



UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO

Estrés académico en estudiantes de enfermería durante las prácticas pre-profesionales: identificación de factores y estrategias de manejo

Autor: Suquilandi Tenelema Luz Clara

Tutor: Ph.D. Gozález Gafas Carlos

Riobamba, Ecuador

2026



UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO
FACULTAD DE SALUD
CARRERA DE ENFERMERÍA

TRABAJO DE TITULACIÓN - MODALIDAD TRABAJO DE
INVESTIGACION

PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE:

Licenciada en Enfermería

TÍTULO:

Estrés académico en estudiantes de enfermería durante las prácticas pre-profesionales:

identificación de factores y estrategias de manejo

AUTOR:

Suquilandi Tenelema Luz Clara

TUTOR:

Ph.D. Gozález Gafas Carlos

Riobamba, Ecuador

2026

© DECLARATORIA DE AUTORÍA

Yo, Luz Clara Suquilandi Tenelema, con cédula de identidad 0606207389, autora del trabajo de titulación: Estrés académico en estudiantes de enfermería durante las prácticas pre-profesionales: identificación de factores y estrategias de manejo, certifico que la producción, ideas, opiniones, criterios, contenidos y conclusiones expuestas son de mi exclusiva responsabilidad.

Asimismo, cedo a la Universidad Nacional de Chimborazo, en forma no exclusiva, los derechos para su uso, comunicación pública, distribución, divulgación y/o reproducción total o parcial, por medio físico o digital; en esta cesión se entiende que el cesionario no podrá obtener beneficios económicos. La posible reclamación de terceros respecto de los derechos de autor de la obra referida, será de mi entera responsabilidad; librando a la Universidad Nacional de Chimborazo de posibles obligaciones.

En Riobamba, 21 de Octubre de 2026.



LUZ CLARA SUQUILANDI TENELEMA
NUI: 0606207389

DECLARATORIA SOBRE EL USO DE HERRAMIENTAS DE IA

Yo, Luz Clara Suquilandi Tenelema, con cédula de identidad 0606207389, autora del presente trabajo de titulación, declaro que el uso de herramientas de inteligencia artificial en la elaboración del presente trabajo de titulación se limitó exclusivamente al apoyo en la organización de ideas y a la mejora de la redacción y claridad expositiva, en los apartados de introducción, marco teórico y marco metodológico, sin implicar la generación autónoma de contenidos académicos, análisis, resultados, conclusiones ni aportes propios del proceso investigativo.

Asimismo, dejo constancia de que las decisiones académicas, el desarrollo conceptual, el enfoque metodológico, el análisis de fuentes y la interpretación de resultados son de mi exclusiva responsabilidad.

Finalmente, declaro que el uso de dichas herramientas no sustituyó mi criterio académico, ni vulneró las disposiciones institucionales sobre plagio, propiedad intelectual y autoría, manteniéndose el cumplimiento de las normas de citación y referenciación, con el fin de garantizar la transparencia académica y el uso ético y responsable de tecnologías emergentes en la elaboración del trabajo de titulación.

En Riobamba, 21 de Octubre de 2026.



LUZ CLARA SUQUILANDI TENELEMA
NUI: 0606207389

DEDICATORIA

A Dios, por ser mi guía, mi fortaleza y la fuente de sabiduría que me permitió superar cada uno de los desafíos y poder llegar hasta este momento muy importante en mi vida.

A mis padres, con todo mi amor y gratitud, por su amor incondicional, por ser el motor que me impulso a seguir adelante con mis estudios y acompañarme en cada etapa de este camino. Gracias por cada sacrificio silencioso, por cada esfuerzo y por creer en mí. Cada página de esta tesis refleja también el amor, la dedicación y el apoyo que me brindaron, este logro también es de ustedes como mío, porque incluso en los momentos que sentía que todo se me escapaba de las manos, ustedes siempre estuvieron ahí para darme fuerzas, levantarme y recordarme que debía seguir adelante. Les agradezco de todo corazón por confiar en mis capacidades, por motivarme a nunca rendirme y por desear siempre lo mejor para mi vida. Mi gratitud hacia ustedes será eterna.

A mi esposo, por su amor, comprensión paciencia y apoyo incondicional. Gracias por hacerme más fuerte y motivarme cada día a continuar el proceso, junto a ti encontré las fuerzas y determinación para seguir adelante, gracias por estar a mi lado en los largos viajes, por compartir conmigo el cansancio, las alegrías y los desafíos que implicó alcanzar esta meta. Gracias por caminar conmigo desde el principio, por construir juntos nuestros sueños, enfrentando cada dificultad con amor, esfuerzo y esperanza. Este logro también es tuyo.

A mi hermano, por estar siempre presente con su cariño, apoyo y palabras de aliento, por acompañarme de una u otra manera durante este camino y por brindarme la fortaleza necesaria para seguir adelante en cada momento difícil. Este logro también es tuyo.

AGRADECIMIENTO

Agradezco primeramente a Dios por ser el que me da vida, salud y esperanza de salir adelante por guiar mi camino e iluminar mi mente que hizo posible culminar esta etapa de mi formación académica. A la Universidad Nacional de Chimborazo por darme esta oportunidad de culminar mi formación académica, por cada docente que me brindaron sus conocimientos, experiencias y valores, que fue de gran importancia para mi crecimiento profesional y personal.

De manera especial, quiero expresar mis más sinceros agradecimientos a mi tutor, el Dr. Carlos Gafas, por su acompañamiento constante, su paciencia, compromiso y dedicación durante el desarrollo de este trabajo de investigación. Gracias por orientarme con dedicación y profesionalismo, por compartir sus conocimientos y acompañarme en cada etapa del proceso de titulación, haciendo posible la culminación exitosa de esta investigación.

Finalmente, quiero dar mis más sinceros agradecimientos a mi familia por siempre estar presente en mi vida dándome alientos de seguir adelante para ser una profesional, amigos y compañeros de la carrera por su compañía que fue de gran importancia durante todo este transcurso.

INDICE

RESUMEN	8
ABSTRACT.....	9
INTRODUCCIÓN	10
OBJETIVOS	15
MARCO REFERENCIAL	16
Factores que contribuyen al estrés académico en estudiantes de enfermería durante las prácticas pre-profesionales	18
Manifestaciones del estrés académico	20
Estrategias de afrontamiento del estrés académico	22
1.1.1 Estrategias individuales de afrontamiento.....	22
1.1.2 Estrategias institucionales de apoyo y manejo de estrés	23
METODOLOGÍA	26
Búsqueda bibliográfica	26
Criterios de inclusión y exclusión	27
Consideraciones éticas.....	28
RESULTADOS Y DISCUSIÓN	30
Factores asociados al estrés académico en estudiantes de enfermería durante las prácticas pre-profesionales.....	30
Manifestaciones	32
Estrategias de afrontamiento	32
CONCLUSIONES	35
RECOMENDACIONES	36
BIBLIOGRAFÍA	37
ANEXOS	41

RESUMEN

Introducción: El estrés académico constituye una problemática frecuente en los estudiantes de enfermería durante las prácticas pre-profesionales, debido a las elevadas exigencias académicas y asistenciales propias de los entornos clínicos. Estas demandas generan respuestas físicas, psicológicas y emocionales que pueden afectar el bienestar, el rendimiento académico y el desarrollo de competencias profesionales. **Objetivo:** Caracterizar el estrés académico en estudiantes de enfermería durante las prácticas pre-profesionales, identificando los principales factores asociados, sus manifestaciones y las estrategias de afrontamiento reportadas en la literatura científica. **Metodología:** Se realizó una revisión bibliográfica, de carácter descriptivo mediante el análisis de artículos científicos obtenidos de bases de datos especializadas, repositorios institucionales y revistas científicas relacionadas con las ciencias de la salud y la enfermería. **Resultados:** La evidencia científica analizada identificó como principales factores asociados al estrés académico la sobrecarga académica, las evaluaciones constantes, el temor a cometer errores durante la atención al paciente, la limitada experiencia clínica, las extensas jornadas de práctica y la responsabilidad inherente al cuidado de la salud. Entre las manifestaciones más frecuentes se encontraron ansiedad, agotamiento emocional, alteraciones del sueño, dificultades de concentración y disminución del rendimiento académico. Asimismo, las estrategias de afrontamiento más reportadas fueron la organización del tiempo, el apoyo social, las técnicas de relajación, la regulación emocional y la resolución de problemas. **Conclusiones:** El estrés académico repercute de manera significativa en la salud física, emocional y académica y en el desempeño académico de los estudiantes de enfermería durante las prácticas preprofesionales. Por ello, resulta necesario fortalecer programas institucionales orientados al apoyo psicológico, educación emocional y el desarrollo de estrategias de afrontamiento que favorezcan el bienestar y la formación integral de los futuros profesionales.

