

ESTRÉS Y SINTOMATOLOGÍA ANSIOSA EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE PSICOLOGÍA POST-CONFINAMIENTO POR LA PANDEMIA POR COVID-19

STRESS AND ANXIOUS SYMPTOMS IN UNIVERSITY PSYCHOLOGY STUDENTS POST-
CONFINEMENT DUE TO THE COVID-19 PANDEMIC

Nuvia Fabiola Núñez Chaidez*, Cynthia Patricia Villar Piña*, David Alberto Rodríguez Medina**,
Carmen Lucia Vega Manjarrez*, Concepción Rosio Herrera Aguilar*, Yukaren Lizeth Núñez Chaidez*

Universidad Autónoma de Sinaloa* Universidad Autónoma Metropolitana**, México.

Correspondencia: drodriguezmn@xanum.uam.mx

Resumen

Los efectos derivados de la COVID-19, han tenido un resultado devastador en la salud mental de los mexicanos. La pandemia ha contribuido a la recaída y a la exacerbación de los síntomas de salud mental, el impacto psicológico también se ha visto reflejado en la población universitaria, existen estudios que han encontrado un aumento de ansiedad y estrés a lo largo de la pandemia manifestando síntomas en el aula. El objetivo del presente estudio fue valorar el estrés y la ansiedad en los estudiantes universitarios que regresaron del confinamiento. La muestra fue seleccionada aleatoriamente, conformada por 351 estudiantes de la Facultad de Psicología de la Universidad Autónoma de Sinaloa. Se realizó análisis de frecuencia estadística. Se encontró que el 72% de la muestra requiere apoyo psicológico: 18% presentó un nivel moderado a alto estrés; 40% reportó un nivel moderado o elevado de ansiedad; mientras que, el 13% manifestó ambos, el cual sería el subgrupo más afectado y prioritario de atención psicológica.

Palabras clave: Estrés, ansiedad, estudiantes de psicología

Abstract

The effects derived from COVID-19 have had a devastating result on the mental health of Mexicans. The pandemic has contributed to the relapse and exacerbation of mental health symptoms, the psychological impact has also been reflected in the university population, some studies have found an increase in anxiety and stress throughout the pandemic, manifesting symptoms in the classroom. The objective of the present study was to assess stress and anxiety in university students who returned from confinement. The sample was selected randomly, made up of 351 students from the Faculty of Psychology of the Autonomous University of Sinaloa. Statistical frequency analysis was performed. It was found that 72% of the sample requires psychological support: 18% presented a moderate to high level of stress; 40% reported a moderate or high level of anxiety; while 13% expressed both, which would be the most affected subgroup and priority for psychological care.

Keywords: Stress, anxiety, psychology students

Introducción

En México se han reportado que un sector de los estudiantes universitarios presenta estrés académico y ansiedad, lo que da lugar a problemas de salud física y mental, (Silva, López y Meza, 2020). Entre sus causas de estrés más comunes se encuentran: las tareas con alta exigencia y un tiempo limitado para hacer sus actividades, horas de sueño escasas (Barrón y Armenta, 2021). En Latinoamérica se han reportado algunos efectos psicosociales de la Pandemia por COVID-19 sobre la salud mental (Campoverde y Vilchez, 2021) y (Soto y Zúñiga, 2021). En México, por ejemplo, se han relacionado la depresión, la ansiedad y el estrés con el rendimiento académico en estudiantes universitarios (Reyes y Trujillo, 2021).

Estrés

Estrada (2021) describe al estrés como una respuesta psicológica (cognitiva-conductual-emocional) y fisiológica de una persona al intentar adaptarse a presiones internas (expectativas) y/o externas (sociales). El estrés es una manifestación presente en los estudiantes universitarios que, si bien otorga sentido de competencia, responsabilidad y superación individual e interpersonal para alcanzar los aprendizajes de sus estudios superiores, en ocasiones se puede convertir en ansiedad y bloqueos mentales para realizar las actividades cotidianas y afectar su rendimiento académico. Esta situación puede llevar a algunos estudiantes a sentirse incapaces de culminar sus estudios, procrastinar e incluso, a abandonar la Universidad. Entre las principales fuentes de estrés documentadas, Alfonso-Águila, Calcines, Monteagudo, et al. (2015), mencionan que la prevalencia del estrés académico en los estudiantes de educación superior está determinada por una serie de estresores entre los cuales sobresalen las exigencias que provocan las tareas académicas y el limitado tiempo para su desarrollo, lo cual se denomina sobrecarga académica, los exámenes, la excesiva cantidad de horas diarias destinadas a las clases, lo cual limita el tiempo de estudio y la realización de los trabajos. Flores, Roque & López (2022) describieron la percepción de los estudiantes universitarios en México post-pandemia por la pandemia COVID-19, la cual orilló a todos los niveles educativos a suspender las clases presenciales y adaptarse al aprendizaje vía remota, explorando recursos virtuales, usando plataformas digitales para las que el sistema educativo aún no estaba preparado. Esta modalidad educativa aunado a las restricciones de movilidad y falta de interacciones sociales habituales pudo agudizó el estrés percibido debido al confinamiento, las afectaciones económicas, y una amenaza de salud pública que costó en algunos casos pérdidas familiares o la propia afectación en la salud de los estudiantes (Asenjo, Linares y Díaz, 2021).

