

## ESTRÉS ACADÉMICO, DEPRESIÓN Y SU RELACIÓN CON EL REZAGO ESCOLAR EN UNA MUESTRA DE ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS MEXICANOS.

ACADEMIC STRESS, DEPRESSION, AND THEIR RELATIONSHIP WITH  
ACADEMIC DELAY IN A SAMPLE OF MEXICAN UNIVERSITY STUDENTS

**Edith Villafaña- Cruz, Ofelia Pichardo-Montes de Oca,**

**Ana Karen Talavera-Peña, Eric Alonso Abarca-Castro**

Universidad Autónoma Metropolitana unidad Lerma, México.

*Correspondencia:* e.abarca@correo.ler.uam.mx

### Resumen

La salud mental en estudiantes universitarios está influenciada por factores educativos que pueden actuar como protectores o de riesgo. El estrés académico, la depresión y la ansiedad son variables que afectan negativamente el rendimiento académico y pueden conllevar a deficiencias académicas. El presente estudio identificó la relación entre el estrés académico y la depresión con el rezago escolar en estudiantes universitarios. Se utilizó un diseño no experimental de corte transversal con enfoque cuantitativo, correlacional y descriptivo. La muestra estuvo compuesta por 85 universitarios de licenciatura de la Universidad Autónoma Metropolitana-Lerma. Se utilizó el inventario SISCO SV-21 para el estrés académico, el inventario de Beck BDI-II para la depresión y una entrevista sociodemográfica-académica. El estudio reveló rezago escolar en el 52% de los participantes. En cuanto al estrés académico, el

80% de los estudiantes con rezago presentaron niveles moderados y 20% niveles severos. En depresión, el 30% del grupo con rezago mostró niveles moderados y 30% niveles graves, mientras que, en el grupo sin rezago, el 39% presentó depresión mínima. Se encontró una correlación positiva moderada entre el rezago escolar y la depresión ( $r=0.393$ ,  $p=0.008$ ), así como entre el estrés académico y la depresión ( $r=0.354$ ,  $p=0.018$ ) en el grupo con rezago. El rezago escolar está correlacionado con niveles elevados de depresión, lo cual podría influir en el rendimiento académico. Es crucial implementar intervenciones que aborden el manejo del estrés académico y la sintomatología depresiva en estudiantes universitarios para mejorar su calidad de vida y bienestar personal.

**Palabras clave:** rezago escolar, estrés académico, depresión, estudiantes universitarios, salud mental.

### Abstract

Mental health in university students is influenced by educational factors that can act as protective or risk elements. Academic stress, depression, and anxiety are variables that negatively affect academic performance and can lead to academic deficiencies. This study identified the relationship between academic stress and depression with academic delay in university students. A non-experimental, cross-sectional design with a quantitative, correlational, and descriptive approach was used. The sample consisted of 85 undergraduate students from the Universidad Autónoma Metropolitana-Lerma. The SISCO SV-21 inventory for academic stress, the Beck BDI-II inventory for depression, and a sociodemographic-academic interview were used. The study revealed academic delay in 52% of the participants. Regarding academic stress, 80% of the students with academic delay presented moderate levels, and 20% presented severe levels. In terms of depression, 30% of the group with academic delay showed moderate levels,

and 30% showed severe levels, while in the group without academic delay, 39% presented minimal depression. A moderate positive correlation was found between academic delay and depression ( $r=0.393$ ,  $p=0.008$ ), as well as between academic stress and depression ( $r=0.354$ ,  $p=0.018$ ) in the group with academic delay. Academic delay is correlated with elevated levels of depression, which could influence academic performance. It is crucial to implement interventions that address the management of academic stress and depressive symptoms in university students to improve their quality of life and personal well-being.

**Keywords:** academic delay, academic stress, depression, university students, mental health

### Introducción

Desde la perspectiva de la salud mental en estudiantes universitarios, existen diferentes factores presentes en el ámbito educativo que pueden actuar como agentes protectores o de riesgo, influyendo algunos de ellos de manera negativa en el proceso formativo y que pueden estar relacionados con las deficiencias académicas. En ese contexto, el estrés académico, la depresión y la ansiedad son las variables frecuentemente vinculadas con estas dificultades en el aprendizaje, las cuales interfieren con factores educativos como el atraso escolar, rendimiento académico, grado de reprobación y fracaso escolar, estos últimos considerados como indicadores ocultos del rezago escolar (Jiménez-Franco y Valle-Gómez, 2016; Ortiz-Sánchez et al., 2020), por lo tanto, el análisis y estudio de estas variables de salud mental desempeñan un papel fundamental para comprender de manera integral el desarrollo académico.

Los estudiantes universitarios enfrentan altas demandas sociales y académicas, como la transición al entorno universitario, el rendimiento

adecuado, la carga del plan de estudios y las evaluaciones constantes como tareas, entregas, exposiciones y exámenes (Zárate-Depraect et al., 2018; Yousif et al., 2022). Lo cual, de acuerdo con las habilidades que presente el estudiantado, pueden contribuir al desarrollo de síntomas relacionados con el estrés generado por la carga académica en personas universitarias.

El estrés, por lo general, suele ser categorizado en razón de la fuente de origen, por ejemplo, se puede categorizar en estrés laboral, estrés postraumático y estrés académico, entre otros. En cuanto al estrés académico se define como un proceso de tipo sistémico y adaptativo con implicaciones psicológicas, caracterizado por la presencia de malestar físico y mental del estudiantado, el cual surge como resultado de las exigencias y de las presiones que son propias del contexto académico. Este tipo de estrés puede provocar diversas problemáticas, como por ejemplo la influencia negativa en la salud en general y en el rendimiento académico de los estudiantes universitarios (Silva-Ramos et al., 2020).