Palabras claves: *estrés académico, estudiantes de enfermería, prácticas clínicas, estrategias*

ABSTRACT

The present research work is about “**THE ACADEMIC STRESS IS A COMMON ISSUE AMONG NURSING STUDENTS DURING PRE-PROFESSIONAL CLINICAL PLACEMENTS, DUE THE HIGH ACADEMIC AND PATIENT-CARE DEMANDS INHERENT IN CLINICAL SETTINGS.** These demands trigger physical, psychological, and emotional responses that can impact well, and emotional responses that can affect well-being, academic performance, and the development of the experts skills **Objective:** In order to focus about the academic stress among nursing students during pre-professional clinical rotations , identifying the main associated factor, its manifestations, and coping strategies reported in the scientific literature. **Methodology:** A descriptive literature review was conducted by analyzing scientific articles obtained from specialized databases, institutional repositories, and journals related to health sciences and nursing major. **Results:** The scientific evidence review, identified academic overload for the following factors, frequently evaluations, fear of making mistakes while providing patient care, limited clinical experience, long clinical shifts, and the responsibility inherent in healthcare. The most frequent manifestations included anxiety, emotional exhaustion, sleep disturbances, concentration difficulties, and reduced academic performance. Additionally, the most commonly reported coping strategies were time management, social support, relaxation techniques, emotional regulation, and solve-problem **Conclusions:** Academic stress has significantly impact on the physical, emotional, and academic and well-being performance. Therefore, it is necessary to strengthen institutional programs focused on psychological support, Mental health mentoring , and coping strategies advancements that promote the well-being and comprehensive training for the next professionals.

Keywords: academic stress, nursing students, clinical placements, strategies.



Reviewed by:
Mgs. Doris Elizabeth Valle Vinueza
ENGLISH PROFESSOR
ID No.:0602019697

INTRODUCCIÓN

El estrés constituye una problemática frecuente en los estudiantes universitarios, especialmente en aquellos pertenecientes a carreras del área de salud, debido a las altas exigencias académicas, las responsabilidades en la atención de pacientes y la necesidad de desarrollar competencias profesionales en escenarios reales. En este caso, los estudiantes de enfermería representan una etapa fundamental de su formación, debido a que permitieron integrar conocimientos teóricos con habilidades clínicas; sin embargo, también implican enfrentar situaciones complejas relacionadas con el cuidado al paciente, toma de decisiones, interacción con el equipo sanitario y adaptación al entorno hospitalario, factores que pueden favorecer la aparición de estrés académico.^(15,23)

Desde una perspectiva psicológica, Lazarus y Folkman en 1984 plantean que el estrés surge a partir de la relación entre el individuo y el ambiente, cuando la persona percibe que las demandas del entorno superan sus recursos de afrontamiento. Esta concepción permite comprender el estrés como un proceso dinámico en el que intervienen la valoración personal de las situaciones y las estrategias utilizadas para responder ante ellas, siendo aplicable al análisis de las experiencias que atraviesan los estudiantes de enfermería durante sus prácticas clínicas.⁽¹⁾

A nivel mundial, diversos estudios han evidenciado que los estudiantes de enfermería presentan niveles significativos de estrés durante su formación práctica, debido principalmente a la transición del aula al escenario clínico real, la inseguridad frente a procedimientos, el temor a cometer errores y la responsabilidad progresiva en la atención del paciente. La literatura internacional señala que las manifestaciones del estrés pueden expresarse mediante alteraciones emocionales, cognitivas y fisiológicas, afectando el bienestar del estudiante.^(6,14,22)

En el contexto latinoamericano, investigaciones realizadas en estudiantes de enfermería han identificado que las prácticas preprofesionales constituyen uno de los periodos de mayor vulnerabilidad para el desarrollo de estrés académico. Entre los principales factores asociados se encuentran la sobrecarga académica y asistencial, la falta de experiencia clínica, las constantes evaluaciones por parte de los docentes y tutores, las dificultades en la comunicación con el equipo de salud y la exposición al sufrimiento humano. Asimismo, los estudios coinciden en que las estrategias de afrontamiento utilizadas por los estudiantes influyen en la manera en que enfrentan las demandas del entorno clínico.^(2,3,4)

En Ecuador, la formación de los estudiantes de enfermería también contempla la realización de prácticas pre-profesionales como parte del proceso de adquisición de competencias clínicas. Sin embargo, durante esta etapa pueden presentarse situaciones que van a generar estrés relacionadas con la adaptación a los servicios de salud, cumplimiento de actividades académicas, interacción con pacientes y profesionales sanitarios. A pesar de la relevancia de esta problemática, la evidencia científica nacional sobre los factores, manifestaciones y estrategias de manejo del estrés académico en estudiantes de enfermería aún se encuentra limitada y dispersa, lo que evidencia la necesidad de integrar los hallazgos disponibles mediante una revisión bibliográfica.^(29,30)

La formación en enfermería va más allá de la mera adquisición de teorías; también incluye el desarrollo de habilidades prácticas en entornos clínicos reales. Durante las prácticas pre-profesionales, los estudiantes enfrentan diversos retos que pueden generar altos niveles de estrés. Abordar este fenómeno es crucial tanto para el bienestar de los estudiantes como para garantizar una atención médica de calidad a los pacientes.⁽¹⁾

Para Fernández, Nuñez Di Ciero y Afio para ellos el comienzo en la universidad es un cambio drástico en la vida, ya que implica la adaptación a nuevas normas, responsabilidades y exigencias académicas dentro de un entorno cada vez más competitivo.⁽²⁾

Este proceso de transición puede generar una sensación de pérdida de control sobre el estilo de vida habitual, exponiendo al estudiante a múltiples factores que desencadenan el estrés relacionado con la organización del tiempo, la interacción con los docentes, las evaluaciones académicas y la incertidumbre frente al futuro profesional como resultado todas estas demandas pueden dar origen a alteraciones en el ámbito emocional, cognitivo y fisiológico.⁽²⁾

La Asociación Psicológica Americana en el año 2020 refiere que el tercio de los habitantes padece estrés crónico y el 48% del total de la población dice haber sentido incremento del estrés durante estos últimos 4 años debido a distintas funciones que desempeñan a lo largo de sus prácticas. La población que presenta un mayor índice de estrés es aquellas que pertenecen al sistema sanitario, especialmente a los internos de enfermería.⁽³⁾

En los últimos tres años algunos estudios permiten afirmar que los estudiantes que cursan las prácticas tiene una prevalencia de estrés y ansiedad que oscila entre 28,5% y 5,7%. Para algunos estudiantes, las prácticas pre-profesionales es una nueva etapa que afrontar, caracterizada por la transición del entorno teórico al ambiente práctico.⁽³⁾

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS), un elevado porcentaje de estudiantes de enfermería que experimentan ansiedad durante sus prácticas. Esta situación evidencia que la ansiedad constituye una de las manifestaciones psicológicas más frecuentes en este grupo, debido a las exigencias académicas y asistenciales propias de los entornos clínicos.⁽⁴⁾

Las prácticas clínicas constituyen un componente esencial en la formación de los estudiantes de enfermería porque aplican los conocimientos teóricos que fueron adquiriendo en el aula de forma que el estudiante vaya desarrollando habilidades y actitudes propias del ejercicio profesional. Durante este proceso, los estudiantes se enfrentan a múltiples situaciones que van desencadenando estrés en ellos, tales como el contacto directo con el sufrimiento del paciente, la inseguridad ante situaciones desconocidas y la elevada carga de trabajo asistencial.⁽⁵⁾

La evidencia revisada señala que uno de los principales factores estresores durante las prácticas pre-profesionales es la falta de competencia percibida para desempeñarse adecuadamente, especialmente al inicio de las experiencias prácticas, al miedo a cometer errores y a la incertidumbre respecto a su desempeño frente al paciente y ante tutores clínicos, lo cual ha sido identificado incluyen la sobrecarga de responsabilidades académicas y clínicas, la evaluación constante, la presión para cumplir con estándares de atención y la exigente carga de trabajo, que puede amplificar las respuestas de estrés.⁽⁶⁾

La literatura reciente también ha evidenciado que situaciones contextuales como la pandemia de COVID-19, incrementaron las demandas emocionales y académicas de los estudiantes de enfermería. La modificación de los entornos educativos, la combinación de modalidades de enseñanza virtual y presencial, así como la incertidumbre frente a la formación clínica, generaron nuevas fuentes de estrés que afectaron la adaptación y bienestar psicológico de los estudiantes, sino también las condiciones educativas, sociales y asistenciales en las que desarrolla su formación.⁽⁷⁾

Para Armijos et al. (2024) en Emiratos Árabes Unidos señala que factores como el entorno hospitalario, la discrepancia entre la teoría y la práctica, así como las actitudes de los tutores clínicos, son percibidos como importantes estresores. Asimismo, los estudiantes manifestaron que es necesario utilizar tanto estrategias de afrontamiento adaptativas, como el apoyo social a la vez estrategias desadaptativas, entre ellas la evitación, lo que pone de

manifiesto la necesidad de fortalecer mecanismos de afrontamiento eficaces desde la formación universitaria.⁽⁸⁾