Ansiedad

Martínez (2014), menciona que la salud mental de gran cantidad de alumnos se ve amenazada por cambios muy rápidos, exigencias nuevas, competitividad y crisis económica, pero no siempre se les presta la atención debida, pudiendo derivar en ansiedad. Si bien es cierto, la pandemia no fue la que originó quizás el trastorno de ansiedad, se considera que sí contribuyó a la recaída y a la exacerbación de los síntomas de esta. Las fuentes de estrés o estresores psicosociales -anteriormente descritas-, se han acentuado durante el periodo de confinamiento por la pandemia de COVID-19, y en algunos casos derivan en ansiedad. Chávez (2021) destaca que durante la pandemia se generaron nuevos métodos educativos incidiendo con un cambio de esquema de aprendizaje que puede generar estrés y ansiedad. A su vez, Thamman et al., (2020), menciona que el cambio de rutinas (forzosas) y la incertidumbre ante el desarrollo de su educación en el futuro pudo incrementar el nivel de estrés y de ansiedad.

Los síntomas de ansiedad que reportó Del Río, et al. (2018), describe sentimientos subjetivos de malestar emocional por preocupación, tensión corporal y aprehensión asociada a situaciones afectivas previas. A su vez Castillo, Chacón y Díaz (2016) proponen que la ansiedad puede ser considerada como una respuesta de adaptación normal de frente a lo que se considera una amenaza, ya que permite a una persona mejorar su desempeño, aun cuando en ocasiones esta respuesta puede no ser la adecuada, debido a que el estrés puede ser excesivo para los recursos con que cuenta el individuo. Cabeza, Llumiquinga, Capote, et al. (2019), concuerdan al sostener que cuando la ansiedad se mantiene en niveles estables y normalizados es benéfica, pues ayudará al afrontamiento de diversas situaciones propias de la vida en la universidad; es decir, la ansiedad (sub-clínica) cumple con una función de adaptación en el ser

humano. Los estudiantes al percibir una amenaza por ejemplo el retorno a las aulas post-pandemia, incrementan sus niveles de ansiedad por el proceso de adaptación al nuevo ciclo escolar (González, 2013).

Los estudiantes que manifiestan ansiedad presentan repercusiones en su proceso educativo, Vitasari et al., (2010) advierte que estos exhiben una actitud pasiva en sus estudios, falta de interés en el aprendizaje, bajo rendimiento en los exámenes e inadecuado desempeño en las tareas. Por lo anterior, es importante evaluar el nivel de ansiedad que presentan los estudiantes al regreso a clases presenciales para considerar estrategias de afrontamiento para la ansiedad que permita mejorar su calidad de vida. Según los hallazgos en una investigación realizada por Estrada (2021), en tiempos de la pandemia del COVID-19, los estudiantes se caracterizaron por presentar altos niveles de estrés académico y se determinó que dicha variable se asocia significadamente al sexo, el grupo etario y el año de estudios. Resultados parecidos arrojó una investigación dirigida por Córdova (2018), donde el estrés académico se presentó en el 75.7% de los estudiantes. Pascoe et al. (2020) sugiere que los entornos educativos pueden implementar programas que disminuyan o mejoren el afrontamiento del estrés. Sin embargo, es preciso identificar los casos prioritarios que requieran atención psicosocial. El presente estudio tuvo como objetivo principal examinar los niveles de estrés y ansiedad que reportaron los estudiantes universitarios que regresaron del confinamiento por COVID-19. Como propósitos secundarios se establecieron explorar la relación entre estrés percibido y ansiedad, así como comparar si había diferencias entre sexo y años en la carrera.

Metodo

Diseño del Estudio

Estudio no experimental, correlacional, transversal.

Participantes

Mediante un muestreo probabilístico por racimos, participaron 351 estudiantes universitarios voluntariamente. Se contó con el permiso de la dirección de la Facultad de Psicología de la Universidad Autónoma de Sinaloa para aplicar los instrumentos. Se les explicó a los alumnos que el propósito era evaluar los niveles de estrés percibido y ansiedad al iniciar clases presenciales después del confinamiento por la pandemia COVID-19 y aceptaron participar de todos los años escolares (desde 1er a 4to grado), con rango de edad de 18 a 25 años. Todos firmaron el consentimiento informado.

