RELACIÓN ENTRE ESTRÉS ACADÉMICO Y EL INICIO DE PRÁCTICAS EN ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA

Aida Maidana de Zarza[1], Gloria Leiva de Aquino[1], Karen Alderete[1]

[1]Carrera de Enfermería (Asunción), Facultad de Medicina, Universidad del Norte, Paraguay

RESUMEN

El estrés académico es un proceso sistémico, de carácter adaptativo y esencialmente psicológico en donde el alumno se ve sometido en contextos escolares, a una serie de demandas que, bajo la valoración del mismo son consideradas estresores. Se determinó la existencia de relación entre estrés académico y el inicio de prácticas de enfermería en estudiantes de sedes biomédica y comunitarias de la universidad del Norte. Estudio analítico, de corte trasversal con enfoque cuantitativo. La población enfocada constituida por estudiantes de la Carrera de Enfermería de todas las sedes de la Universidad del Norte y la accesible por estudiantes de la Carrera de Enfermería del 2° al 4° todas las sedes de la Universidad del Norte, matriculados en el periodo académico. Muestra no probabilística de 219 estudiantes de la carrera de Enfermería. Se utilizaron dos instrumentos: uno que entrega características sociodemográficas de los estudiantes y otro

DOI: 10.5281/zenodo.7259075

instrumento (SISCO) validado por Barraza (2006) para el estrés académico. Los estudiantes fueron consultados acerca de su participación por medio de un consentimiento informado, el cual establece la confidencialidad de los datos y anonimato, asegurando la posibilidad que contesten con total libertad. El nivel de estrés académico registrado en la mayoría de los participantes fue medio. En la relación entre el estrés académico y las características sociodemográficas, se registró asociación estadísticamente significativa con la variable edad. Se concluye que existe relación entre estrés académico y el inicio de prácticas de enfermería en estudiantes de sedes biomédica y comunitarias de la universidad del Norte.

Palabras clave: estrés académico, práctica, estudiantes de Enfermería

ABSTRACT

Academic stress is a systemic process, of an adaptive and essentially psychological nature in which the student is subjected in school contexts to a series of demands that, under the student's assessment, are considered stressors. The existence of a relationship between academic stress and the beginning of nursing practices in students of biomedical and community centers of the Universidad del Norte was determined. Analytical, cross-sectional study with a quantitative approach. The focused population was constituted by students of the Nursing Career of all the campuses of the Universidad del Norte and the accessible population was constituted by students of the Nursing Career from the 2nd to the 4th year of all the campuses of the Universidad del Norte, enrolled in the academic period. Non-probabilistic sample of 219 students of the Nursing career. Two instruments were used: one that provides sociodemographic characteristics of the students and another instrument (SISCO) validated by Barraza (2006) for academic stress. The students were consulted about their participation by means of an informed consent, which establishes the confidentiality of the data and anonymity, assuring the possibility that they could answer freely. The

level of academic stress recorded in most of the participants was medium. In the relationship between academic stress and sociodemographic characteristics, a statistically significant association was recorded with the variable age. It is concluded that there is a relationship between academic stress and the beginning of nursing practice in students of the biomedical and community centers of the Universidad del Norte.

Keywords: academic stress, practice, nursing students.

INTRODUCCIÓN

Un espacio en que son puestas en juego las competencias y habilidades para alcanzar los objetivos en un plazo determinado por la duración de esta carrera constituye el ámbito académico. Durante esta etapa los estudiantes deben enfrentarse además a una serie de cambios que pueden ser considerados estresores psicosociales como el desarraigo, la emancipación, disminución del apoyo económico y el reto que implica tener calificaciones satisfactorias, sensación de indefensión y la incertidumbre ante el futuro (1).

El estrés académico es un proceso sistémico, de carácter adaptativo y esencialmente psicológico en donde el alumno se ve sometido en contextos escolares, a una serie de demandas que, bajo la valoración del propio alumno son consideradas estresores. Estos estresores provocan un desequilibrio sistémico (situación estresante) que se manifiesta en una serie de síntomas (indicadores del desequilibrio). Este desequilibrio sistémico obliga al alumno a realizar acciones de afrontamiento para restaurar el equilibrio sistémico (2).