Autores como Berrío y Mazo (2011) y Rivas-Acuña et al., (2014) indican que una de cada cuatro personas en el mundo sufre estrés, dentro de los cuales se encuentran los estudiantes universitarios, algunos estudios indican que la incidencia del estrés en esta población es mayor al 60% en niveles de moderado a severo (Rodríguez-Terána y Cottonieto-Martínez, 2022; Silva-Ramos et al., 2020); y otros estudios han reportado una incidencia de estrés académico mayor al 90% en niveles moderados y severos (Cassaretto et al., 2021; Jerez-Mendoza y Oyarzo-Barría, 2015).

El proceso de aprendizaje en la universidad requiere un alto grado de compromiso y esfuerzo intelectual. Sin embargo, el estrés académico puede llevar a la procrastinación, la evitación de tareas y la disminución

de la motivación, factores que contribuyen al rezago escolar. Además, el estudiantado con síntomas de estrés puede tener dificultades para participar activamente en las clases, colaborar con sus pares y aprovechar las oportunidades de aprendizaje fuera del aula (Zárate-Depraect et al., 2018).

Las dificultades para hacer frente a las situaciones del entorno que generan estrés, en este caso el estrés académico, están relacionadas con las estrategias de afrontamiento y las habilidades de adaptación del estudiantado, debido a factores relacionados con el ambiente académico, el cual si se presenta de manera prolongada y en altos niveles llega a convertirse en estrés crónico (Barraza-Macías, 2018; Silva-Ramos et al., 2020), esta condición puede provocar síntomas físicos como problemas digestivos, tensión muscular de brazos y piernas, incremento de la frecuencia cardíaca, respiración lenta, transpiración, trastornos del sueño, fatiga crónica y cefalea (Gutiérrez y Amador, 2016). Asimismo, la persona estudiante es propensa a desarrollar manifestaciones psicológicas y conductuales como la ansiedad o la depresión, por esta razón, existe mayor riesgo de manifestar comorbilidades psicológicas (González, 2021).

El estrés académico no solo impacta en el bienestar emocional del estudiantado, sino que también tiene consecuencias en su rendimiento académico y trayectoria educativa. La presión constante puede llevar a problemas de salud mental más graves, como la ansiedad y la depresión, que a su vez contribuyen al rezago escolar y a la deserción (Jiménez-Franco y Valle-Gómez, 2016; Ortiz-Sánchez et al., 2020). Este ciclo puede resultar en un deterioro progresivo del desempeño académico, aumentando la probabilidad de que el estudiantado repita cursos o abandone sus estudios antes de tiempo.

La depresión es otra condición mental que afecta significativamente el rendimiento académico. Las personas estudiantes deprimidas o con síntomas depresivos a menudo experimentan sentimientos de desesperanza, baja autoestima y una pérdida de interés en actividades que antes disfrutaban, incluyendo sus estudios (Asociación Americana de Psiquiatría [APA], 2014). Estos síntomas pueden llevar a una disminución en el rendimiento académico, ya que la falta de motivación y concentración impide el cumplimiento de las tareas y la participación en actividades académicas.

La manifestación secundaria de la depresión a partir del estrés crónico, se ha demostrado que se origina gracias a la interacción neuroendocrinoinmunológica (NEI), la función principal de esta interacción es mantener la homeostasis ante estímulos psicológicos y físicos, y al estar en una exposición constante de estrés, se promueve una desregulación en las interacciones NEI a causa de la liberación de cortisol en exceso, promoviendo el desarrollo de citocinas proinflamatorias y que cuando estas aumentan, se generan efectos a nivel conductual y sistémico (Pavón-Romero et al., 2004). Por lo que, esta exposición constante promueve la activación de los mecanismos de adaptación al estrés de forma continua, llevando al organismo a una respuesta neuroquímica y conductualmente con mayor intensidad en eventos futuros, fenómeno conocido como sensibilización, por tanto, las altas concentraciones de citocinas proinflamatorias y la sensibilización, pueden predisponer a mantener y evolucionar en síntomas depresivos e incluso al desarrollo del mismo trastorno depresivo (Duval et al., 2010).

La relación entre depresión y rendimiento académico es bidireccional. Mientras que la depresión puede llevar a un bajo rendimiento académico, las dificultades académicas también pueden exacerbar los síntomas

depresivos, creando un ciclo que es difícil de romper sin intervención profesional adecuada (Nyer et al., 2013). Este ciclo es particularmente problemático en el contexto post COVID-19, donde el estudiantado ya enfrenta niveles elevados de estrés y presión académica.

Actualmente, el rezago escolar forma parte de los retos que debe enfrentar el Sistema Educativo Nacional en México, debido a la relación existente con la deserción escolar (Comisión Nacional para la Mejora Continua de la Educación [MEJOREDU], 2022; Instituto Nacional para la Evaluación de la Educación, 2010; Gutiérrez et al., 2011). El rezago escolar, se caracteriza por la reprobación y repetición de un grado o un periodo escolar, lo que tiene como consecuencia un desfase que impide cumplir con el nivel educativo que esté de acorde con la edad de la persona estudiante (Secretaría de Educación Pública, 2022). El origen del rezago escolar se ha asociado principalmente con factores socioeconómicos, culturales e institucionales (Mendoza y Zúñiga, 2017; Vera-Noriega et al., 2012), ya que estos se han considerado esenciales en la reestructuración y calidad de la educación, especialmente al momento de considerar los costos generados a nivel país (Vera-Noriega et al., 2012).