Instrumentos

Los instrumentos aplicados fueron la Escala de Estrés percibido y el Cuestionario de Ansiedad de Beck. Escala de Estrés Percibido (Cohen et al., 1983). Es un instrumento autoaplicable, de 14 ítems, con opciones de respuesta desde 1 = Nunca, 2 = Casi nunca, 3 = A veces, 4 = Bastante a menudo y 5 = Muy a menudo. Validado en México por González & Landero (2007), quienes reportaron que la escala presenta 2 factores con buenos niveles de confiabilidad ($\alpha = 0.82$ y $\alpha = 0.78$, respectivamente), los cuáles se correlacionaron inversamente ($r = -0.46$). Inventario de Ansiedad de Beck (Beck et al. 1988). Es un instrumento autoaplicable, de 21 ítems, con opciones de respuesta desde 0 = En absoluto, 1 = Levemente, 2 = Moderadamente y 3 = Severamente. Validado en la población mexicana por Robles, Varela, Jurad, et al. (2001) con adecuadas propiedades psicométricas ($\alpha = .83$)

Procedimiento

Los participantes fueron contactados en la Facultad de Psicología de la UAS. De manera programada y presencial se encuestó por grupos aleatorios. En el cuestionario se les informó acerca del objetivo de este, brindándoles opción para participar o no, además se les especificó que era de manera anónima, para que respondieran con confianza. Los instrumentos psicométricos fueron aplicados en el mes de septiembre 2022, en una sola sesión.

Análisis de Datos

Se extrajeron los estadísticos descriptivos (media, mediana, desviación estándar, intervalo de confianza) de la Escala de Estrés Percibido y del Inventario de Ansiedad de Beck mediante el software estadístico Jamovi V. 2.3.26 (2022). Posteriormente, se analizó la prueba distribución normal de datos con la prueba Kolmogorov - Smirnov y se construyeron los histogramas. Al no encontrar distribución normal entre las variables, se estimó el coeficiente de correlación rho de Spearman. Finalmente, se compararon las diferencias entre sexo sobre el estrés y la ansiedad con la prueba de U de Mann Whitney, o la T de student para muestras independientes, según la normalidad de los resultados, y se estimaron los tamaños del efecto; y las diferencias entre la escolaridad con la prueba de Kruskal - Wallis, con su tamaño del efecto, y sus Comparaciones dos a dos Dwass-Steel-Critchlow-Fligner. Para los análisis se consideró una significancia estadística $p \leq 0.05$.

Resultados

1. Diagnóstico Psicosocial de Estrés y Ansiedad

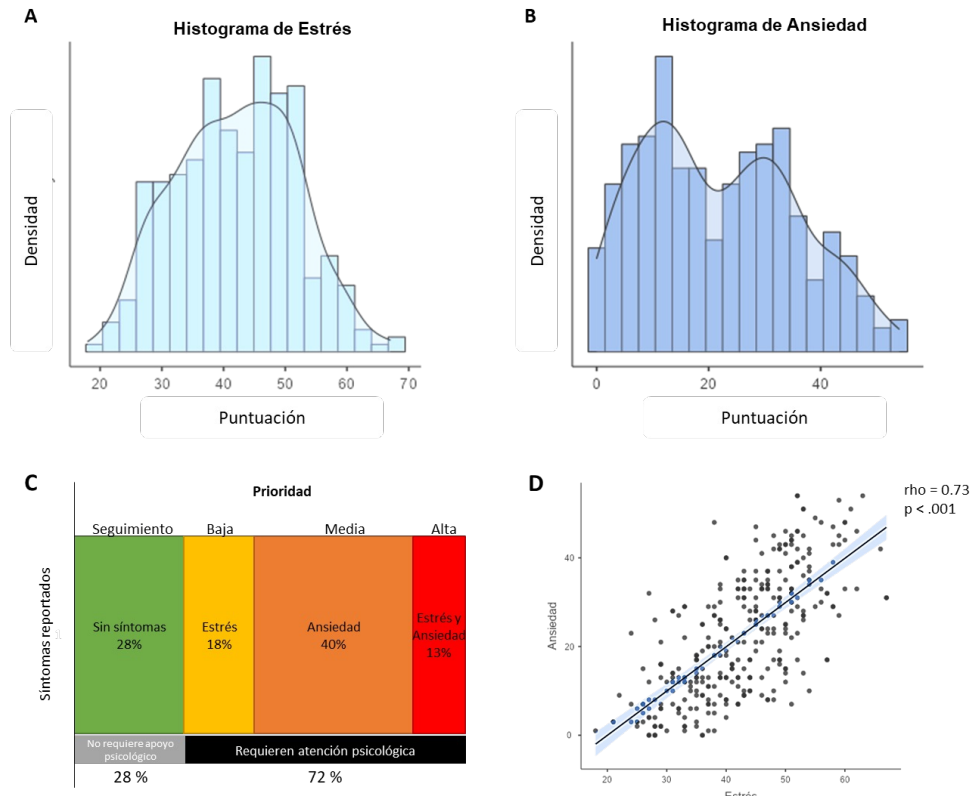
La tabla 1 presenta los datos descriptivos. Las pruebas Kolmogorov-Smirnov indicaron que no se encontró distribución normal ni para los

puntajes de estrés percibido ($D(351) = 0.050$, $p = 0.035$) (Figura 1A), ni de ansiedad ($D(351) = 0.097$, $p < 0.001$) (Figura 1B) en los estudiantes universitarios al regreso a clases presenciales. Es decir, apenas el 28% no reportó sintomatología de estrés ni de ansiedad; mientras que el 72% de la muestra (Figura 1C) requiere apoyo psicológico: 18% presentó un nivel moderado a alto estrés; 40% reportó un nivel moderado o elevado de ansiedad; mientras que, el 13% manifestó ambos, el cual sería el subgrupo más afectado y prioritario de atención psicológica. Al evaluar la asociación entre las puntuaciones de estrés y de ansiedad, se obtuvo una correlación directa ($\rho = 0.73$, $p < 0.001$) (Figura 1D).