El estrés en el ambiente universitario se puede definir como las reacciones físicas y emocionales que ocurren cuando las exigencias curriculares sobrepasan las capacidades, los recursos o las necesidades del estudiante. El estudiante que inicia la carrera de enfermería se encuentra con múltiples

novedades a los que hacer frente, algunas de gran responsabilidad para su profesión y para los sujetos a los cuales van dirigidas sus acciones, diferentes procedimientos y técnicas a los que tendrá que acostumbrarse, entender y aplicar; cuanto mayor sea su conocimiento mayor será también su dominio y la seguridad personal con que se los aplique. Debido a las características propias de los estudios universitarios de enfermería las prácticas clínicas constituyen un instrumento indispensable en su formación. En ella los conocimientos teóricos se integran en la práctica clínica, y los alumnos desarrollan las habilidades y competencias propias de la titulación. En diversos estudios se han descrito las principales fuentes de estrés en los estudiantes de enfermería, asociándolos con el área clínica y académica, sin olvidar otras áreas presentes como son lo social e interpersonal (3).Los problemas de salud mental en la adolescencia y etapa de adulto joven constituyen un problema de salud Pública a nivel mundial (4).

La exigencia a los estudiantes universitarios y el nivel de competencia que se genera en forma interna, ha determinado que el estrés académico pueda ser una causa de problemas de salud mental como depresión y ansiedad (4,6,7)

Los estudiantes de enfermería se ven fuertemente presionados por las demandas del contexto académico, en especial al inicio de las prácticas clínicas (7,8,9). En una investigación chilena aplicando el instrumento SISCO (10) los principales estresores identificados son los propios docentes y la sobrecarga de tareas y trabajos.

Se han descrito factores que influyen en que el estudiante exprese mayor nivel de estrés previo a las prácticas clínicas como son la edad (mientras más joven, más expresión del estrés) (9), sexo (mujeres expresan mayor estrés que los hombres) (11). Sin embargo, otros estudios muestran que los estudiantes de cursos superiores de enfermería, especialmente el tercer año presentan mayor nivel de estrés al enfrentarse a la práctica clínica (12).

Por otra parte, se han descrito estrategias que los estudiantes de enfermería utilizan para enfrentar el estrés. Estrategias individuales (pensamiento positivo y otras) y apoyo social (13).

La evidencia describe que el estrés de los estudiantes es mayor al enfrentarse a prácticas intrahospitalarias que extrahospitalarias (14) Es importante ya que el estrés determina consecuencias negativas en las habilidades de aprendizaje y competencia de los estudiantes de enfermería (15).

Los estudiantes universitarios por lo general presentan Estrés, y éste es más marcado en determinados momentos, como en épocas de pruebas y exámenes, y frente a ciertas situaciones como, por ejemplo, ser examinado por un profesor que posea determinadas características que lleven al estudiante a sentirse presionado o nervioso. En estas situaciones podemos notar un gran incremento del nivel de Estrés, cuando el estudiante además de estudiar, debe trabajar o presenta situaciones personales estresores, como presiones directas o indirectas por parte de la familia frente al éxito o fracaso (16). No conocemos la realidad de este fenómeno en Paraguay ni se ha comparado con otros países. Parece muy importante conocer esta realidad, no sólo por el ámbito de investigación sino para fundamentar herramientas para el autocuidado de nuestros propios estudiantes.

Justificación

La importancia de este estudio radica en que como respuesta al estrés académico los estudiantes muestran en mayor proporción preocupación, lo que aumenta el consumo de alcohol y tabaco (17). También algunos estudios relacionan a los estresores académicos con mayor prevalencia de depresión en estudiantes de enfermería y el consumo de drogas. (18) y el estado general de la salud (19).