De manera similar, en Argentina, Mila (2024) identificó que la evaluación por parte del docente representa uno de los principales desencadenantes de estrés académico, asociado a síntomas de ansiedad y angustia. La evidencia científica coincide en que el estrés académico durante las prácticas hospitalarias es un fenómeno persistente y de alcance global, lo que hace que las instituciones de educación superior implementen estrategias orientadas a promover entornos saludables y a fortalecer el desarrollo de competencia profesional en enfermería.⁽⁸⁾

Como sustento teórico de la presente investigación se considera pertinente el Modelo de Adaptación de Callista Roy, debido a que permite comprender la respuesta del estudiante frente a los estímulos provenientes del entorno clínico y académico. Es por ello, este modelo facilita el análisis de los mecanismos de afrontamiento y de las respuestas adaptativas desarrolladas ante las exigencias del entorno clínico, constituyéndose en un referente pertinente para interpretar la evidencia científica revisada.⁽¹⁹⁾

A pesar de la existencia de estudios relacionados con el estrés académico en estudiantes de enfermería, la evidencia científica disponible presenta diferencias en cuanto a los factores evaluados, las manifestaciones descritas y las estrategias de manejo identificadas, debido a las particularidades de cada contexto educativo y asistencial. Además, gran parte de las investigaciones analizan estos elementos de manera independiente, de forma que generan una fragmentación del conocimiento existente. Por esta razón, resulta importante realizar una revisión bibliográfica que permita integrar y analizar los hallazgos disponibles, proporcionando una visión amplia sobre la problemática y favoreciendo la identificación de aspectos relevantes para la formación de futuros profesionales de enfermería.⁽⁹⁾

La presente investigación adquiere relevancia científica debido a que permitirá organizar, sintetizar y analizar la evidencia disponible sobre el estrés académico durante las prácticas pre-profesionales de enfermería, considerando los factores asociados, las manifestaciones presentes y las estrategias de afrontamiento descritas en la literatura. Los principales beneficiarios serán los estudiantes de enfermería, docentes e instituciones de educación superior, debido a que los resultados podrán aportar información para fortalecer los procesos formativos, promover ambientes educativos saludables.

Con estos antecedentes, el abordaje de esta investigación tiene como objetivo caracterizar el nivel de estrés académico en los estudiantes de enfermería durante las prácticas pre-profesionales, identificando los factores que lo generan y las estrategias de manejo utilizadas con el fin de recopilar la bibliografía existente y dar respuesta a través de la revisión de la literatura.⁽⁹⁾

Considerando la importancia de la comprensión del estrés académico durante las prácticas pre-profesionales y la necesidad de integrar la información científica relacionada con sus factores asociados, manifestaciones y estrategias de afrontamiento, surge la siguiente pregunta de investigación:

¿Cuál es la evidencia científica disponible sobre el estrés académico en estudiantes de enfermería durante las prácticas pre-profesionales, considerando los factores asociados, las manifestaciones y las estrategias de afrontamiento?

OBJETIVOS

Objetivo General

- Caracterizar la evidencia científica disponible sobre el estrés académico en estudiantes de enfermería durante las prácticas pre-profesionales mediante la identificación de factores asociados, manifestaciones y estrategias de afrontamiento reportadas en la literatura científica.

Objetivos Específicos

- Identificar los principales factores internos y externos que generan estrés académico, reportados por estudiantes de enfermería durante las prácticas pre-profesionales, participantes en estudios de esa naturaleza.
- Describir las manifestaciones del estrés académico presentes en los estudiantes de enfermería durante las prácticas pre-profesionales, descritas en la literatura consultada.
- Reconocer las estrategias de manejo del estrés académico empleadas por los estudiantes de enfermería durante las prácticas pre-profesionales, según la evidencia reportada en la literatura científica.

MARCO REFERENCIAL

La Organización Mundial de la Salud (OMS) define el estrés como el “conjunto de reacciones fisiológicas que preparan al organismo para la acción”. Desde esta perspectiva, el estrés actúa como una alarma, un estímulo que impulsa a la acción y una respuesta esencial para la supervivencia. Esta respuesta puede ser adecuada a las demandas del entorno o, por el contrario, insuficiente o exagerada. Además, el estrés resulta del desequilibrio entre las exigencias y presiones que se llega a enfrentar una persona y sus conocimientos y capacidades, poniendo a prueba su habilidad para enfrentar dichas situaciones.⁽¹⁰⁾

El estrés es uno de los problemas de salud más extendidos en la sociedad actual. Este fenómeno multivariable surge de la interacción entre la persona y los eventos de su entorno, que se perciben como excesivos o amenazantes para sus recursos, poniendo en peligro su bienestar. La incorporación de este término en la vida cotidiana del siglo XXI ha confirmado su presencia en diversas áreas de la vida.⁽¹¹⁾

El estrés en el transcurso del tiempo ha sido estudiado por varios autores debido a los efectos de dicha enfermedad en el conglomerado humano, tanto es así que Sierra, Ortega y Zubeidat afirman que el estrés es un proceso adaptativo y de emergencia, esencial para la supervivencia. No se considera una emoción en sí mismo, sino que actúa como el agente que genera distintas emociones.⁽¹¹⁾

De igual manera Díaz y Gómez, definen el estrés como un fenómeno que se interpreta en relación con una amplia variedad de experiencias, incluyendo nerviosismo, tensión, cansancio, agobio, inquietud, desesperanza y otras sensaciones similares, así como una excesiva presión en el ámbito universitario, laboral o de otra naturaleza.⁽¹¹⁾

Shturman, define el estrés como “la respuesta inespecífica del organismo a cualquier demanda externa o interna del individuo, pudiendo manifestarse en signos físicos o emocionales”. De esta manera, concluye que el estrés afecta negativamente el desarrollo normal de las actividades de las personas, ya que impide el uso óptimo de sus capacidades psíquicas, motoras y mentales.⁽¹²⁾

Según estudios realizados sobre el estrés y su impacto en el desarrollo de las actividades humanas, se ha determinado que esta afección no se limita únicamente a altos ejecutivos en cargos demandantes, trabajadores en cargos medios, profesores y estudiantes. Estos estudios concluyen que el estrés debe ser entendido y estudiado como una condición que puede

disminuir las reacciones del individuo, afectando su capacidad receptiva, productiva, educativa y propositiva en todos los niveles y estratos sociales.⁽¹³⁾

Los principales síntomas que se presentan en los estudiantes son los siguientes:

- Cefaleas frecuentes
- Tartamudez o tartamudeo
- Temblores de manos o de labios
- Lumbalgias
- Mareos, desmayos
- Rubor frecuente, sudoración
- Boca seca, problemas para tragar
- Resfriados frecuentes, infecciones
- Urticaria
- Acidez estomacal
- Estreñimiento, diarrea
- Dificultad para respirar
- Ataques repentinos de pánico
- Disminución del deseo sexual
- Exceso de ansiedad, preocupación, culpa, nerviosismo
- Mayor ira, frustración
- Aumento o disminución del apetito
- Insomnio, pesadillas
- Dificultad para concentrarse
- Desorganización, olvido
- Sentimientos de soledad o de inutilidad
- Mentiras o excusas para cubrir el trabajo deficiente
- Retiro o aislamiento social
- Cansancio o pérdida de peso sin dieta
- Aumento del consumo de tabaco, alcohol o drogas
- Juego excesivo o compras por impulso

El estrés académico constituye una manifestación específica del estrés que se presenta en el contexto educativo como respuesta a una exigencia propia del proceso de formación. Estas pueden estar relacionadas con la carga de actividades académicas, evaluaciones,

cumplimiento de tareas, disponibilidad limitada de tiempo, presión por alcanzar determinados resultados y exigencias asociadas al proceso de aprendizaje. De esta forma, el estudiante puede percibir que las demandas académicas superan los recursos para afrontarlas, generando respuestas de tensión que pueden repercutir en su bienestar y desempeño estudiantil.⁽¹⁵⁾

En los estudiantes universitarios, el estrés académico puede presentarse de manera diferente según las características de cada carrera y las exigencias propias del proceso formativo. En este sentido, Bernedo et al. identifican que los estudiantes de Enfermería se encuentran expuestos a factores estresantes académicos como clínicos durante su proceso de formación, debido a la combinación de actividades teóricas y experiencias prácticas.⁽⁶⁾ De esta forma, la formación en Enfermería implica el desarrollo simultáneo de conocimientos, habilidades clínicas y competencias profesionales, incrementando la percepción del estrés en determinadas etapas de la carrera.