Debido al aumento en las condiciones negativas de salud mental post pandemia y a las repercusiones del desempeño académico debido al bajo funcionamiento cognitivo y físico a causa de la presencia de situaciones académicas estresantes y síntomas depresivos (Nyer et al., 2013; Serrano et al. 2023), esta investigación tuvo como objetivo identificar la relación entre una muestra de estudiantes de licenciatura con rezago escolar (con atraso de un periodo escolar en su trayectoria académica) y sin rezago escolar (que siguen una trayectoria esperada o ideal en su proceso educativo), con los síntomas del estrés académico y la depresión. Se determinó como

hipótesis que, existe una asociación entre la presencia de estrés académico y depresión con el porcentaje de créditos atrasados respecto al trimestre en que deberían ubicarse los estudiantes.

## **Método**

### ***Diseño de estudio***

Diseño no experimental de corte transversal con enfoque cuantitativo correlacional y descriptivo.

### ***Participantes***

El total de participantes fue de 85 alumnos de licenciatura. El muestreo fue no probabilístico de tipo intencional (Chacón et al., 2022).

### ***Criterios de inclusión y exclusión***

Como criterios de inclusión se tomaron en cuenta ser mayor de 18 años, estar matriculado al momento de la evaluación en alguna de las licenciaturas de la Universidad Autónoma Metropolitana-Lerma (Psicología Biomédica, Ciencia y Tecnología de Alimentos, Biología Ambiental, Recursos Hidráulicos, Arte y Comunicación Digital, Educación y Tecnologías Digitales, Computación y Telecomunicaciones, Políticas Públicas y Sistemas Mecatrónicos Industriales). Los criterios de exclusión fueron, no completar adecuadamente las pruebas aplicadas, presentar alguna patología diagnosticada y estar en tratamiento psiquiátrico.

### ***Instrumentos***

**Inventario Sistémico Cognoscitivista para el estudio del estrés académico (SISCO SV-21).** El Inventario Sistémico Cognoscitivista para el Estudio del Estrés Académico segunda versión (SISCO SV-21; Barraza-Macías, 2018), es un instrumento que evalúa las reacciones psicológicas

y comportamentales relacionadas con el estrés académico en tres niveles: leve, moderado y severo. Presenta confiabilidad de 0.85 de alfa de Cronbach y consistencia interna de 0.94 alfa de Cronbach.

**Inventario de Depresión de Beck Segunda Versión.** El Inventario de Depresión de Beck en su segunda versión (BDI-II, Beck et al., 1996), es un instrumento que mide la severidad de los síntomas de depresión de acuerdo con los criterios establecidos para el diagnóstico de los trastornos depresivos (APA, 2014). Tiene una consistencia interna de 0.91 de alfa de Cronbach. Brinda información sobre sintomatología depresiva mínima, leve, moderada y severa de acuerdo con el puntaje obtenido.

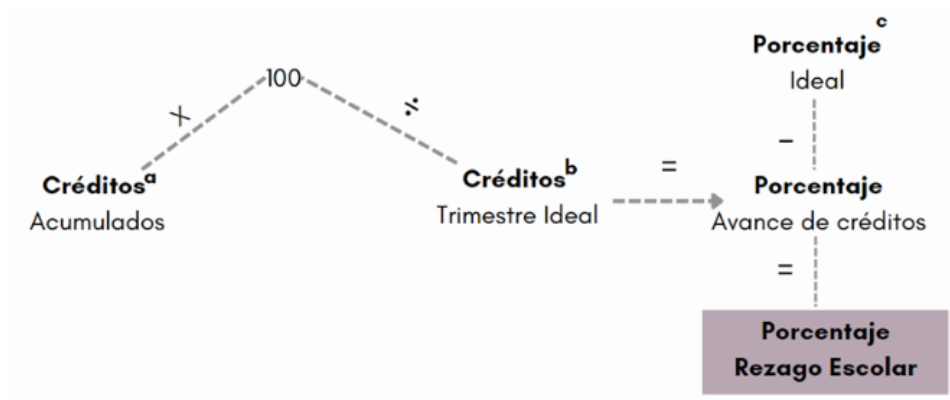
**Entrevista de datos sociodemográficos y académicos.** Se elaboró una entrevista Ad hoc, específica para esta investigación en la cual se obtuvieron datos sociodemográficos y de relevancia para el estudio, como por ejemplo la trayectoria académica del estudiante.

### ***Procedimiento***

Por medio de invitación en redes sociales universitarias y de publicidad física distribuida en la unidad universitaria se convocó a participar en el estudio. Cada participante completó las pruebas con la guía de un evaluador entrenado para ello, en un lugar adecuado y destinado para completar los instrumentos aplicados. La aplicación se realizó a estudiantes que aceptaron participar a través de la firma autógrafa en el consentimiento informado. La base de datos se dividió en dos grupos, uno compuesto por quienes presentaban rezago escolar y quienes no, lo cual fue determinado por el trimestre que cada alumno debería cursar en función de su ingreso a la licenciatura al momento de su participación en este estudio. Para determinar el grado de rezago de cada participante se realizó un análisis entre los

créditos acumulados y los créditos que debería cubrir idealmente; donde el 100% representa el avance de créditos ideal, y la diferencia entre este y el avance real es el porcentaje de rezago escolar como se puede observar en la figura 1.