Los aportes de este estudio se orientaran a brindar información básica sobre aquellos estresores que inciden en el aprendizaje y rendimiento académico durante las prácticas clínicas del estudiante de enfermería que requieren ser vigilados durante su formación profesional; es una oportunidad para programar futuras intervenciones en el área de la salud mental que engloben actividades para mejorar el afrontamiento de las prácticas clínicas en los estudiantes a fin de que puedan aprovechar mejor las oportunidades de aprendizaje y lograr las competencias requeridas; estudiar los factores estresantes y la manera de actuar frente a ellos; beneficiando con ello a la carrera de enfermería, a los estudiantes y a los futuros investigadores sobre el tema o similares (20, 21).

El estrés académico siempre estuvo presente en los estudiantes en mayor o menor intensidad, situación que ha pasado desapercibido para las autoridades de las carreras y en muchos casos los estudiantes han desertado de la carrera de enfermería por considerar insuperable dichas dificultades. Cabe mencionar, el alarmante índice de suicidios que se da en la población en general y en particular en los profesionales de Enfermería, razón por la cual se considera relevante la realización de este trabajo de investigación con estudiantes de enfermería de las Sedes Biomédica y comunitarias. Los resultados arrojados constituirán bases para la realización de proyectos de extensión universitaria y desarrollar tareas de salud mental y de inteligencia emocional (21).

Pregunta de investigación

¿Se relaciona el estrés académico con el inicio de las prácticas clínicas en los estudiantes de enfermería de las Sede Biomédica y comunitarias?

Objetivo general

Determinar si existe relación entre estrés académico y el inicio de prácticas de enfermería en estudiantes de sedes biomédica y comunitarias de la universidad del Norte

Objetivos específicos

- Describir las características sociodemográficas de los estudiantes
- Identificar la presencia en estudiantes de estímulos estresores, reacciones a los estímulos estresores y utilización de estrategias de afrontamiento.
- Relacionar el nivel de estrés académico con las características sociodemográficas

MATERIAL Y MÉTODO

Diseño: estudio analítico, de corte trasversal con enfoque cuantitativo.

Universo: estuvo conformado por estudiantes de la Carrera de Enfermería de Sede Biomédica, las comunitarias de Itauguá, Ciudad del Este y Pedro Juan Caballero.

Unidad de análisis: constituyó cada uno de los estudiantes del 2° al 4° año de la carrera de enfermería de la UniNorte.

Población enfocada: Estudiantes de la Carrera de Enfermería de todas las sedes de la Universidad del Norte.

Población accesible: Estudiantes de la Carrera de Enfermería del 2° al 4° todas las sedes de la Universidad del Norte y matriculados en el periodo académico.

Muestreo: no probabilístico por conveniencia.

Criterios de inclusión: Estudiantes de la carrera de Enfermería de todas las sedes de la Universidad del Norte; de cualquier sexo, de cualquier edad, de cualquier procedencia, que acepte formar parte de la muestra y que esté en el lugar y tiempo de estudio.

Instrumentos

Se utilizaron dos instrumentos: uno que entrega características sociodemográficas de los estudiantes y otro instrumento (SISCO) validado por Barraza (2006) para el estrés académico (22). Con la idea de obtener mayor precisión y utilizando una escala del 1 al 5, señala tu nivel de preocupación o nerviosismo. En la escala propuesta (1) es poco y (5) mucho.

En una escala del (1) al (5), donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre, señala con qué frecuencia te inquietaron las siguientes situaciones:

En una escala del (1) al (5), donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre, señala con qué frecuencia tuviste las siguientes reacciones físicas, psicológicas y comportamentales cuando estabas preocupado o nervioso (22).

Los estudiantes fueron consultados acerca de su participación por medio de un consentimiento informado, el cual establece la confidencialidad de los datos y anonimato.

Plan de análisis

Los resultados se analizaron con estadística descriptiva, en distribuciones de frecuencia y otros estadígrafos. Para determinar la correlación entre variables se empleó la prueba de Chi- cuadrado (X^2).