Tabla 1.
Estadísticos descriptivos

	Estrés	Ansiedad
N	351	351
Media	42.0	21.9
IC 95% de la media límite inferior	41.0	20.5
IC 95% de la media límite superior	43.0	23.4
Mediana	43	21
Desviación estándar	9.73	13.64
Mínimo	18	0
Máximo	67	54
D de Kolmogorov-Smirnov	0.05	0.09
Valor p de Kolmogorov-Smirnov	0.035	< 0.001

Figura 1. Distribución, prioridad y asociación entre las puntuaciones de Estrés y Ansiedad



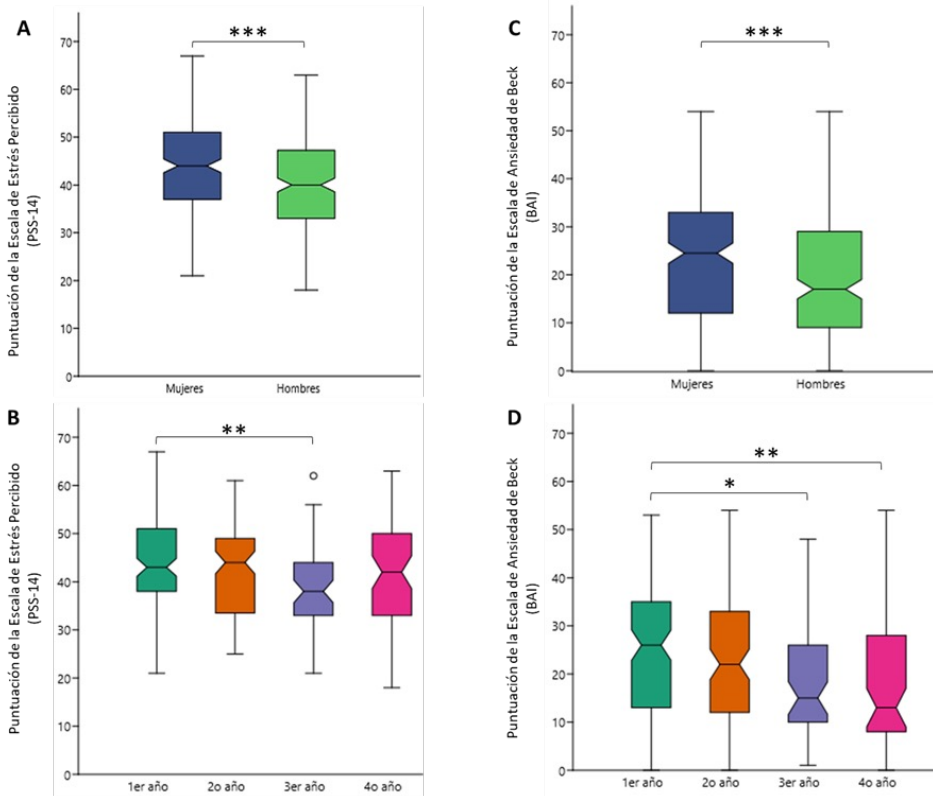
Nota: Se presentan las distribuciones en las puntuaciones de Estrés (A), y de Ansiedad (B). En (C) se distinguen a aquellos estudiantes cuyas puntuaciones fueron moderadas o altas. En (D) aparece la correlación de Spearman entre estrés y ansiedad.

2. Diferencias entre sexo y escolaridad sobre el Estrés y la Ansiedad

Al examinar el estrés percibido por sexo de los participantes, se encontró una distribución normal de los resultados ($p > 0.05$), donde las mujeres presentaron un puntaje mayor de estrés ($M = 43.6 \pm 9.52$) que los hombres ($M = 38.4 \pm 9.25$) cuya diferencia fue moderada ($t = 4.79, (349), p < 0.001, d = .553$) (**Figura 2A**).