**Figura 1. Fórmula para el cálculo del Rezagó Escolar.**



Nota. a: Créditos acumulados a lo largo de los trimestres cursados. b: Créditos de acuerdo con el trimestre ideal que el estudiante debería haber cursado. c: 100% de créditos.

### *Análisis estadístico*

El análisis estadístico se realizó en el programa GraphPad Prism versión 8.0.2 para Windows, además de emplearse el programa de Excel para el reporte descriptivo de la muestra. Se comprobó la normalidad de los datos en cada grupo, mediante la prueba de Shapiro-Wilk. Para la identificación de la relación entre las variables de estudio, se realizó una prueba de correlación de Pearson entre las variables de salud mental: estrés académico y depresión con las variables sin rezago escolar y con rezago escolar, respectivamente en cada grupo, esta última medida a partir del porcentaje de créditos atrasados. Además, se consideró un intervalo de confianza del 95%, es decir, con una  $p < 0.05$ .

### *Consideraciones Éticas*

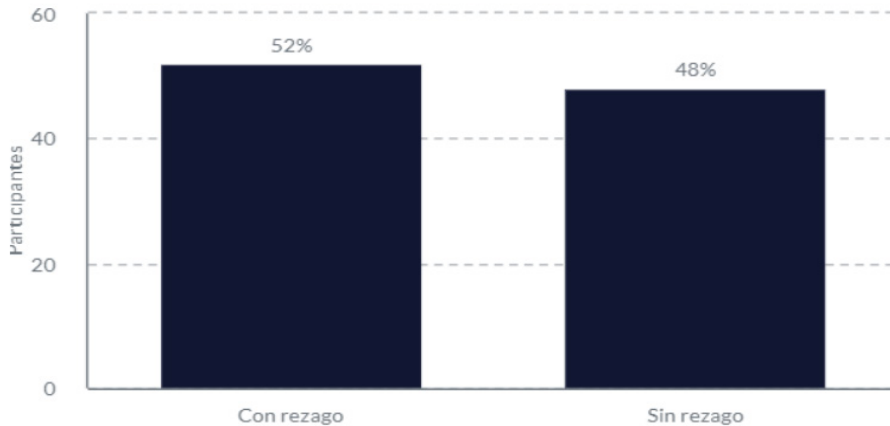
La participación de los estudiantes fue voluntaria y confidencial mediante consentimiento informado, asimismo se condujo bajo los principios establecidos en la declaración de Helsinki de la Asociación Médica Mundial (Mazzanti, 2011). Esta investigación forma parte del proyecto Estrés académico en estudiantes de la UAM Lerma, con número de acuerdo 166-(11.23.5), por parte del Consejo Divisional de Ciencias Biológicas y de la Salud de la Unidad Lerma, además, contó con la aprobación por parte del comité de ética de la UAM Xochimilco, con número de registro CEI.2022.18.

### **Resultados**

La muestra estuvo compuesta por 85 alumnos de licenciatura, de ellos el 75% estuvo conformada por mujeres y el 25% por hombres, con una media de edad de 22 años. En la figura 2 se muestran los resultados del rezago escolar, donde el 52% de los estudiantes presentó rezago escolar, mientras que el 48% no reportó rezago escolar. De los participantes que presentaban rezago escolar, el 70% fueron mujeres y el 30% hombres. Asimismo, del grupo que no presentaba rezago escolar al momento de la evaluación, el 80% corresponde a mujeres y 20% a hombres.

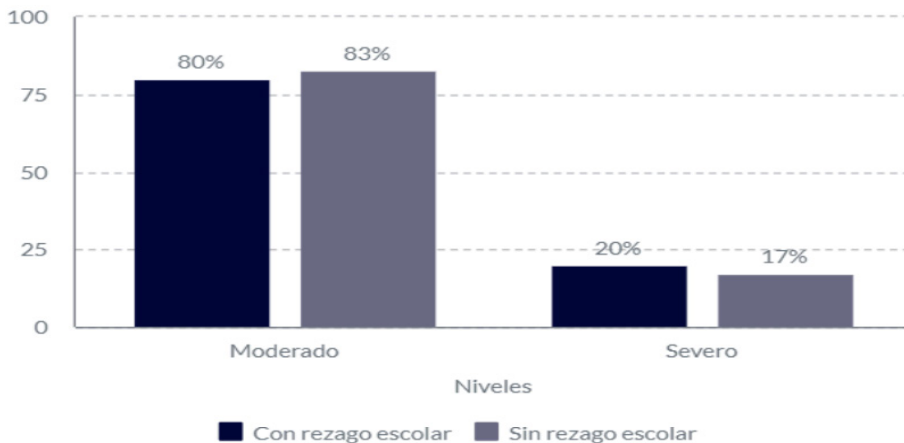
En lo que respecta al grado de rezago escolar, del 52% de los estudiantes que presentaron rezago escolar, 45% tenía un trimestre rezagado, 21% dos trimestres rezagados y 14% tres trimestres (un año), el 7% de los estudiantes presentaron rezago escolar de un año y un trimestre, 7% un rezago de dos años. Asimismo, el 2% de los estudiantes presentó rezago escolar equivalente a un año y dos trimestres, 2% rezago de tres años y 2% cuatro años de rezago.