Aspectos éticos

Se solicitó la firma de un consentimiento informado donde se establece la participación voluntaria y anónima del estudiante. Se garantizó la confidencialidad de los datos teniendo en cuenta que fueron utilizados sólo con fines de investigación, que el sujeto de investigación podía retirarse del estudio en cualquier momento, sin perjuicio de ningún tipo, el instrumento

sólo se contestó a través del personal administrativo de las universidades asociando cada instrumento a un número correlativo, asegurando la posibilidad que contesten con total libertad.

RESULTADOS

Perfil sociodemográfico de los estudiantes

El grupo etario estuvo comprendido entre 18 a 50 años de edad, el 80% (176) entre 21 y 30 años, el 81% (178) de sexo, femenino. En cuanto a las sedes, la mayor proporción el 50% (110), proviene de la Comunitaria de Itauguá, 27% (59) sede de Asunción, cursan entre el segundo y el cuarto año, la mayor cantidad con el 74% (163) del cuarto curso y el 73% (160) refiere no tener hijos.

Tabla 1. Distribución de estudiantes, según "Presencia de estímulos estresores" (n=219).

Ítems	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
La competencia con los compañeros del grupo	94 (42.92%)	60 (27.40%)	43 (19.63%)	15 (6.85%)	7 (3.20%)
Sobrecarga de tareas y trabajos escolares	11 (5.03%)	32 (14.61%)	97 (44.29%)	43 (19.63%)	36 (16.44%)
La personalidad y el carácter del profesor	43 (19.63%)	54 (24.66%)	91 (41.55%)	24 (10.96%)	7 (3.2%)
Las evaluaciones de los profesores	9 (4.12%)	42 (19.18%)	79 (36.07%)	46 (21%)	43 (19.63%)
El tipo de trabajo que piden los profesores	14 (6.4%)	42 (19.18%)	73 (33.33%)	51 (23.29%)	39 (17.8%)

Ítems	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
No entender los temas que se abordan en clases	13 (5.94%)	61 (27.85%)	95 (43.38%)	32 (14.61%)	18 (8.22%)
Participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc)	18 (8.23%)	50 (22.83%)	65 (29.68%)	40 (18.26%)	46 (21%)

Los estímulos estresores que se presentaron con mayor frecuencia fueron: participación en clase (responder a preguntas, exposiciones), de las evaluaciones de los profesores y el tipo de trabajo que piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.). Por otro lado, los que se presentaron con menor frecuencia fueron: la competencia con los compañeros del grupo y la personalidad y carácter del profesor.

Tabla 2. Distribución de estudiantes, según "Presencia de síntomas o reacciones a los estímulos estresores" (n=219).

Ítems	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
Trastornos en el sueño	36 (16.44%)	39 (17.81%)	74 (33.79%)	44 (20.09%)	26 (11.87%)
Fatiga Crónica (cansancio permanente)	35 (15.98%)	47 (21.46)	45 (20.55%)	63 (28.77%)	29 (13.24%)
Dolores de cabeza o migrañas	21 (9.6%)	45 (20.55%)	59 (26.94%)	61 (27.85%)	33 (15.06%)
Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea	72 (32.88%)	56 (25.57%)	52 (23.74%)	29 (13.24%)	10 (4.57%)
Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.	84 (38.37%)	37 (16.89%)	43 (19.63%)	26 (11.87%)	29 (13.24%)

Ítems	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
Somnolencia o mayor necesidad de dormir	32 (14.62%)	38 (17.35%)	50 (22.83%)	49 (22.37%)	50 (22.83%)
Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)	28 (12.78%)	46 (21%)	74 (33.79%)	45 (20.56%)	26 (11.87%)
Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)	51 (23.29%)	50 (22.83%)	61 (27.86%)	37 (16.89%)	20 (9.13%)

En cuanto a los síntomas que se presentaron de forma más frecuentes fueron: somnolencia y mayor necesidad de dormir, dolores de cabeza o migrañas y fatiga crónica.