Las prácticas pre-profesionales representan una etapa muy importante dentro de la formación de Enfermería, ya que permiten al estudiante trasladar los conocimientos teóricos a situaciones reales de atención. Noor et al. analizaron el estrés y señalaron que estas experiencias pueden generar tensión debido a las responsabilidades relacionadas con el cuidado de los pacientes y a las exigencias propias del entorno clínico.⁽¹⁴⁾

Por tanto, las prácticas pre-profesionales en Enfermería constituyen una experiencia educativa orientada a la integración de los conocimientos teóricos con el desarrollo de habilidades, competencias y actitudes en escenarios reales de atención. Sin embargo, debido a las exigencias académicas y clínicas que las caracterizan, representan un contexto en el que pueden surgir diversos factores asociados al estrés académico. En consecuencia, su análisis resulta fundamental para comprender los factores, las manifestaciones y las estrategias de afrontamiento que experimentan los estudiantes de Enfermería durante sus prácticas pre-profesionales.⁽³⁰⁾

Factores que contribuyen al estrés académico en estudiantes de enfermería durante las prácticas pre-profesionales

En otro enfoque, las investigaciones evidencian que los factores estresores no son homogéneos a lo largo de todo el período de práctica, sino que cambian dependiendo de la etapa en que se encuentren los estudiantes de enfermería.⁽¹⁶⁾

Estudios realizados con estudiantes durante el período medio de su práctica clínica señaló que los estresores más comunes incluyeron razones personales, la organización de la docencia, las relaciones interpersonales en el entorno hospitalario, la percepción de las particularidades de la profesión y la planificación de la carrera profesional. Los estudiantes también manifestaron diferentes estilos de afrontamiento, donde incluyeron tanto la eliminación de factores que estresan a los estudiantes como la regulación de emociones para manejar la tensión emocional que se asocia con la práctica clínica.⁽¹⁶⁾

Las prácticas pre-profesionales representan una fuente importante de estrés para los estudiantes de enfermería, ya que pueden afectar su rendimiento y aumentar la probabilidad de cometer errores o enfrentarse a riesgos que se puede ocasionar dentro de las prácticas. Fenómeno que está relacionado con múltiples factores, entre ellos la carencia de recursos y materiales hospitalarios, el riesgo de contagio de enfermedades, las dificultades en la comunicación con el personal de salud y la elevada carga de trabajo.⁽¹⁶⁾

Muñoz refiere que los factores que contribuyen al estrés académico en estudiantes de enfermería durante sus prácticas pueden ser diversos y complejos como la carga de trabajo intenso, ya que, las prácticas suelen implicar largas horas de trabajo, turnos irregulares y la necesidad de cumplir con múltiples responsabilidades clínicas y académicas al mismo tiempo de esta manera pueden sentir una presión intensa para demostrar su competencia clínica y cumplir con las expectativas de sus supervisores y programas académicos.⁽¹⁶⁾

En cuanto al ambiente clínico demandante que los estudiantes están a exposición a situaciones clínicas complejas, pacientes críticos y decisiones médicas difíciles pueden generar estrés, especialmente cuando los estudiantes se enfrentan a nuevas experiencias sin la supervisión directa constante. Además, de las relaciones con el personal de salud, incluido médicos, enfermeras y otros estudiantes, pueden ser estresantes si hay conflictos o dificultades en la comunicación y la colaboración.⁽¹⁷⁾

La ansiedad que se presenta por no cumplir con los estándares académicos o clínicos puede ser un factor significativo, especialmente cuando se combinan con evaluaciones rigurosas y exámenes críticos.⁽¹⁸⁾

De acuerdo con Acosta D. et al. el Modelo de Adaptación de Sor Callista Roy explica que los estudiantes de enfermería responden a diferentes estímulos internos y externos mediante procesos de afrontamiento que determinan su capacidad de adaptación. En el contexto académico existe: factores de como la sobrecarga de actividades, evaluaciones, la

responsabilidad del cuidado, el temor a cometer errores y la incertidumbre de los estudiantes al no tener experiencia durante las prácticas clínicas estos actúan como estímulos que pueden desencadenar respuestas fisiológicas, psicológicas y sociales.⁽¹⁹⁾

En síntesis, los factores académicos, clínicos, personales, interpersonales e institucionales constituyen estímulos que pueden incrementar la percepción de estrés en los estudiantes de Enfermería durante sus prácticas. Ante estas demandas, pueden presentarse diferentes manifestaciones emocionales, físicas, cognitivas y conductuales, frente a las cuales los estudiantes manejan las situaciones estresantes favoreciendo su adaptación mediante estrategias de afrontamiento.⁽¹⁸⁾

Manifestaciones del estrés académico

El estrés académico constituye un fenómeno relevante durante la formación universitaria y puede intensificarse en estudiantes de enfermería debido a las exigencias propias de las prácticas pre-profesionales. Se manifiesta mediante un conjunto de respuestas emocionales, físicas, cognitivas y conductuales las cuales aparecen cuando el estudiante percibe las demandas académicas y clínicas superan sus recursos de afrontamiento.⁽¹⁴⁾

En cuanto a las manifestaciones emocionales, el estrés puede expresarse mediante ansiedad, nerviosismo, preocupación, temor, angustia, inseguridad, irritabilidad y sensación de agobio frente a las exigencias académicas y clínicas. Estas respuestas pueden intensificarse durante las prácticas pre-profesionales, especialmente cuando el estudiante tiene que asumir nuevas responsabilidades, interactuar con pacientes y responder a evaluaciones constantes.⁽¹⁵⁾

Las manifestaciones físicas comprenden principalmente cansancio, agotamiento, tensión y sensación de fatiga asociada a las exigencias de la formación académica y práctica. Estas respuestas pueden presentarse cuando el estudiante se encuentra sometido de forma continua a situaciones consideradas estresantes dentro de su proceso de formación.⁽¹⁵⁾

Respecto a las manifestaciones cognitivas, el estrés puede generar dificultades para concentrarse, preocupación constante, inseguridad para tomar decisiones, temor a cometer errores y sensación de incapacidad para afrontar determinadas situaciones. Durante las prácticas clínicas, estas manifestaciones se relacionan con la falta de experiencia y con la necesidad de aplicar conocimientos teóricos en escenarios reales de atención.⁽³⁾

Por otra parte, las manifestaciones conductuales pueden evidenciarse mediante dificultades para afrontar adecuadamente las situaciones estresantes, cambios en la manera de

relacionarse con otras personas, disminución del desempeño académico y tendencia a utilizar distintas estrategias de afrontamiento frente a las demandas percibidas.⁽¹⁵⁾

Por ende, las manifestaciones del estrés académico durante las prácticas pre-profesionales evidencian una respuesta multidimensional del estudiante frente a las exigencias de su formación. Estas respuestas pueden repercutir en su bienestar personal, en la manera de afrontar las situaciones propias del entorno clínico y en su desempeño académico, por lo que su identificación permite comprender de manera integral como el estrés llega a afectar el proceso de aprendizaje y por ende la adaptación durante la formación profesional de enfermería.⁽¹⁸⁾

Como consecuencia el estrés no manejado adecuadamente puede afectar la calidad del cuidado brindado por los estudiantes durante las prácticas clínicas. La literatura señala que el estrés excesivo se relaciona con las dificultades en la toma de decisiones, errores en la ejecución de procedimientos y problemas en la comunicación con pacientes y equipos de salud. Estas consecuencias refuerzan la necesidad de analizar el estrés académico no solo como un problema individual, sino también como un factor que impacta la seguridad del paciente y la calidad de la atención.⁽¹⁹⁾

Las consecuencias del estrés académico en estudiantes de enfermería van más allá de la esfera psicológica, impactando también aspectos cognitivos, conductuales y de salud física.⁽²⁰⁾

El estrés crónico puede manifestarse en problemas de concentración, ansiedad persistente, fatiga, alteraciones del sueño y otros síntomas somáticos que, si no son abordados a tiempo, estos se ven comprometidos en la permanencia y el éxito académico de los estudiantes.

Estos afectos enfatizan la importancia de identificar no solo los factores estresantes, sino también las estrategias que favorecen el manejo efectivo del estrés en contexto de alta demanda académica y clínica.⁽²¹⁾

En síntesis, las manifestaciones emocionales, físicas, cognitivas y conductuales representan las respuestas que pueden sugerir ante los factores estresantes presentes durante la formación y prácticas pre-profesionales. La intensidad y forma de estas respuestas pueden variar según las características del estudiante y los recursos disponibles para poder afrontar las demandas que se presenten durante este proceso, por lo que las estrategias de afrontamiento adquieren un papel fundamental para favorecer respuestas adaptativas ante el estrés académico.⁽¹⁸⁾

Estrategias de afrontamiento del estrés académico

1.1.1 Estrategias individuales de afrontamiento

Las estrategias individuales de afrontamiento constituyen los recursos y acciones que los estudiantes usan para enfrentar distintas situaciones estresantes que se presentan durante su formación y prácticas pre-profesionales. Estas se clasifican desde dos perspectivas complementarias: según su contribución al proceso de adaptación, en estrategias adaptativas y desadaptativas; y según el objetivo hacia el cual se dirige la respuesta, en estrategias centradas en el problema y estrategias centradas en la emoción.