**Figura 2. Porcentaje de Rezago Escolar presente en estudiantes de la UAM-Lerma.**



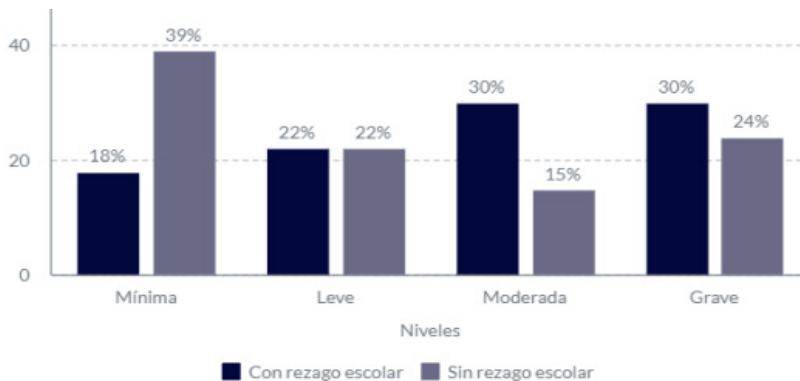
Referente a Estrés Académico de la prueba SISCO SV-21, los participantes que presentaron rezago escolar (52%), el 80% presentó estrés académico moderado y el 20% estrés académico severo. En cuanto a los participantes sin rezago escolar, el 83% manifestó estrés académico moderado y el 17% estrés académico severo como se muestra en la figura 3.

**Figura 3. Niveles de Estrés Académico de acuerdo con SISCO SV-21 en los grupos con y sin rezago escolar**



De acuerdo con los resultados obtenidos en la prueba BDI-II, de los participantes que manifestaron rezago escolar (52%), el 18% presentaron un nivel mínimo, el 22% mostró un nivel leve, el 30% manifestó un nivel moderado y el 30% reveló un nivel grave de depresión (Figura 4). En lo que se refiere al grupo que no presentó rezago escolar (48%), el 39% manifestó depresión mínima, el 22% mostró depresión leve, el 15% exhibió depresión moderada y 24% depresión grave como se expone en la figura 4.

**Figura 4. Niveles de depresión de acuerdo al BDI-II en los grupos con rezago escolar y sin rezago escolar**



Las correlaciones se realizaron con un intervalo de confianza correspondiente al 95% ( $p < 0.05$ ), mismas que presentaron un Coeficiente de Pearson ( $r$ ) de -1 a 1, para determinar la intensidad y dirección de la correlación, resaltando correlaciones moderadas positivas ( $r = 0.30$  a  $0.50$ ) en el grupo con rezago (Hernández et al., 2018).

**Tabla 1. Matriz de Correlación de Pearson del grupo con Rezago Escolar**

Variables	Rezago escolar	Estrés académico	Depresión
Rezago escolar	-	-	-
Estrés académico	0.154	-	-
Depresión	0.393*	0.354*	-

Nota. \* $p < 0.05$ ;  $r = 0.30$  a  $0.50$  (correlación moderada)

De acuerdo con los resultados obtenidos, como se puede observar en la tabla 1, se presentaron dos correlaciones de tipo moderada positivas en el grupo con rezago escolar, específicamente entre el rezago escolar y la depresión ( $r=0.393$ ,  $p=0.008$ ), por lo cual es posible que exista una asociación positiva en el rezago escolar y los síntomas de depresión y, entre el estrés académico y los síntomas de la depresión ( $r=0.354$ ,  $p=0.018$ ), esto podría indicar que probablemente exista una relación positiva entre los síntomas de estrés académico y los síntomas de depresión.

Referente al grupo sin rezago, no se encontraron correlaciones con el estrés académico y la depresión.

## Discusión

El rezago escolar es un fenómeno presente en las instituciones educativas, si bien, hasta ahora el rezago escolar ha sido estudiado desde diversas variantes, y no siempre ha sido fácil de analizar, puesto que en primer lugar la definición operacional del rezago escolar suele ser diversa y ajustable a las condiciones de las propias instituciones, pues, por un lado, es abordado a partir del grado de reprobación (Vera-Noriega, 2012) y en otros casos a partir del atraso en créditos (Peña-Olán, 2013).

En el presente estudio se determinó medir el rezago escolar a partir del porcentaje de créditos atrasados. Los principales resultados encontrados señalan que 1) el 52% del total de la muestra presentó rezago escolar; 2) la presencia de estrés académico en ambos grupos fue predominantemente moderado, similar a lo reportado por Vega-Valero et al. (2017), donde estudiantes con y sin rezago escolar presentaron estrés académico moderado a consecuencia de la sobrecarga académica y la falta de tiempo para realizar actividades; 3) la presencia de depresión osciló en los niveles moderado y grave en el grupo con rezago escolar, mientras que en el grupo sin rezago escolar la presencia fue superior en el nivel mínimo.

En cuanto a la correlación estadística de Pearson, se evidenció que aunque ambos grupos presentaban niveles predominantemente altos en estrés académico, en ninguno de los casos se presentó correlación con el rezago escolar, semejante a Vega-Valero et al. (2017), quienes debido al sistema de enseñanza-aprendizaje en su muestra y el programa curricular, no presentaron diferencias estadísticas entre alumnos con y sin rezago respecto al estrés académico; referente a la depresión, esta presenta correlación con el grupo de rezago escolar, lo cual coincide con estudios previos como el de Fouilloux et al., (2013) y Serrano et al., (2013), donde se señala que la presencia de síntomas de depresión afectan el desempeño y el promedio del alumno, además de asociarse con un aumento de 2.4% a 3% de reprobación en su siguiente año escolar, pues, la presencia de depresión es vista como un factor que influye en la probabilidad de incumplimiento y ausentismo escolar. Asimismo, se ha determinado que un peor estado de salud mental contribuye a peores resultados educativos (Needman et al., 2004).