Los síntomas o reacciones a los estímulos estresores mayormente presentados fueron la ansiedad, angustia o desesperación.

Tabla 3. Distribución de estudiantes, según "Utilización de estrategias de afrontamiento" (n=219).

Ítems	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias, ideas o sentimientos sin dañar a otros)	15 (6.85%)	23 (10.5%)	61 (27.85%)	54 (24.66%)	66 (30.14%)
Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas	11 (5.02%)	32 (14.62%)	67 (30.59%)	55 (25.11%)	54 (24.66%)
Elogios a sí mismo	37 (13.70%)	56 (25.57%)	43 (19.63%)	32 (14.61%)	51 (23.29%)

Ítems	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
La religiosidad (oraciones o asistencia a misa)	30 (13.70%)	50 (22.83%)	54 (24.66%)	45 (20.55%)	40 (18.26%)
Búsqueda de información sobre la situación	15 (6.85%)	35 (15.98%)	70 (31.96%)	48 (21.92%)	51 (23.29%)
Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa)	32 (14.61%)	51 (23.29%)	79 (36.07%)	34 (15.53%)	23 (10.5%)

Las estrategias de afrontamiento más frecuentemente utilizadas por los estudiantes fueron la habilidad asertiva, elaboración de un plan y ejecución de tareas, elogios a sí mismo y búsqueda de información sobre la situación.

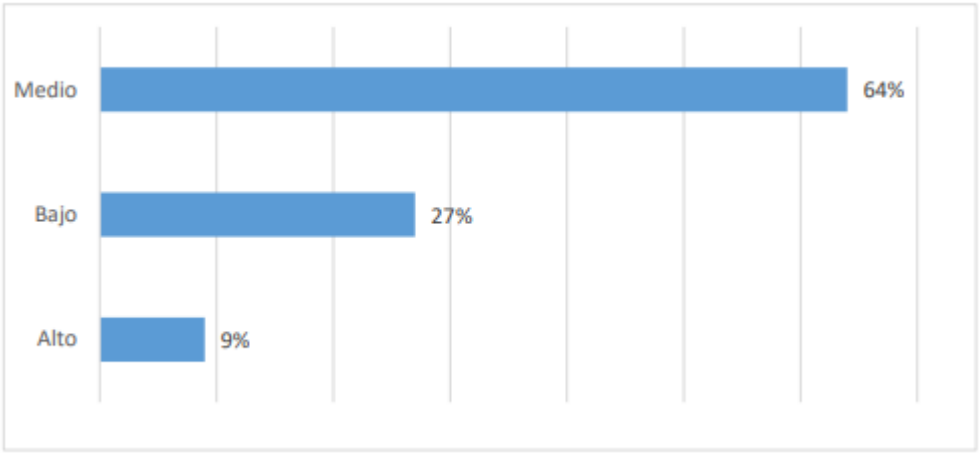

Figura 1. Distribución de los estudiantes según nivel de estrés académico.

Tabla 4. Nivel de estrés académico según características sociodemográficas (n=219).

Variables sociodemográficas	Estrés bajo	Estrés medio	Estrés alto	Total	Valor P
Sexo					
– Masculino	17 (41.46%)	22 (53.66%)	2 (4.88%)	41 (100%)	0.058
– Femenino	42 (23,60%)	119 (66,85%)	17 (9,55%)	178 (100%)	
Edad					
– 18 a 20 años	3 (16.67%)	13 (72.22%)	2 (11.11%)	18 (100%)	0.018
– 21 a 30 años	42 (23.86%)	118 (67.05%)	16 (9.09%)	176 (100%)	
– 31 a 40 años	11 (64.71%)	5 (29.41%)	1 (5.88%)	17 (100%)	
– 41 a 50 años	3 (37.5%)	5 (62.50%)	0	8 (100%)	
Sedes					
– Itauguá	26 (23.64%)	72 (65.45%)	12 (10.91%)	110 (100%)	0.598
– Asunción	15 (25.42%)	40 (67.80%)	4 (6.78%)	59 (100%)	
– Ciudad del Este	8 (30.77%)	16 (61.54%)	2 (7.69%)	26 (100%)	
– P. J. Caballero	10 (41.67%)	13 (54.17%)	1 (4.17%)	24 (100%)	

El nivel de estrés académico predominante en ambos sexos fue el nivel medio. La asociación no fue estadísticamente significativa.