Las estrategias adaptativas son aquellas que contribuyen a manejar de manera efectiva las situaciones estresantes y favorecen la adaptación del estudiante. Entre ellas se encuentran la planificación de tiempo, la organización de las actividades, la búsqueda de información, la práctica supervisada, el desarrollo de habilidades clínicas, la búsqueda de apoyo social y profesional, la reflexión sobre las experiencias vividas, y el fortalecimiento de conocimientos. De acuerdo con el Modelo de Adaptación de Sor Callista Roy, estas estrategias pueden favorecer la respuesta del estudiante ante los estímulos internos y externos presentes durante la práctica pre-profesionales, facilitando una mejor adaptación a las exigencias académicas y clínicas.⁽²⁹⁾

Por el contrario, las estrategias desadaptativas comprenden aquellas respuestas que dificultan el manejo adecuado de las situaciones que está pasando el estudiante. Entre ellas se encuentra la evitación, el aislamiento y otras formas de afrontamiento que, aunque puedan disminuir temporalmente la tensión, no necesariamente contribuyen a resolver el estrés. Estudios recientes han señalado que las estrategias activas se asocian con mejores indicadores de bienestar psicológico y un menor impacto negativo del estrés, mientras que las estrategias desadaptativas pueden aumentar la sensación de angustia o afectar el rendimiento académico.⁽²³⁾

Desde otra perspectiva, las estrategias centradas en el problema se dirigen directamente a modificar, controlar o resolver la situación que está generando el estrés. Entre estas se incluyen la planificación de tiempo, la búsqueda de información, la práctica supervisada, y el desarrollo de habilidades clínicas, debido a que permiten al estudiante actuar de manera directa sobre las demandas académicas y clínicas que se encuentran bajo su control.⁽²²⁾

Por su parte, las estrategias centradas en la emoción tienen como finalidad regular las respuestas emocionales que surgen ante las situaciones que desencadenan el estrés. Estas

comprenden el apoyo social, la relajación y la aceptación de las experiencias clínicas como parte del proceso de aprendizaje.⁽²²⁾ La literatura científica también resalta que la búsqueda de apoyo social de profesores, compañeros y familia constituye una estrategia protectora significativa frente al estrés académico en estudiantes de enfermería, favoreciendo la expresión emocional y la orientación profesional, lo que contribuye a reducir la sensación de aislamiento y permite un mejor afrontamiento de situaciones clínicas exigentes.

Esta forma de apoyo social se ha identificado como clave no solo para sostener el bienestar emocional, sino también para promover la resolución activa y la confianza del estudiante al enfrentarse a prácticas clínicas reales.⁽²⁸⁾

En este sentido, el Modelo de Adaptación permite comprender que el estrés académico no solo depende únicamente de los factores estresantes presentes en las prácticas preprofesionales, sino también de la capacidad de los estudiantes para utilizar estrategias de afrontamiento eficaces que le permitan adaptarse a las exigencias académicas y clínicas, favoreciendo su bienestar y su formación profesional.⁽²⁹⁾

1.1.2 Estrategias institucionales de apoyo y manejo de estrés

Además, las estrategias individuales utilizadas por los estudiantes, el manejo de estrés académico requiere la participación de las instituciones educativas y de los programas de Enfermería. Las estrategias institucionales corresponden a las acciones, recursos y programas implementados por las instituciones para prevenir, reducir o manejar el impacto del estrés generado en los estudiantes durante su formación y las prácticas pre-profesionales.

Dado este panorama, la literatura académica desde la necesidad de que las instituciones educativas y los programas de enfermería promueven entrenamiento explícito en las estrategias de afrontamiento adaptativo y apoyo emocional antes y durante las prácticas pre-profesionales. Esto incluye no solo el desarrollo de competencias técnicas, sino también la incorporación de talleres los módulos sobre el manejo del estrés, habilidades de comunicación clínica, establecimiento de redes de apoyo y reflexión sobre experiencias de cuidado en contexto reales. Tales como los enfoques que pueden mejorar la experiencia formativa y reducir el impacto negativo del estrés, facilitando la transición de estudiantes a profesional competente y resiliente.⁽²⁴⁾

Rodríguez y Núñez mencionan que los niveles de estrés, ansiedad y depresión en los estudiantes de enfermería que cursan sus prácticas pre-profesionales revelan que esta etapa formativa constituye una experiencia exigente, caracterizada por elevadas manifestaciones

de ansiedad y depresión, lo cual pone de manifiesto la necesidad de incorporar estrategias de apoyo que mitiguen estos efectos y favorezcan la salud y el bienestar psicológico de los estudiantes.⁽²⁵⁾

Entre las principales estrategias institucionales se encuentran los programas de acompañamiento emocional, la capacitación en habilidades de afrontamiento ante situaciones de presión clínica, actividades de promoción de la salud mental dentro del plan académico y mecanismos de seguimiento además del apoyo profesional que posibiliten la detección temprana y manejo efectivo de los síntomas afectivos; constituyen estrategias consideradas fundamentales para mejorar no solo la experiencia de la formación práctica sino también el desempeño y la calidad de vida de los futuros profesionales de Enfermería.⁽²⁶⁾

Investigaciones sobre la trayectoria de estrés y estrategias de manejo en estudiantes revela que los estudiantes utilizan varias estrategias durante el desarrollo de las prácticas clínicas y que la estrategia más empleada centra su atención en el mantenimiento de una actitud óptima, seguida por métodos de resolución de problemas, trasposición y, en menor medida, evitación. Esta clasificación del uso de estrategias ayuda a interpretar que no todos los estilos de afrontamiento son igualmente efectivos, y resalta el valor de enfoques optimistas y centrados en la acción para reducir el impacto negativo del estrés.⁽²⁷⁾

En síntesis, las estrategias de afrontamiento representan los recursos mediante los cuales los estudiantes responden a los factores estresantes y buscan estrategias para manejar las manifestaciones derivadas de estas experiencias. Las estrategias adaptativas pueden favorecer una respuesta eficaz y mejor forma de adaptación, mientras que las estrategias desadaptativas pueden dificultar este proceso. Desde esta perspectiva, los factores asociados, las manifestaciones y las estrategias de afrontamiento se encuentran estrechamente relacionados y permiten comprender el estrés académico como un proceso dinámico durante este proceso de formación.⁽²⁹⁾

El modelo de Adaptación de Sor Callista Roy constituye un sustento teórico pertinente para comprender el estrés académico en estudiantes de Enfermería, debido a que considera a la persona como un sistema adaptativo que mantiene una interacción constante con su entorno. Desde este enfoque, las situaciones que generan exigencias pueden actuar como estímulos ante los cuales la persona desarrolla mecanismos de afrontamiento y respuestas de adaptación.⁽²⁹⁾

Desde esta perspectiva, las estrategias de afrontamiento constituyen mecanismos mediante los cuales el estudiante intenta manejar los estímulos estresantes y mantener su adaptación. La planificación, organización del tiempo, búsqueda de apoyo social, regulación emocional y resolución de problemas favorecen respuestas adaptativas por otro lado, como la evitación o el aislamiento pueden resultar menos eficaces cuando dificultan el afrontamiento de las demandas.⁽²⁹⁾

La aplicación del modelo permite, por tanto, relacionar las dimensiones del presente estudio: los factores asociados representan a los estímulos que generan estrés; las manifestaciones corresponden a las respuestas que presenta el estudiante ante dichos estímulos; y las estrategias de afrontamiento constituyen mecanismos usados para resolver las demandas y favorecen la adaptación. Esta relación permite comprender el estrés académico como un proceso dinámico de interacción entre el estudiante y su entorno durante sus prácticas pre-profesionales.⁽²⁹⁾

METODOLOGÍA

El estudio que se presenta corresponde a una revisión bibliográfica, descriptivo y documental, orientada a analizar y sintetizar la evidencia científica disponible consultada sobre el estrés académico en estudiantes de enfermería durante las prácticas pre-profesionales.

Para la selección de los documentos científicos considerados, la búsqueda de información se realizó entre mayo 2024 y julio de 2026, empleando para ello descriptores en español e inglés relacionados con la temática, para lo que accedió a bases de datos científicas y fuentes documentales especializadas en ciencias de la salud y enfermería.

Búsqueda bibliográfica

Con el fin de optimizar la búsqueda y recuperar información relevante, los términos fueron combinados mediante operadores booleanos AND, OR y NOT, ejercicio que tomó en consideración los criterios de selección que se describen en el cuadro 2.