Referente a la correlación presentada entre la depresión y el estrés académico, se ha demostrado que el estrés académico es un precedente de la depresión (Berino et al., 2023; Gutiérrez et al; 2010), con respecto a ello se ha reportado alta concentración de citocinas proinflamatorias y la sensibilización debido a la desregulación en la interacción neuroendocrino-inmune en el estrés, el cual predispone al desarrollo y mantenimiento de síntomas depresivos (Pavón-Romero et al., 2004; Duval et al., 2010).

Estos resultados son concordantes con estudios previos como los de Fouilloux et al. (2013) y Serrano et al. (2023), quienes han reportado que los síntomas depresivos afectan directamente el rendimiento académico y se asocian con mayores probabilidades de abandono escolar o de reprobación; lo cual puede manifestarse como el rezago escolar. Del mismo modo, estudios como el de Gutiérrez et al. (2010) señalan que el estrés académico sostenido puede actuar como un factor precursor de la depresión, lo que explicaría la correlación moderada entre ambas variables observada en este estudio.

Cabe señalar que, aunque el coeficiente no sugiere una causalidad directa, el carácter moderado de la correlación permite afirmar que la salud mental y en este caso, en especial en los niveles de depresión, representa un factor psicosocial que influye significativamente en la trayectoria académica del estudiantado universitario.

### **Conclusiones**

El rezago escolar en estudiantes universitarios mexicanos de la Universidad Autónoma Metropolitana-Lerma está relacionado con sintomatología y niveles elevados de depresión, lo cual podría influir en la disminución del rendimiento académico. La depresión en los estudiantes repercute negativamente en su capacidad de concentración, dificultad para atender responsabilidades académicas, preocupación por el futuro y desregulación en la toma de decisiones. Estos factores combinados subrayan la necesidad de abordar la salud mental como un componente clave para mejorar el rendimiento académico y el bienestar general de los estudiantes.

La presencia de depresión en niveles moderados y altos podría llevar a complicaciones de la salud mental y al desarrollo de otras patologías. Ante esto, es crucial atender la salud mental de los estudiantes universitarios mediante un diseño de intervención que incluya el manejo del estrés académico y la atención a la sintomatología depresiva, con la finalidad de fortalecer la calidad de vida y el bienestar personal durante este periodo de formación académica.

Para futuras investigaciones, se recomienda aumentar el tamaño de la muestra y asegurar que sea homogénea en cuanto al sexo. Además, sería beneficioso realizar un estudio comparativo para determinar similitudes y diferencias entre estos grupos.

## Referencias

- Asociación Americana de Psiquiatría. (2014). Manual Diagnóstico y Estadístico de Trastornos Mentales (5ta edición). Editorial Médica Panamericana.
- Barraza-Macías, A. M. (2018). Inventario Sistemico Cognoscitivista para el estudio del estrés académico. Segunda versión de 21 ítems. Books ECORFAN- México.
- Beck, A. T., Steer, R. A., y Brown, G. K. (1996). Manual. BDI-II. Inventario de Depresión de Beck-II. The Psychological Corporation.
- Berino Zarza, G. M., Liuzzi Cardozo, C. V., y Bazán Flecha, E. F. (2023). Relación entre Estrés Académico y Depresión en estudiantes universitarios de la ciudad de Asunción y Gran Asunción. *Revista Científica De La Facultad De Filosofía*, 18(2), 161–176. <https://doi.org/10.57201/rcff.v18i2.4001>
- Berrío, N., y Mazo, R. (2011). Estrés Académico. *Revista de Psicología Universidad de Antioquia*, 3(2). <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rpsua/v3n2/v3n2a6.pdf>
- Cassaretto, M., Vilela, P., y Gamarra, L. (2021). Estrés académico en universitarios peruanos: importancia de las conductas de salud, características sociodemográficas y académicas. *LIBERABIT. Revista Peruana De Psicología*, 27(2), e482 <https://doi.org/https://doi.org/10.24265/liberabit.2021.v27n2.07>
- Chacón, L. J., Robalino, G. E., Peñafiel, C., Cárdenas, J. H., y Cantuña, P. F. (2022). El Muestreo Intencional No Probabilístico como herramienta de la investigación científica en carreras de Ciencias de la Salud. *Revista Universidad y Sociedad*, 14(S5), 681-691.
- Comisión Nacional para la Mejora Continua de la Educación. (2022, noviembre). Indicadores Nacionales de la Mejora Continua de la Educación en México. Cifras del ciclo escolar 2020-2021. Edición 2022: 3(1). <https://www.mejoredu.gob.mx/images/publicaciones/indicadores-nacionales-2022.pdf>
- Duval, F., González, F., y Rabia, H. (2010). Neurobiología del estrés. *Revista chilena de neuro-psiquiatría*, 48(4), 307-318. <https://dx.doi.org/10.4067/S0717-92272010000500006>