En el nivel de estrés académico según rango etario, en las edades de entre: 18 a 20 años, 21 a 30 años y 41 a 50 años, predominó el nivel de estrés medio y en el rango comprendido entre 31 a 40 años predominó el nivel bajo. La asociación entre las variables edad y nivel de estrés académico resultó estadísticamente significativa.

En cuanto al nivel de estrés académico según sedes, en todas las sedes predominó el nivel medio, la asociación no fue estadísticamente significativa.

DISCUSIÓN

Todo inicio de una nueva actividad genera un tipo de estrés que provoca un conjunto de respuestas del organismo para adaptarse a las presiones del entorno, es decir, a los nuevos desafíos. Es el caso de los estudiantes de Enfermería, quienes habitualmente se enfrentan a estas situaciones ante la proximidad de una nueva experiencia, el contacto con pacientes en los hospitales durante la práctica clínica.

Las edades de los estudiantes estuvieron comprendidas entre 18 a 50 años, el 80% (176) entre 21 y 30 años, el 81 % (178) de sexo femenino. Esta investigación coincide con los resultados de Silva-Ramos, López-Cocotle; y Meza-Zamora, en que también mayoritariamente son del sexo femenino, esto se debe a que la profesión de enfermería es eminentemente femenina, sin embargo, año tras año se viene incrementando en la profesión de enfermería los del sexo masculino (23).

En la dimensión "Presencia de síntomas o reacciones a los estímulos estresores", los que se presentaron con mayor frecuencia fueron: somnolencia y mayor necesidad de dormir, dolores de cabeza o migrañas y fatiga crónica. Estos resultados coinciden con la investigación de Mónica Jerez-Mendoza1,a y Carolina Oyarzo-Barría, en cuanto a la somnolencia o

mayor necesidad de dormir (86,3%), los problemas de concentración (77,4%) y la inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo) (76,1%) (24). Estas reacciones pueden entenderse como evadir de la realidad que les resulta altamente angustiante.

Las estrategias de afrontamiento más frecuentemente utilizadas por los estudiantes fueron la habilidad asertiva, elaboración de un plan y ejecución de tareas, elogios a sí mismo y búsqueda de información sobre la situación. De igual modo también coincide con las estrategias de afrontamiento utilizadas por los estudiantes, en el trabajo anterior, siendo las más empleadas habilidad asertiva y ejecución de un plan de estudios (24), Sin embargo, el estudio realizado por Portillo López, difiere de este resultado por la religiosidad utilizada como medida de afrontamiento (25,29).

El 64% (141) de los estudiantes presentaron un nivel de estrés académico medio, el 9% (19) registró un nivel alto, de igual modo coincide en el nivel de estrés con el trabajo citado anteriormente (23).

En el nivel de estrés académico según rango etario, en las edades de entre: 18 a 20 años, 21 a 30 años y 41 a 50 años, predominó el nivel de estrés medio y en el rango comprendido entre 31 a 40 años predominó el nivel bajo. La asociación entre las variables edad y nivel de estrés académico resultó estadísticamente significativa. Estos resultados coinciden plenamente con los resultados de Restrepo, Sánchez y Castañeda Quirama (26). Se puede señalar que esta asociación entre nivel de estrés y edad puede afectar la capacidad intelectual y el desempeño académico de los estudiantes, que en muchos casos se convierte en fracaso y deserción, incluso afectar su proyecto de vida considerando la edad de los estudiantes (26,30).

CONCLUSIONES

Casi la totalidad de los estudiantes refirió haber pasado por momentos de preocupación o nerviosismo durante el semestre.