Al evaluar los puntajes de ansiedad, no se encontró una distribución normal por sexo de los universitarios ($p < 0.05$). Las mujeres reportaron mayor de ansiedad ($Mdn = 24.5$) que los hombres ($Mdn = 16$) ($U = 10056, p < 0.001, r = .238$) (**Figura 2C**). Por otra parte, se encontraron diferencias significativas acuerdo a la escolaridad de los participantes en los puntajes de estrés percibido ($\chi^2 = 11.5, (3), p = 0.009, \varepsilon^2 = 0.0329$) y de ansiedad ($\chi^2 = 16, (3), p = 0.001, \varepsilon^2 = 0.0457$), donde los estudiantes del primer año de la carrera presentaron mayores de estrés ($Mdn = 43$), en particular comparado con los estudiantes del 3er año ($Mdn = 38$) ($W = 4.75, p = 0.004$), (**Figura 2B**). De manera semejante, los estudiantes del primer año manifestaron mayor sintomatología ansiosa ($Mdn = 26$), comparado con sus compañeros del 3er año ($Mdn = 15$) ($W = 4.23, p = 0.015$) y del 4o año de la carrera ($Mdn = 13$), ($W = 4.76, p = 0.004$), (**Figura 2D**).

Figura 2. Diferencias entre el sexo y la escolaridad sobre las puntuaciones de Estrés y Ansiedad



*Nota: Se presentan las diferencias entre los puntajes de estrés entre mujeres y hombres (A), y entre los años académicos (B). Mientras que, para los puntajes de ansiedad se muestra las diferencias entre mujeres y hombres en (C), y las diferencias de los años escolares en (D). * = $p < 0.05$, ** = $p < 0.01$, *** = $p < 0.001$.*

Discusión y conclusión.

El aislamiento social, por el confinamiento para disminuir el riesgo de contagio por COVID-19, promovió el malestar emocional en la mayoría de la población. Las restricciones de movilidad, de socialización, de interacciones interpersonales y hasta familiares, vulneraron el desarrollo psicosocial típico de los estudiantes universitarios manifestando indicadores de estrés y ansiedad (Rodríguez, 2020). Con base a los resultados encontrados se reporta que, las mujeres reportaron mayor estrés y ansiedad, y en particular, las estudiantes del primer año de la carrera. Iniciar la vida universitaria puede ser motivo de alta exigencia académica, con elevadas expectativas personales e influidas social, cultural y familiarmente en las estudiantes. Por otra parte, la asociación entre estrés percibido y ansiedad ya se ha documentado anteriormente (Trunce et al., 2020); sin embargo, su nivel de predicción es moderada, lo que sugiere que hay otras variantes extrañas que precipitan la sintomatología ansiosa, como los factores sociales que atraviesa un estudiante universitario (Yépez, 2021). A partir de la evaluación, se detectó a aquellos estudiantes de la Facultad de Psicología de la Universidad Autónoma de Sinaloa, que manifiestan altos grados de estrés y ansiedad. El análisis descriptivo de los puntajes de estrés y ansiedad sugieren la necesidad priorizar el apoyo psicológico en aquellos estudiantes que manifiestan sintomatología (moderada o severa) de ambos, pues de no atenderlos son vulnerables a conductas de riesgo en su salud física y mental. El segundo grupo de prioridad son aquellos que reportaron sintomatología de ansiedad, la cual puede iniciar su manejo desde las aulas universitarias mediante la psicoeducación, la identificación de los síntomas, aprendizaje de estrategia de relajación y la promoción de sana convivencia que favorezcan las interacciones sociales positivas. Se recomienda dotar al estudiante universitario de estrategias de afrontamiento al estrés y reconocer cuales son las que les funcionan. Pascoe et al. (2020)

sugiere que los entornos educativos pueden implementar programas que disminuyan o mejoren el afrontamiento del estrés. Entre las principales limitaciones del presente estudio, se encuentran: por un lado, el diseño transversal, el cual solo aporta datos en un momento específico de la medición, y por tanto se carece de un seguimiento que examine la evolución de los niveles de estrés y ansiedad sin la intervención psicológica. Un estudio longitudinal podría dar certeza sobre la necesidad de implementar la propuesta de intervención. Por otro lado, se desconocen particularmente los estresores a los que se enfrentan los estudiantes universitarios y su estilo de afrontamiento (saludable o de riesgo). Para ello se podrían clasificar los diversos estresores y examinar si son concurrentes (asociados) a otras variables psicosociales, como la depresión, la soledad, su estado de salud, el bienestar, entre otros, a fin de distinguir aquellos estudiantes que requieren atención psicológica o psiquiátrica especializada, de aquellos que no. Por último, la recolección de los datos mediante instrumentos auto-aplicados es limitante al reconocimiento de la sintomatología por parte del participante, y debe tenerse en cuenta que no sustituye a un diagnóstico clínico, sino solo es un tamizaje. Para validar los resultados recolectados, se sugiere realizar entrevistas clínicas, por parte de un profesional en salud mental calificado, mediante un muestreo por estratos de cada grupo prioritario. Se concluye que, más de la mitad de los estudiantes universitarios que regresaron del confinamiento a las clases presenciales presentaban estrés y/o ansiedad, el cual influye en su calidad de vida. Se puede iniciar su manejo desde la universidad mediante el diseño de un plan de intervención psicosocial como talleres donde se les enseñan técnicas saludables de afrontamiento al estrés y la ansiedad (Castro, Allar, Riquelme, et al., 2021) así como la creación de redes de apoyo para lograr bajar los niveles estresantes y ansiosos.

