morales-Ramírez, D., Martínez-Lara, V., & Reyna-Castillo, M. Á. (2021). Depresión, ansiedad y estrés en usuarios de atención primaria durante el confinamiento por coronavirus. Revista Médica Del Instituto Mexicano Del Seguro Social, 59(5). https://www.redalyc.org/journal/4577/457769670006/

Nieto, D. E. M., & Zambrano, A. E. J. (2022). Habilidades sociales y autoconcepto en adolescentes durante el aislamiento social por pandemia de COVID-19. Revista Eugenio Espejo, 16(3), 47–57. https://www.redalyc.org/journal/5728/572872037006/

Niveles de ansiedad-rasgo en estudiantes de la carrera de Odontología de la Universidad Central del Ecuador. (2021). REVISTA EUGENIO ESPEJO, 15(3), 81–89. https://doi.org/10.37135/ee.04.12.09

Palacios, M. D., Torío-López, S., & Murga-Menoyo, M. Á. (2022). Parentalidad positiva y autorregulación de aprendizaje en los adolescentes. Alteridad. Revista de Educación, 17(2), 291–303. https://www.redalyc.org/journal/4677/467771629009/

Pérez, M., Fernández-Sánchez, H., Enríquez-Hernández, C. B., López-Orozco, G., Ortiz-Vargas, I., & Gómez-Calles, T. J. (2021). Estrés, ansiedad, depresión y apoyo familiar en universitarios mexicanos durante la pandemia de COVID-19. Revista Salud Uninorte, 37(3), 553–568. https://www.redalyc.org/journal/817/81771260003/

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://www.redalyc.org/journal/3595/359568727012/html/

Pozos-Radillo, B. E., Preciado-Serrano, M. de L., Plascencia-Campos, A. R., Acosta-Fernández, M., & Velasco, M. de los Á. A. (2022). Estrategias de afrontamiento ante el estrés de estudiantes de medicina de una universidad pública en México. Investigación En Educación Médica, 11(41), 18–25. https://www.redalyc.org/journal/3497/349772653004/html/

Salgado Roa, J. A., & Leria Dulcic, F. J. (2017). Estrategias de afrontamiento al estrés y síntomas patológicos en universitarios ante un desastre socionatural de aluvión de barro. Acta Colombiana de Psicología, 170–195. https://doi.org/10.14718/acp.2018.21.1.8

Trunce Morales, S. T., Villarroel Quinchalef, G. del P., Arntz Vera, J. A., & Werner Contreras, K. M. (2020). Niveles de depresión, ansiedad, estrés y su relación con el rendimiento académico en estudiantes universitarios. Investigación En Educación Médica, 36, 8–16. https://doi.org/10.22201/fm.20075057e.2020.36.20229

© 2024 por los autores. Este artículo es de acceso abierto y distribuido según los términos y condiciones de la licencia Creative Commons Atribución-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional (CC BY-NC-SA 4.0) (https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/).