El nivel de estrés académico registrado en la mayoría de los estudiantes fue medio. Las respuestas que se dieron con mayor frecuencia en las tres dimensiones evaluadas, fueron: Estímulos estresores: participación en clase, las evaluaciones de los profesores y el tipo de trabajo que piden los profesores. Presencia de síntomas o reacciones a los estímulos estresores: somnolencia y mayor necesidad de dormir, dolores de cabeza o migrañas y fatiga crónica, ansiedad, angustia o desesperación. Respecto a las estrategias de afrontamiento: habilidad asertiva, elaboración de un plan y ejecución de tareas, elogios a sí mismo y búsqueda de información sobre la situación. En la relación entre el estrés académico y las características sociodemográficas, se registró asociación estadísticamente significativa con la variable edad.

Se concluye que existe relación entre estrés académico y el inicio de prácticas de enfermería en estudiantes de sedes biomédica y comunitarias de la universidad del Norte.

RECONOCIMIENTOS

Este artículo fue presentado para la Convocatoria 2021 del Programa de Iniciación Científica e Incentivo a la Investigación (PRICILA) de la Universidad del Norte. PRICILA es gestionado por la Dirección de Investigación y Vinculación con el Entorno, con fondos proveídos por el Banco GNB y el Rectorado de la Universidad del Norte. Más información sobre PRICILA se encuentra disponible en https://investigacion.uninorte.edu.py/.

Para adecuarse al estilo de publicación de la Revista UniNorte de Medicina y Ciencias de la Salud (https://investigacion.uninorte.edu.py/rev-un-med), el contenido original ha sido modificado por la Oficina Editorial (editorial@uninorte.edu.py).

Correspondencia: Mg. Aida Maidana de Zarza, Facultad de Medicina, Universidad del Norte, Asunción, Paraguay (aida.maidana.061@docentes.uninorte.edu.py).

Fecha de recepción: 1 de octubre de 2021

Fecha de aceptación: 9 de mayo de 2022

Fecha de publicación: 11 de noviembre de 2022

REFERENCIAS

1. Ayala Gaona, C. Factores que influyen en el estrés académico de estudiantes, carrera de enfermería. Instituto Dr. Andrés Barbero UNA. Tesina de grado. San Lorenzo Paraguay. 2016
2. Mamani O A. Factores estresantes en las primeras experiencias prácticas hospitalarias. Córdoba. Disponible en: http://www.enfermeria.fcm.unc.edu.ar/biblioteca/tesis/mamani_omar.pdf
3. Cobo Cuenca AI et al. Estresores y ansiedad de los estudiantes de enfermería en sus primeras prácticas clínicas Nure Investigación, nº 49, 2009. Disponible en: http://www.nureinvestigacion.es/OJS/index.php/nure/article/view/513/502
4. Orrego, V. Investigación y política en salud mental infanto-juvenil en Chile. Revisión sistemática, 2000-2015.Rev.Est. de Políticas públicas. 2017 (1):66-82
5. Micin, Sonia, & Bagladi, Verónica. Salud Mental en Estudiantes Universitarios: Incidencia de Psicopatología y Antecedentes de Conducta Suicida en Población que Acude a un Servicio de Salud Estudiantil. Ter Psicol 2011. 29(1): 53-64.
6. Gutierrez, J. Montoya, P. Toro, E. Briñón M. Rosas, E. Salazar, L. Depresión en estudiantes universitarios y su asociación con el estrés académico.