Referencias

- Alfonso-Águila, B., Calcines, M., Monteagudo, R., y Nieve, Z. (2015). Estrés académico. *Edumecentro*, 7(2), 163–178. <http://www.revedumecentro.sld.cu/index.php/edumc/article/view/530>
- American Psychological Association [APA]. (2014). *Manual de diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales (DSM-5)*.
- Asenjo-Alarcón, J. A., Linares-Vásquez, O., y Díaz-Dávila, Y. Y. (2021). Nivel de estrés académico en estudiantes de enfermería durante la pandemia de COVID-19. *Revista Peruana De Investigación En Salud*, 5(2), 59–66. <https://doi.org/10.35839/repis.5.2.867>
- Barrón, M., y Armenta, L. (2021). Efectos del estrés en el rendimiento académico de los Estudiantes de la Licenciatura de Psicología. *Revista De Investigación Académica Sin Frontera: División De Ciencias Económicas Y Sociales*, (36). <https://doi.org/10.46589/rdiasf.vi36.388>
- Cabeza, Á., Llumiquinga, J., Capote, G., y Vaca, M. (2019). Niveles de ansiedad entre estudiantes que inician y culminan la carrera en actividad física. *Revista Cubana de Investigaciones Biomédicas*, 37(2). Recuperado de <https://revibiomedica.sld.cu/index.php/ibi/article/view/55>
- Campoverde, W. S., y Vilchez, J. L. (2021). Aumento de los niveles de ansiedad en estudiantes universitarios durante la época de pandemia de la COVID-19. *Revista Cubana de Medicina Militar*, 50(1), 0210931. <https://revmedmilitar.sld.cu/index.php/mil/article/view/931>
- Castillo, C., Chacón, T., y Díaz, G. (2016). Ansiedad y fuentes de estrés académico en estudiantes de carreras de la salud. *Investigación en educación médica*, 5(20), 230–237. <https://doi.org/10.1016/j.riem.2016.03.001>
- Castro, M., Allar, A., Riquelme, C., Lobos, M., González, E., & Herrera Castillo, G. (2021). Manejo de la ansiedad y el estrés: cómo sobrellevarlos a través de diferentes técnicas. *Revista Confluencia*, 4(1), 110-115. <https://revistas.udd.cl/index.php/confluencia/article/view/569>

- Chávez Márquez, I. L. (2021). Ansiedad en universitarios durante la pandemia de COVID-19: un estudio cuantitativo. *Psicumex*, 11(1), 1–26. <https://doi.org/10.36793/psicumex.v11i1.420>
- Córdova, D. A., & Santa Maria, F. B. (2018). Factores asociados al estrés en estudiantes de odontología de una universidad peruana. *Revista Estomatológica Herediana*, 28(4), 252. <https://doi.org/10.20453/reh.v28i4.3429>
- Del Río, F. J., Cabello, F., Cabello, M. A., y Aragón, J. (2018). Cuestionario de Ansiedad Estado Rasgo (STAI): análisis psicométrico y funcionamiento en una muestra de drogodependientes y controles. *Universitas Psychologica*, 17(1), 1–10. <https://doi.org/10.11144/javeriana.upsy17-1.caer>
- Estrada, E. G., Roque, M. M., Gallegos, N. A., Mamani, H. J., & Zuloaga, M. C. (2021). Estrés académico en estudiantes universitarios peruanos en tiempos de la pandemia del COVID-19. *AVFT – Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 40(1). http://saber.ucv.ve/ojs/index.php/rev_aavft/article/view/22351
- Flores, G. R., Roque, R. V., López, A., & Mota, S. (2022). Higher education in the post-pandemic: student perceptions at a Mexican university. *Nova Scientia*, 14(28). <https://doi.org/10.21640/ns.v14i28.2972>
- González, M., & Landero, R. (2007). Factor structure of the Perceived Stress Scale (PSS) in a sample from Mexico. *The Spanish Journal of Psychology*, 10(1), 199–206. <https://doi.org/10.1017/s1138741600006466>
- González, A. (2013). Ansiedad y proceso de adaptación en estudiantes que ingresan al primer grado del ciclo de educación básica. Tesis de licenciatura. Universidad Rafael Landívar. <http://biblio3.url.edu.gt/Tesario/2013/05/22/Gonzalez-Ana.pdf>
- Instituto Internacional para la Educación Superior en América Latina y el Caribe, I.-. U. (2020). COVID-19 y educación superior: de los efectos inmediatos al día después. Análisis de impacto, respuestas políticas y recomendaciones. *Políticas Educativas – PolEd*, 14(1). <https://seer.ufrgs.br/index.php/PolEd/article/view/109585>