- Fouilloux Morales, C., Barragán Pérez, V., Ortiz León, S., Jaimes Medrano, A., Urrutia Aguilar, M. E., y Guevara-Guzmán, R. (2013). Síntomas depresivos y rendimiento escolar en estudiantes de Medicina. *Salud mental*, 36(1), 59-65. [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0185-33252013000100008&lng=es&tlng=es](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0185-33252013000100008&lng=es&tlng=es).
- González Seemann, C. (2021). La salud mental de las y los estudiantes: un tema ausente en la política educativa de México. *Faro Educativo*, Apunte de política N° 28. Departamento de Educación, Universidad Iberoamericana Ciudad de México. <https://faroeducativo.ibero.mx/wp-content/uploads/2021/05/Apuntes-de-politica-28-3.pdf>
- Gutiérrez Huby, A. M., y Amador Murguía, M. A. (2016). Estudio del estrés en el ámbito académico para la mejora del rendimiento estudiantil. *Revista Quipukamayoc*, 24(45A), 23-28. <https://pdfs.semanticscholar.org/0da6/fa57fff158bbeec3d4003a951ef856b2a030.pdf>
- Gutiérrez Pulido, H., Mariscal González, M., Almanzor García, P. P., Ayala Dávila, M. C., Gama Hernández, V., y Lara Garza, G. (2011). Diez problemas de la población de Jalisco: una perspectiva sociodemográfica. Gobierno de Jalisco, Secretaría General de Gobierno. <https://ieeg.gob.mx/ns/wp-content/uploads/2019/06/Diez-problemas-de-la-poblaci%C3%B3n-de-Jalisco-una-perspectiva-sociodemogr%C3%A1fica.pdf>
- Gutiérrez Rodas, J. A., Montoya Vélez, L. M., Toro Isaza, B. E., Briñón Zapata, M. A., Rosas Restrepo, E., y Salazar Quintero, L. E. (2010). Depresión en estudiantes universitarios y su asociación con el estrés académico. *Rev CES Med*, 24(1): 7-17. [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0120-87052010000100002](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0120-87052010000100002)
- Hernández Lalinde, J. D., J., Espinoza Castro, J. E., Peñalosa Tarazona, M. E., Rodríguez, J., Chacón Rangel, J. G., Tolosa Sierra, C. A., Arenas Torrado, M. K., y Carrillo Sierra, S. M. (2018). Sobre el uso adecuado del coeficiente de correlación de Pearson: definición, propiedades y suposiciones. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 37 (5), 587-595. [https://www.revistaavft.com/images/revistas/2018/avft\\_5\\_2018/25sobre\\_uso\\_adecuado\\_coeficiente.pdf](https://www.revistaavft.com/images/revistas/2018/avft_5_2018/25sobre_uso_adecuado_coeficiente.pdf)

- Instituto Nacional para la Evaluación de la Educación (2010). El derecho a la educación en México. Informe 2009. México, D.F: Instituto Nacional para la Evaluación de la Educación. <https://www.inee.edu.mx/publicaciones/el-derecho-a-la-educacion-enmexico-informe-2009>
- Jerez-Mendoza, M., y Oyarzo-Barría, C. (2015). Estrés académico en estudiantes del Departamento de Salud de la Universidad de Los Lagos Osorno. *Revista chilena de neuro-psiquiatría*, 53(3), 149-157. <https://dx.doi.org/10.4067/S0717-92272015000300002>
- Jiménez-Franco, V., y Valle-Gómez, T. R. (2016). Factores de Salud asociados al desempeño escolar: seguimiento de una generación del bachillerato en la UNAM. *Congresos CLABES*. <https://revistas.utp.ac.pa/index.php/clabes/article/download/902/929/>
- Mazzanti Di Ruggiero, M. D., (2011). Declaración de Helsinki, principios y valores bioéticos en juego en la investigación médica con seres humanos. *Revista Colombiana de Bioética*, 6(1), 125-144. <https://www.redalyc.org/pdf/1892/189219032009.pdf>
- Mendoza Cárdenas, E., y Zúñiga Coronado, M. (2017). Factores intra y extraescolares asociados al rezago educativo en comunidades vulnerables. *ALTERIDAD. Revista de Educación*, 12(1), 79–91. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.17163/alt.v12n1.2017.07>
- Needham, B.L., Crosnoe, R. y Muller C. (2004) Academic Failure in Secondary School: The Inter-Related Role of Health Problems and Educational Context [Fracaso académico en la educación secundaria: el papel interrelacionado de los problemas de salud y el contexto educativo]. *Soc Probl*, 51(4), 569-586. doi:10.1525/sp.2004.51.4.569.
- Nyer, M., Farabaugh, A., Fehling, K., Soskin, D., Holt, D., Papakostas, G. I., Pedrelli, P., Fava, M., Pisoni, A., Vitolo, O., y Mischoulon, D. (2013). Relationship between sleep disturbance and depression, anxiety, and functioning in college students [Relación entre las alteraciones del sueño y la depresión, ansiedad y el funcionamiento en estudiantes universitarios]. *Depression and anxiety*, 30(9), 873–880. <https://doi.org/10.1002/da.22064>