CES Med. 2010. 24(1): 7-17.
7. Pozos- Radillo, B. Preciado-Serrano, M. Placencia, A. Acosta-Fernandez, M. Aguilera, M. Estrés académico y síntomas físicos, psicológicos y comportamentales en estudiantes mexicanos de una Universidad púbica. Ansiedad y estrés. 2015. 21(1): 35-42
8. Arribas, J. Hacia un modelo causal de las dimensiones del estrés académico en estudiantes de Enfermería. Revista de Educación, 360.2011: 533-556
9. Insaf, S.,Wejdan , K. Laila, A. Undergraduate nursing students' stress sources and coping behaviours during their initial period of clinical training: A Jordanian perspective. Nurse Education in Practice 2012. 12 (4):204-209.
10. Zupira X, Huitzi X, Alberdi MJ, Uranga MJ, Eizmendi I, Barandiaran M, et al. Stress sources in nursing practice. Evolution during nursing training. Nurse Education Today.2007. 27(7): 777-787.
11. Jerez-Mendoza, Mónica, & Oyarzo-Barría, Carolina. (2015). Estrés académico en estudiantes del Departamento de Salud de la Universidad de Los Lagos Osorno. Revista chilena de neuropsiquiatría, 53(3), 149-157.
12. Pérez-González J, Pérez-Blasco L A. Natividad; García-Ros F. Estresores académicos percibidos por estudiantes. 2015 Disponible en .http://www.scielo.org.co/pdf/rlps/v44n2/v44n2a12.pdf
13. Acharya Pandey R, Chalise HN. Self-Esteem and Academic Stress among Nursing Students. Kathmandu Univ Med J.2015. 13(52):298-302.
14. Lopez-Medina, I. Sanchez-Criado V. Percepción del estrés en estudiantes de enfermería en las prácticas clínicas. Enfermería Clínica 2005. 15(6): 307-313.
15. Suen WQ, Lim S, Wang W, Kowitlawakul Y. Stressors and expectations of undergraduate nursing students during clinical practice in Singapore.t J Nurs Pract. 2016. 22(6):574-583.
16. Díaz Martín Y. Estrés académico y afrontamiento en estudiantes de Medicina. Rev Hum Med v.10 n.1. disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1727-81202010000100007
17. Ticona Benavente, SB., Paucar Quispe, G.Llerena Callata. Nivel de estrés y estrategias de afrontamiento en estudiantes de la Facultad de Enfermería –UNSA AREQUIPA. 2006. Disponible en: https://revistas.um.es/eglobal/article/view/107181/101851
18. Basso Musso L. Factores derivados de los laboratorios intrahospitalarios que provocan estrés en los estudiantes de enfermería. Rev. Latino-Am.

Enfermagem vol.16 no.5 . Disponible en: http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0104-11692008000500002&script=sci_arttext&tlng=es

19. Wolf, L. Warner, A. Ross, R. Predictors of Stress and Coping Strategies of US Accelerated vs. Generic Baccalaureate Nursing Students: An Embedded Mixed Methods Study. Nurse Education Today .2015. 35(1): 201-25
20. Blomberg, K. Bisholt, B. Kullen, A. Ohlsson, U. Sundler, A. Gustafsson, M. Swedish nursing students' experience of stress during clinical practice in relation to clinical setting characteristics and the organisation of the clinical education. Journal of clinical nursing .2014. 23(15-16): 2264-2271.
21. Meza Chávez LE; Pinedo Tello; Hernández S. Estresores y estrés percibido en las practicas clínicas, en estudiantes de enfermería, de la Universidad Nacional de la Amazonia peruana.2014. Disponible en: http://repositorio.unapiquitos.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/3552/Eunice_Tesis_Titulo_2014.pdf?sequence=1&isAllowed=y
22. Barraza, A. Propiedades psicométricas del Inventario SISCO del estrés académico. Revista Psicología Cientifica.com, 9(10). 2007, 26 de febrero. Disponible en: http://www.psicologiacientifica.com/sisco-propiedades-psicometricas
23. Silva-Ramos MF, López-Cocotle JJ;Meza-Zamora,ME . Estrés académico en estudiantes universitarios. Disponible en: https://www.redalyc.org/journal/674/67462875008/html
24. Wolf, L. Warner, A. Ross, R. Predictors of Stress and Coping Strategies of US Accelerated vs. Generic Baccalaureate Nursing Students: An Embedded Mixed Methods Study. Nurse Education Today .2015. 35(1): 201-25