- Martínez-Otero Pérez, V. (2014). Ansiedad en estudiantes universitarios: estudio de una muestra de alumnos de la Facultad de Educación. *ENSAYOS. Revista De La Facultad De Educación De Albacete*, 29(2), 63–78. <https://doi.org/10.18239/ensayos.v29i2.384>
- Organización Mundial de la Salud. (2021). Plan de Acción Integral sobre Salud Mental 2013 - 2030. Who.int; World Health Organization. <https://www.who.int/es/publications/i/item/9789240031029>
- Pascoe, M. C., Hetrick, S. E., & Parker, A. G. (2020). The impact of stress on students in secondary school and higher education. *International Journal of Adolescence and Youth*, 25(1), 104–112. <https://doi.org/10.1080/02673843.2019.1596823>
- Reyes, N., y Trujillo, P. (2021). Ansiedad, estrés e ira: el impacto del COVID-19 en la salud mental de estudiantes universitarios. *Investigación Y Desarrollo*, 13(1), 6–14. <https://doi.org/10.31243/id.v13.2020.999>
- Román, C. A., y Hernández, Y. (2011). EL ESTRÉS ACADÉMICO: UNA REVISIÓN CRÍTICA DEL CONCEPTO DESDE LAS CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN. *Revista Electrónica De Psicología Iztacala*, 14(2). Recuperado a partir de <https://www.revistas.unam.mx/index.php/rep/article/view/26023>
- Robles, R., Varela, R., Jurado, S., y Páez, F. (2001). Versión mexicana del Inventario de Ansiedad de Beck: propiedades psicométricas. *Revista Mexicana de Psicología*, 18(2), 211-218.
- Rodríguez-Medina, D.A. (2020) “Los Efectos del Estrés social en tiempos de mantener la sana distancia: Termorregulación Afectiva,” *Notas de coyuntura del CRIM*(22), pp. 1–6. Available at: <https://doi.org/10.22201/crim.001r.2020.22>
- Silva, M., López, J., Meza, M. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Investigación y Ciencia de la Universidad Autónoma de Aguascalientes*, (79), 75–83. <https://doi.org/10.33064/iycuaa2020792960>

- Soto Rodríguez, I., y Zuñiga Blanco, A. (2021). Depresión, ansiedad y estrés de universitarios en tiempos de COVID-19: Uso de escala DASS-21. *Espí-ritu Emprendedor TES*, 5(3), 45–61. <https://doi.org/10.33970/eetes.v5.n3.2021.263>
- Thamman, R., Gulati, M., Narang, A., Utengen, A., Mamas, M. A., & Bhatt, D. L. (2020). Twitter-based learning for continuing medical education? *European Heart Journal*, 41(46), 4376–4379. <https://doi.org/10.1093/eurheartj/ehaa346>
- 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>
- Universidad Autónoma de Sinaloa. (2022). Modelo Educativo UAS 2022. https://sau.uas.edu.mx/pdf/Modelo_Educativo_UAS_2022.pdf
- Vidal-Conti, J., Muntaner-Mas, A., & Palou Sampol, P. (2018). Diferencias de estrés y afrontamiento del mismo según el género y cómo afecta al rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Contextos Educativos Revista de Educación*, 22, 181. <https://doi.org/10.18172/con.3369>
- Vitasari, P., Wahab, M. N. A., Othman, A., Herawan, T., & Sinnadurai, S. K. (2010). The relationship between study anxiety and academic performance among engineering students. *Procedia, Social and Behavioral Sciences*, 8, 490–497. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2010.12.067>
- Yépez, E & Ortiz, M. (2021). Factores personales y sociales en el rendimiento académico universitario. Universidad de las Fuerzas Armadas ESPE. Primera edición. Sangolquí. <http://repositorio.espe.edu.ec/bitstream/21000/23222/1/Factores%20personales%20y%20sociales%20en%20el%20rendimiento%20acad%C3%A9mico%20universitario.pdf>

Envió a dictamen: 6 septiembre 2023

Reenvió: 20 febrero 2024

Aceptado: 29 febrero 2024

Nuvia Fabiola Núñez Chaidez. Profesora Investigadora de Tiempo Completo, Adscrita a la Facultad de Psicología de la Universidad Autónoma de Sinaloa (UAS). Licenciatura en Psicología (Facultad de Psicología, UAS), Maestría en Docencia en Ciencias de la Salud (Facultad de medicina, UAS), Doctorado en educación (universidad Santander). Coordinadora de Diplomado Psicología de la Salud, Facultad de Psicología, UAS. Participado en la actualización de plan de estudios de la Facultad de Psicología, UAS 2022. Ha publicado en revista indexada, así como capítulos de libros. Miembro revisor de tesis en estudiantes de licenciatura y maestría. Miembro de la Asociación Latinoamericana de Psicología de la Salud. Adscrita a la Facultad de Psicología de la UAS, cuyas líneas de investigación son: Salud y Calidad de vida, Bienestar Psicosocial. Correo electrónico: nuvianunez@uas.edu.mx

Cynthia Patricia Villar Piña. Profesora e Investigadora Tiempo Completo Titular B en la Universidad Autónoma de Sinaloa. Cuenta con Licenciatura en Informática (UAS), la Maestría en Educación en Universidad Tecmilenio y Doctorado en Ciencias de la Educación en Universidad Santander. Cuenta con las certificaciones en Networking Fundamentals. Microsoft. Tutoría de cursos de formación en línea y Diseñador Instruccional por Competencias. Además, ha sido Asesora de Informes Finales de Servicio Social, Tutora en Bachillerato Virtual y profesora en la Facultad de Estudios Internacionales de la UAS. En el 2000 y 2003 tuvo el cargo de Supervisora del Programa de Resultados Preliminares del Instituto Federal Electoral.