El cuadro 1 muestra el proceso descrito permitió consultar las siguientes bases de datos:

Tabla 1. Bases de datos científicas consultadas y descriptores en ciencias de la salud empleados en español e inglés

BASES DE DATOS CIENTÍFICAS CONSULTADAS	DESCRIPTORES EN CIENCIAS DE LA SALUD EMPLEADOS EN ESPAÑOL E INGLÉS
1. SciELO 2. Redalyc 3. DOAJ (Directory of Open Access Journals) 4. Medigraphic 5. Latindex 6. Revista Latino Americana de Enfermagem 7. Enfermería Global 8. Ciencia y Enfermería 9. Enfermería Investigativa 10. Repositorios institucionales universitarios nacionales e internacionales	1. Estrés académico 2. Estudiantes de enfermería 3. Prácticas pre-profesionales 4. Prácticas clínicas 5. Factores estresores 6. Estrategias de afrontamiento 7. Academic stress 8. Nursing students 9. Clinical practice 10. Coping strategies

Tabla 2. Criterios de selección según características de los estudios consultados

CRITERIOS DE INCLUSIÓN	CRITERIOS DE EXCLUSIÓN
ESTUDIOS	
▪ Publicados entre 2020 y 2026. ▪ Artículos científicos originales, revisiones sistemáticas, tesis y trabajos académicos relacionados con la temática. ▪ Estudios realizados en estudiantes de enfermería que desarrollaban prácticas clínicas o pre-profesionales. ▪ Publicaciones disponibles en español e inglés. ▪ Investigaciones que abordaran factores estresores, manifestaciones o estrategias de afrontamiento del estrés académico.	▪ Duplicados. ▪ Publicaciones con acceso restringido al texto completo. ▪ Investigaciones cuya población no correspondía a estudiantes de enfermería. ▪ Artículos que no abordaban directamente el estrés académico durante las prácticas clínicas o pre-profesionales. ▪ Documentos con información insuficiente para el análisis de las variables de estudio.

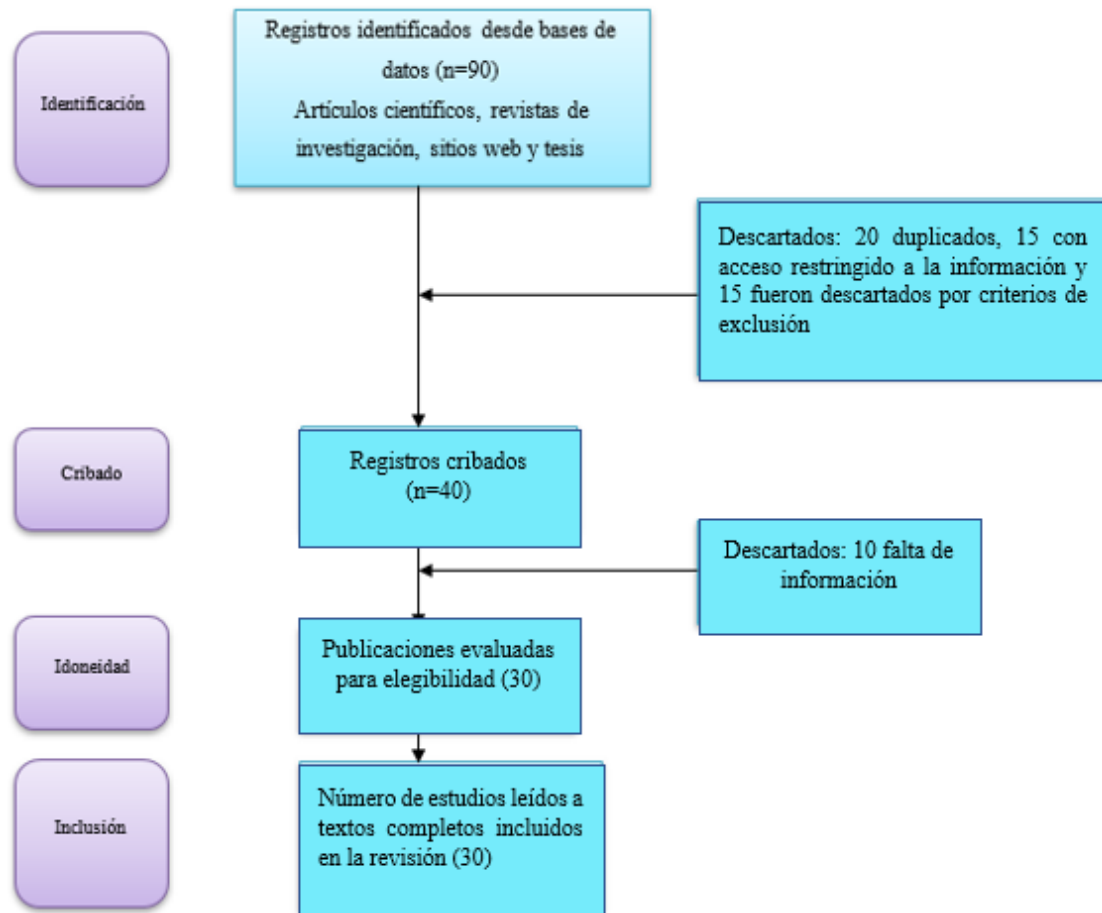
Criterios de inclusión y exclusión

Como parte del proceso de la información, se identificó un tamaño de población de 90 documentos relacionados con la temática mediante la búsqueda en las diferentes fuentes consultadas.

Posteriormente se realizó una revisión de títulos y resúmenes para verificar su pertinencia con el objeto de estudio. Tras la aplicación de los criterios de inclusión y exclusión, se eliminaron los registros duplicados y aquellos que no respondían a los objetivos de la investigación, seleccionándose 30 referencias bibliográficas que aportaron evidencia científica relevante para el desarrollo del estudio.

La figura 1 muestra el diagrama de flujo del proceso de selección bibliográfica

Ilustración 1. Diagrama de flujo del proceso de selección bibliográfica



La información obtenida fue analizada y organizada mediante matrices de revisión documental que permitieron registrar aspectos como autor, año de publicación, país, metodología empleada, resultados principales y conclusiones.

Esta organización permitió el análisis descriptivo y comparativo de la evidencia científica identificada, agrupando los hallazgos en tres categorías principales:

- Factores asociados al estrés académico.
- Manifestaciones del estrés académico.
- Estrategias de afrontamiento utilizadas por los estudiantes de enfermería durante las prácticas pre-profesionales.

Consideraciones éticas

La investigación respetó los principios éticos de integridad académica y propiedad intelectual. Toda la información utilizada fue debidamente citada y referenciada conforme a

las Normas Vancouver. Al tratarse de una revisión bibliográfica, no fue necesaria la intervención directa en seres humanos ni la aplicación de instrumentos de recolección de datos.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Los hallazgos obtenidos mediante la revisión bibliográfica permitieron identificar los principales factores asociados al estrés académico en estudiantes de enfermería durante las prácticas preprofesionales, así como las manifestaciones y las estrategias de afrontamiento descritas en la evidencia científica. Con el propósito de facilitar el análisis e interpretar los resultados, la información obtenida se organizó en categorías temáticas que responden a los objetivos específicos de la investigación, comparando los aportes de diferentes autores y estableciendo coincidencias y discrepancias, y realizar una discusión crítica de la evidencia disponible.

Factores asociados al estrés académico en estudiantes de enfermería durante las prácticas pre-profesionales.

En relación con los factores desencadenantes, la evidencia científica coincide en señalar que la sobrecarga académica constituye uno de los principales estresores. Los estudiantes deben cumplir simultáneamente con actividades teóricas, evaluaciones, trabajos académicos y responsabilidades clínicas, lo que incrementa la presión y la sensación de agotamiento^(17,18,21).

El temor a cometer errores durante la atención al paciente representa un factor relevante debido a las implicaciones éticas y asistenciales que pueden derivarse de una actuación inadecuada. De igual forma, existen otros elementos asociados al estrés, entre los que se ubica la falta de experiencia clínica, la inseguridad frente a procedimientos desconocidos, las largas jornadas de práctica y la necesidad de responder adecuadamente a las expectativas de docentes, tutores clínicos y personal de salud. Estos hallazgos reflejan que el estrés académico no depende de una única causa, sino de la interacción de diversos factores personales, académicos y contextuales.^(2,6,16).

Autores como Ellisca M.⁽²⁶⁾ y Mohamed N.⁽²⁷⁾ sostienen que el estrés académico constituye una problemática frecuente en los estudiantes de enfermería durante las prácticas pre-profesionales, debido a que las exigencias académicas y asistencias generan grandes repercusiones tanto en la estabilidad emocional como en la calidad de vida de los futuros profesionales. De esta forma, coincide en que los niveles moderados y severos de estrés se ven cada vez más frecuentes, afectando no solo el desempeño académico, sino también bienestar físico y social de los estudiantes.