- Ortiz-Sánchez, P. A., Basave-Torres, R. I., Sánchez-Iturbe, P.G. y Ortiz-Ojeda P. T. (2020) Análisis sobre la presencia de depresión, estrés o ansiedad y su relación con el desempeño académico en estudiantes de licenciatura. *Revista De Educación Superior*. 4(11), 34-41. [https://www.ecorfan.org/republicofperu/research\\_journals/Revista\\_de\\_Educacion\\_Superior/vol4num11/Revista\\_de\\_Educacion\\_Superior\\_V4\\_N11\\_4.pdf](https://www.ecorfan.org/republicofperu/research_journals/Revista_de_Educacion_Superior/vol4num11/Revista_de_Educacion_Superior_V4_N11_4.pdf)
- Pavón-Romero, L., Hernández, M. E., Loría Salinas, F., y Sandoval-López, G. (2004). Interacciones Neuroendocrinoinmunológicas. *Salud Mental*, 7(3). 19-25. [http://www.revistasaludmental.mx/index.php/salud\\_mental/article/view/999/997](http://www.revistasaludmental.mx/index.php/salud_mental/article/view/999/997)
- Peña-Olán, V. C. (2013). Una mirada al rezago educativo y su impacto en la trayectoria escolar de los alumnos de la carrera de idiomas. Generaciones 2010-2013 de la División Académica de Educación y Artes de la UJAT. <https://revistas.ujat.mx/index.php/Cinzontle/article/view/2460>
- Rivas-Acuña, V., Jiménez-Palma, C. D. C., Méndez-Méndez, H. A., Cruz-Arceo, M. D. L. Á., Magaña-Castillo, M., y Victorino-Barra, A. (2014). Frecuencia e Intensidad del Estrés en Estudiantes de Licenciatura en Enfermería de la DACS. *Horizonte Sanitario*, 13(1), 162-169. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=457845146002>
- Rodríguez-Terána, R., y Cotonieto-Martínez, E. (2022). Estrés académico y resiliencia en estudiantes mexicanos de nuevo ingreso de una universidad privada. *Educación y Salud: Boletín Científico Instituto de Ciencias de la Salud Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo*, 10(20), 153-159. <https://doi.org/10.29057/icsa.v10i20.7164>
- SecretariadeEducaciónPública.(2022).Herramientaseducativasparaelinicio, permanencia y egreso del ciclo escolar de las niñas, niños y adolescentes de educación básica. <https://educacionbasica.sep.gob.mx/multimedia/RSC/BASICA/Documento/202108/202108-RSC-Herramientas%20educativas%20para%20el%20inicio,%20permanencia%20y%20egreso%20del%20ciclo%20escolar%20de%20las%20ni%C3%B1as%20ni%C3%B1os%20y%20adolescentes%20de%20la%20educaci%C3%B3n%20b%C3%A1sica.pdf>

- Serrano Barquín, C., Rojas García, A., y Ruggero, C. (2023). Depresión, ansiedad y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Revista Intercontinental De Psicología Y Educación*, 15(1), 47–60. <https://psicologiayeduacion.uic.mx/index.php/1/article/view/192>
- Silva-Ramos, M. F., López-Cocotle, J. J., y Meza-Zamora, M. E. C. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Investigación Y Ciencia*, 28(79), 75–83. <https://www.redalyc.org/jatsRepo/674/67462875008/html/index.html>
- Vega-Valero, C. Z., Gómez-Escobar, G., Rodríguez-Hernández, E. E., y Gálvez-Jaramillo, F. (2027). Estrés, apoyo social académico y rezago escolar en estudiantes universitarios. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*: 20(1). <https://www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin/vol20num1/Vol20No1Art2.pdf>
- Vera-Noriega, J., Ramos-Estrada, D. Y., Sotelo-Castillo, M. A., Echeverría-Castro, S., Serrano-Encinas, D. M., y Vales-García, J. J. (2012). Factores asociados al rezago en estudiantes de una institución de educación superior en México. *Revista Iberoamericana De Educación Superior*, 3(7). <https://doi.org/10.22201/iissue.20072872e.2012.7.64>
- Yousif, M. A., Arbab, A. H., y Yousef, B., A. (2022). Perceived Academic Stress, Causes, and Coping Strategies Among Undergraduate Pharmacy Students During the COVID-19 Pandemic [Estrés Académico Percibido, Causas y Estrategias de Afrontamiento entre Estudiantes Universitarios de Farmacia durante la Pandemia de COVID-19]. *Adv Med Educ Pract.* 28(13),189-197. DOI: 10.2147/AMEP.S350562.
- Zárate-Depraect, N. E., Soto-Decuir, M. G., Martínez-Aguirre, E. G., Castro-Castro, M. L., GarcíaJau, R. A., y López-Leyva, N., M. (2018). Hábitos de estudio y estrés en estudiantes del área de la salud. 21(3), 153-157. <https://scielo.isciii.es/pdf/fem/v21n3/2014-9832-fem-21-3-153.pdf>

**Envío a dictamen:** 17 febrero 2025

**Reenvío:** 19 junio 2025

**Aprobado:** 11 julio 2025

**Edith Villafaña-Cruz.** Licenciatura en Psicología Biomédica por la Universidad Autónoma Metropolitana Unidad Lerma, División Ciencias Biológicas y de la Salud. Cuenta con diversas colaboraciones en investigaciones y publicaciones sobre estrés académico. Correo electrónico: 2193038838@correo.ler.uam.mx

**Ofelia Pichardo-Montes de Oca.** Licenciatura en Psicología Biomédica por la Universidad Autónoma Metropolitana Unidad Lerma, División Ciencias Biológicas y de la Salud. Cuenta con diversas colaboraciones en investigaciones y publicaciones sobre estrés académico. Correo electrónico: 2193039433@correo.ler.uam.mx

**Ana Karen Talavera- Peña.** Doctora en Psicología y Salud por la Universidad Nacional Autónoma de México. Adscrita a la Universidad Autónoma Metropolitana Unidad Lerma, División Ciencias Biológicas y de la Salud. Cuenta con diversas publicaciones sobre salud mental, ansiedad, estrés académico, validación de escalas. Correo electrónico: a.talavera@correo.ler.uam.mx

**Eric Alonso Abarca-Castro.** Doctor en Estudios para el Desarrollo Humano por la Universidad Autónoma del Estado de México adscrito a la Universidad Autónoma Metropolitana Unidad Lerma, División Ciencias Biológicas y de la Salud. Cuenta con diversas publicaciones sobre salud mental, calidad de vida, desarrollo humano, ansiedad, validación de escalas. Correo electrónico: e.abarca@correo.ler.uam.mx