Estuvo a cargo de la Coordinación Académica FIC-UAS (enero 2017 a marzo 2021). Adscrita a la Facultad de Informática de la UAS, Campus Culiacán. Sus intereses de investigación son la Salud y Calidad de vida, Bienestar Psicosocial. Correo electrónico: cpvillar@uas.edu.mx

David Alberto Rodríguez Medina. Licenciado y Doctor en Psicología por la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM). Obtuvo una beca Posdoctoral en el Centro Regional de Investigaciones Multidisciplinarias, UNAM. Es Profesor Investigador Titular C, adscrito al Departamento de Sociología de la Universidad Autónoma Metropolitana unidad Iztapalapa, con reconocimiento como Investigador Nacional. Ha publicado 41 artículos en revistas indexadas y 10 capítulos en libros universitarios. Es tutor de diversos programas maestría y doctorado en Psicología por la UNAM, la Universidad Veracruzana, la Universidad Autónoma de Ciudad Juárez y en la Universidad Autónoma de Querétaro. En 2016 obtuvo el premio en investigación en enfermedades crónicas no transmisibles por la Secretaría de Salud del Estado de Querétaro. En 2021 obtuvo el tercer lugar en el Concurso Académico del 1er Coloquio de Educación Virtual de la UAM 2021. Entre sus intereses de investigación se encuentran: Salud y Bienestar; Termorregulación Socioafectiva; Intervención Psicosocial; Estrés Social y Regulación Emocional; Conducta y Cognición Social. Correo electrónico: [drodriguez@xanum.uam.mx](mailto:droduiguez@xanum.uam.mx)

Carmen Lucia Vega Manjarrez. Licenciada en Psicología, Maestra en Psicología de la Salud y Doctora en Educación y Diversidad. Profesora e Investigadora adscrita a las Facultades de Psicología y de Ciencias de la Nutrición y Gastronomía en la Universidad Autónoma de Sinaloa. Miembro fundador de PSICSOS. Asociación de Psicólogos Sociales de

Sinaloa. Miembro fundador de la Red de Investigación en Psicología de la Salud (REDIPSA). Red Académica de colaboración para la Investigación e intervención en Psicología de la Salud. Miembro fundador de Asociación Latinoamericana de Psicología de la Salud (ALAPSA). Asociación Latinoamericana de Psicología de la Salud. Miembro fundador de RIEVA. Red Iberoamericana para el estudio de la violencia en la adolescencia está adscrita a la Facultad de Psicología UAS, con líneas de investigación en Psicología de la salud (Salud y Calidad de vida, Bienestar Psicosocial). Correo electrónico: carmenvega@uas.edu.mx

Concepción Rosío Herrera Aguilar. Maestra de Asignatura de la Facultad de Psicología de la Universidad Autónoma de Sinaloa, Maestra de Orientación Educativa de la Unidad Académica “Dr. Salvador Allende”, Coordinadora del Área Social, Coordinadora del Área Socio Laboral y Fase Social en diversas ocasiones. Maestra del Área de Psicología Comunitaria, Maestra del Área Sociolaboral, de la Fase Social. Integrante de la Comisión del II (1994) Y III (2011) Diseño Curricular de la Facultad de Psicología de la Universidad Autónoma de Sinaloa. Integrante de la Comisión del IV Rediseño Curricular de la Facultad de Psicología (2023) U.A.S. Integrante y Coordinadora Académica de los Encuentros de Psicología Social U.A.S – U.A.E.M. (1986-1988), MEXICO- CENTRO AMERICA (1988-1990) y México – Centro América y del Caribe (1990 – 1997). Adscrita a la Facultad de Psicología de la UAS, con intereses de investigación en Psicología de la salud (Salud y Calidad de vida, Bienestar Psicosocial). Correo electrónico: rosioherrera@uas.edu.mx

Yukaren Lizeth Núñez Chaidez. Maestra de asignatura de la Facultad de Psicología de la Universidad Autónoma de Sinaloa (UAS), orientada al área de la psicología social y metodología. Su formación académica es: Licenciatura en Psicología (Facultad de Psicología, UAS), Maestría en Docencia en Ciencias de la Salud (Facultad de Medicina, UAS), pasante del Doctorado en Educación (Universidad Santander). Participa como asesora de informes finales de Servicio Social y ha colaborado como tutora de grupo. En su formación laboral participo y colaboro como coordinadora y psicóloga social clínica y comunitaria en SEMUJERES (marzo 2016 a noviembre 2019). Adscrita a la Facultad de Psicología de la UAS, con líneas de interés en Psicología de la salud (Salud y Calidad de vida, Bienestar Psicosocial). Correo electrónico: yukarennunez@uas.edu.mx