Ellisca M⁽²⁶⁾ centra su análisis en el deterioro de la calidad de vida ocasionado por el estrés, mientras que Mohamed profundiza en las dimensiones del estrés académico, incluyendo los estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento.

En consonancia con lo descrito, Ahuananchi et al.⁽²⁸⁾ y Bernedo M et al.,⁽⁶⁾ coinciden en señalar que el estrés académico constituye una realidad constante en los estudiantes de enfermería durante las prácticas pre-profesionales. Los autores indican que estos estudiantes se enfrentan diariamente a diversas responsabilidades académicas y clínicas, las cuales incrementan la presión psicológica y favorecen la vulnerabilidad emocional y pueden afectar su bienestar y desempeño académico.

Bernedo M et al.,⁽⁶⁾ orienta en su investigación hacia los estresores presentes en las prácticas pre-profesionales, especialmente al momento que se encuentran en contacto con el sufrimiento humano y la responsabilidad del cuidado, mientras que Ahuananchi et al.,⁽²⁸⁾ enfatiza que el estrés se ve derivado de actividades universitarias como evaluaciones y el rendimiento académico. Dando a comprender que el estrés en los estudiantes de enfermería que cursan sus prácticas pre-profesionales posee un origen multifactorial que involucra aspectos académicos, emocionales, económicos, sociales y familiares.

Albán P et al.,⁽³⁰⁾ y Montoya M. et al.,⁽²³⁾ coinciden en señalar que las exigencias académicas, la sobrecarga de trabajo y las prácticas clínicas constituyen factores determinantes en el desarrollo del estrés académico. De esta forma, ambos estudios demuestran que los estudiantes experimentan temor, inseguridad y agotamiento emocional durante las prácticas pre-profesionales.

Los citados autores coinciden en comunicar que durante las prácticas pre-profesionales el estrés se asocia a la incertidumbre derivada de la falta de conocimientos, la sobrecarga de atención clínica, las limitadas relaciones con los tutores clínicos y el exceso de responsabilidad profesional asumida durante la práctica; así como horarios extensos, el agotamiento emocional y turnos rotativos, elementos que repercuten negativamente en la calidad del sueño, la capacidad de concentración y el rendimiento académico.

Albán et al.,⁽³⁰⁾ destacan la influencia de las prácticas clínicas, especialmente el miedo a cometer errores y la responsabilidad que tiene el estudiante de cuidar al paciente como determinante del estrés. Así mismo, Montoya M. et al.⁽²³⁾ señalan que las exigencias académicas y clínicas actúan de manera conjunta, incrementando la vulnerabilidad

emocional que como consecuencias se desencadena bajo rendimiento académico y profesional de los futuros enfermeros.

De acuerdo con el Modelo de Adaptación de Callista Roy, los estudiantes de enfermería se encuentran expuestos a diversos estímulos focales, contextuales y residuales durante las prácticas pre-profesionales, tales como la sobrecarga académica, al temor a cometer errores y la falta de experiencia clínica. Estos estímulos generan respuestas adaptivas que pueden manifestarse mediante estrategias de afrontamiento efectivas o inefectivas. De esta forma, las estrategias de manejo del estrés, como el apoyo social, la planificación, la regulación emocional y el desarrollo de habilidades de afrontamiento, de esta forma favorecen la adaptación del estudiante y contribuyen a su bienestar biopsicosocial.

Manifestaciones

Estos resultados permiten comprender que las manifestaciones del estrés abarcan síntomas físicos, cognitivos y conductuales, afectando de manera importante la salud de los estudiantes.

Las manifestaciones del estrés académico mayormente identificada en los estudios incluidos en el estudio reportan síntomas físicos cognitivos y conductuales.^(5,12,18,20) En el caso de las alteraciones cognitivos y conductuales, las más frecuentes destacan preocupación, ansiedad, ira, tristeza y el agotamiento emocional, los cuales afectan la estabilidad emocional del estudiante y su capacidad para enfrentar adecuadamente las demandas de la práctica clínica.
(3)

Con relación a las manifestaciones físicas, Zárate menciona que presentan: sueño, fatiga, cefaleas y cansancio son las más persistente, mientras que a nivel conductual se observan dificultades de concentración, disminución del rendimiento académico y problemas en las relaciones interpersonales.⁽³⁾

Estrategias de afrontamiento

Las estrategias de afrontamiento en la manera en que los estudiantes enfrentan las situaciones estresantes. El afrontamiento emocional constituye la estrategia más usada, de mayor tendencia hacia la solución de problemas y la búsqueda de acciones concretas para disminuir el estrés. Estas diferencias dependen de la capacidad y de las características individuales, del apoyo social y de las condiciones del entorno educativo.^(25,26,27,28)

Montoya M. et al.⁽²³⁾ considera indispensable el fortalecimiento de las estrategias institucionales de acompañamiento psicológico y capacitación emocional. En relación con los factores relacionados con la calidad de la tutoría clínica, la disponibilidad de recursos hospitalarios y la cultura de seguridad institucional, Noboa⁽¹¹⁾ plantea que estos son elementos que amplían la comprensión del fenómeno y evidencia la necesidad de implementar intervenciones orientadas a la promoción de la salud mental.

La información reportada por Ellisca M⁽²⁶⁾ y Albán et al.,⁽³⁰⁾ así como Montoya M. et al.⁽²³⁾ coincide en señalar que el estrés académico constituye una problemática frecuente en los estudiantes de enfermería durante las prácticas pre-profesionales. Los autores destacan que este fenómeno está influenciado por diversos factores académicos y clínicos, los cuales repercuten en el bienestar físico y emocional de los estudiantes, así como en su desempeño durante la formación práctica. En conjunto estos hallazgos evidencian la importancia de que las instituciones de educación superior implementen estrategias de apoyo orientadas a prevenir y disminuir el impacto del estrés académico.

En relación con el estrés académico durante las prácticas pre-profesionales, los resultados revisados demuestran que esta variable constituye un fenómeno complejo y multifactorial presente en los estudiantes de enfermería durante el desarrollo de sus prácticas pre-profesionales. La mayoría de las investigaciones analizadas reportan niveles que transitan de moderados a altos, lo que demuestra que esta etapa formativa representa un periodo de exigencia académica, emocional y asistencial, aspectos que deben ser manejados de forma equilibrada, madura y organizada por los estudiantes, donde la inteligencia emocional representa un factor determinante en el éxito o fracaso del manejo de esta problemática.^(1,8,24)

El desarrollo de prácticas clínicas coloca al estudiante en escenarios reales de atención de salud, espacios donde se interconectan conocimientos teóricos, responsabilidades éticas relacionadas con el cuidado al individuo, la familia y la comunidad, donde las dinámicas institucionales de los servicios de salud representan factores para tener en cuenta para la adaptación de estos a su etapa formativa.^(17,18,21)

El manejo inadecuado del estrés provoca consecuencias que repercuten en el bienestar físico, emocional y académico de los estudiantes, afectando la calidad de vida y el desempeño de los futuros profesionales de enfermería.

Los resultados descritos comunican que el estrés representa un constructo que trasciende el ámbito académico y puede comprometer la salud integral del estudiante, así como su proceso

de aprendizaje y adaptación al entorno clínico, para lo que se precisan de estrategias de afrontamiento, que les permita la organización del tiempo; así como la búsqueda de apoyo social, el aprendizaje de técnicas de relajación y regulación emocional como vía para la búsqueda de soluciones orientadas a esta problemática.

Desde la perspectiva del Modelo de Adaptación de Callista Roy, los factores estresantes identificados durante las prácticas pre-profesionales pueden ser considerados estímulos que exigen respuestas adaptativas por parte del estudiante.⁽²⁹⁾

La capacidad para afrontar eficazmente dichas demandas dependerá de los mecanismos de afrontamiento disponibles y del apoyo recibido por parte de su entorno académico y social. Cuando las estrategias adaptativas son efectivas, el estudiante logra mantener su equilibrio físico y emocional; sin embargo, cuando los recursos de afrontamiento son insuficientes, pueden presentarse respuestas negativas que afectan su bienestar, rendimiento académico y desarrollo profesional. Estos hallazgos respaldan la necesidad de fortalecer las competencias emocionales y adaptativas durante la formación universitaria, favoreciendo una transición exitosa hacia el ejercicio profesional de la enfermería.

CONCLUSIONES

- Durante las prácticas pre-profesionales se reporta un alto número de estudiantes con estrés académico, problemática de origen multifactorial con repercusiones a nivel físico, emocional y conductual, la que afecta el proceso de adaptación y desempeño de estos en los escenarios clínicos.
- La sobrecarga académica, evaluaciones constantes, el temor a cometer errores durante la atención al paciente, la falta de experiencia clínica, las extensas jornadas de prácticas y las responsabilidades inherentes al cuidado de la salud son los factores asociados al estrés académico mayormente identificados; los que se potencializan con la presencia de entornos hospitalarios complejos, relación con docentes y tutores clínicos, y la presión por alcanzar un adecuado desempeño profesional.
- Entre las principales manifestaciones se identificaron la ansiedad, el nerviosismo, el agotamiento emocional, las alteraciones del sueño, la fatiga, las dificultades de concentración y la disminución del rendimiento académico; factores que pueden comprometer el aprendizaje, la salud integral y la calidad de la formación profesional.
- Las estrategias de afrontamiento más reportadas fueron: la organización del tiempo, la búsqueda de apoyo social, las técnicas de relajación, la regulación emocional y la resolución de problemas como mecanismos para enfrentar las situaciones estresantes derivadas de las prácticas pre-profesionales. Sin embargo, resulta importante destacar que la bibliografía consultada demuestra que dichas estrategias no siempre resultan suficientes para reducir significativamente el estrés, por lo que se requiere el fortalecimiento de programas institucionales orientados al apoyo psicológico, el desarrollo de habilidades emocionales y la promoción del afrontamiento adaptativo.
- Desde la perspectiva del Modelo de Adaptación de Callista Roy, se identificó que los factores estresores durante las prácticas pre-profesionales actúan como estímulos que demandan respuestas adaptativas por parte de los estudiantes; por lo que, el fortalecimiento de competencias emocionales, sociales y profesionales favorece una mejor adaptación al entorno clínico, contribuyendo al bienestar integral y a la formación de profesionales de enfermería más resilientes y preparados para afrontar las exigencias de su futuro ejercicio laboral.

RECOMENDACIONES

- Fortalecer los programas institucionales orientadas a la prevención y manejo del estrés académico dirigidos a los estudiantes de enfermería durante las prácticas pre-profesionales, mediante la implementación de estrategias orientadas al desarrollo de habilidades de afrontamiento, el manejo emocional y el acompañamiento de apoyo psicológico, con el propósito de favorecer su bienestar y una adecuada adaptación al entorno clínico.
- Promover el acompañamiento continuo por parte de los docentes y tutores de prácticas clínicas, fomentando una comunicación efectiva, la retroalimentación oportuna y un ambiente de aprendizaje que incrementa la confianza de los estudiantes, disminuya el temor a cometer errores y fortalezca el desarrollo de sus competencias profesionales.
- Fomentar en los estudiantes de enfermería el uso de estrategias de afrontamiento adaptativas, como la organización del tiempo, la búsqueda de apoyo social, la regulación emocional y las técnicas de relajación, con el fin de afrontar de manera adecuada las situaciones estresantes derivadas de las prácticas preprofesionales.
- Desarrollar futuras investigaciones orientadas a evaluar la efectividad de las estrategias e intervenciones destinadas a reducir el estrés académico en estudiantes de enfermería durante las prácticas pre-profesionales, con el propósito de ampliar la evidencia científica y contribuir al fortalecimiento y mejorar la formación profesional.

BIBLIOGRAFÍA

1. García M. Estrés Académico en Estudiantes Universitarios: Experiencia en la Escuela Superior de Enfermería N°4 de Taxco de Alarcón Guerrero, México. Ciencias Latina Revista Científica Multidisciplinar, [Internet]. 2023 [citado 05 Febr 2026];7(6): 338-350. Disponible en: <https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/8691>
2. Lagos V, Soto F, Ramírez N, et al. Percepción del estrés en estudiantes de enfermería en una universidad pública chilena. [Internet]. Sal Jal. 2025 [citado 26 May 2024];12(3):150-155. Disponible en: <https://ojs.southfloridapublishing.com/ojs/index.php/jhea/article/view/1880/1473>
3. Zárate M. Relación entre estrés académico y estrategias de afrontamiento en internos de enfermería de los Centros de Salud de Comas DIRIS Lima Norte 2020 [Internet]. Universidad César Vallejo; 2020 [citado 26 May 2024]. Disponible en: <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/57564>
4. Obregón L, Rocío K. Factores estresores durante las prácticas clínicas en estudiantes de enfermería: Una revisión sistemática, 2015-2020 [Internet]. Universidad César Vallejo; 2020 [citado 27 May 2024]. Disponible en: <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/74944>
5. Bonilla A, Margarita R, Figueroa I. Estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios durante las prácticas preprofesionales de la escuela de enfermería – Ayacucho, 2023 [Tesis de licenciatura]. Universidad Nacional Del Callao; 2023 [citado 26 May 2026]. Disponible en: <https://repositorio.unac.edu.pe/item/07b9fe7b-2e28-45ae-bcfc-e7fc8b99a54c>
6. Bernedo M, Quiroga E, Liébana C, et al. Factores estresores, Inteligencia Emocional y Engagement en los estudiantes de enfermería durante sus prácticas clínicas. Index Enferm [Internet]. 2022 Sep. [citado 10 Jun 2026]. Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1132-12962022000300018
7. Asenjo A, Linares O, Díaz Y. Nivel de estrés académico en estudiantes de enfermería durante la pandemia de COVID-19. Revista Peruana de Investigación en Salud [Internet]. 2021 [citado 26 May 2024];5(2):59-66. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=635766604002>.
8. Milagros R. Nivel de Estrés académico y Ansiedad en los estudiantes que empiezan las prácticas pre-profesionales de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2023 [Internet].

- Universidad Norbert Wiener; 2023 [citado 27 May 2024]. Disponible en: <https://repositorio.uwiener.edu.pe/handle/20.500.13053/10184>
9. Organización Mundial de la Salud. Estrés. [Internet]. Who. int. 2023 [citado 30 Jun 2024]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/questions-and-answers/item/stress>
 10. Aguilar M. El estrés y su influencia en la calidad de vida. MULTIMED [Internet]. 2021 [citado 1 Jul 2024];21(6). Disponible en: <https://revmultimed.sld.cu/index.php/mtm/article/view/688/1054>
 11. Noboa C. Evaluación del estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes de enfermería durante las prácticas hospitalarias. Revista Social Fronteriza [Internet]. 2025 [citado 1 Jul 2024];5(6), e943. Disponible en: <https://www.revistasocialfronteriza.com/ojs/index.php/rev/article/view/943>
 12. Ruidiaz K, Osorio L. Estrés en estudiantes de enfermería que realizan Prácticas Clínicas [Internet]. Bvsalud.org. 2019 [citado 4 Jul 2024]. Disponible en: <https://docs.bvsalud.org/biblioref/2020/09/1118899/15-estres-en-estudiantes-de-enfermeria.pdf>
 13. Luján A, Quispe M, Rico Y. Estrés académico y calidad de vida en estudiantes de la escuela profesional de enfermería de la Universidad Nacional del Callao [Internet]. Edu.pe. 2024 [citado 2 Jul 2024]. Disponible en: <https://hdl.handle.net/20.500.12952/9482>
 14. Noor B, Noor A, Yee B. Estrés y estrategias de afrontamiento durante las prácticas clínicas entre estudiantes de enfermería de una institución privada. The Malaysian Journal of Nursing [Internet]. 2 de enero de 2020 [citado 10 Jun 2024];11(3):53-62. Disponible en: <https://ejournal.lucp.net/index.php/mjn/article/view/stressandcoping>
 15. Bernedo M, Quiroga E, Liébana C, et al. Estrés académico en estudiantes universitarios [Internet]. Redalyc.org. 2020 [citado 2 Jul 2024]. Disponible en: <https://www.redalyc.org/journal/674/67462875008/67462875008.pdf>
 16. Navarro M. Inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes de Enfermería. Cienc Enferm (Impresa) [Internet]. 2020 [citado 2 Jul 2024];26. Disponible en: https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0717-95532020000100203&script=sci_arttext
 17. Castillo I, Barrio A, Alvis L. Estrés académico en estudiantes de enfermería de Cartagena, Colombia [Internet]. Edu. Co. 2018 [citado 2 Jul 2024];26. Disponible en: [https://revistas.javeriana.edu.co/files-articulos/IE/20-2%20\(2018-II\)/145256681002](https://revistas.javeriana.edu.co/files-articulos/IE/20-2%20(2018-II)/145256681002)

18. Teque M, Julcarina N, Salazar D. Estrés académico y autoestima en estudiantes de enfermería, Arequipa-Perú [Internet]. Unirioja.es.2019 [citado 2 Jul 2024];26. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7113737>
19. Acosta D, Lapeira P, Osorio E. Afrontamiento y Tolerancia al estrés académico en situación de confinamiento Según Callista Roy. [Internet]. 2021 [citado 20 Jun 2026];26-35. Disponible en: <https://revistas.unimagdalena.edu.co/index.php/duazary/article/view/4260/3175>
20. Parra A, Pino E. Estrés académico en los estudiantes universitarios. Tejedora [Internet]. 2024 [citado 4 Jul 2024];7(13):31-47. Disponible en: <https://publicacionescd.uleam.edu.ec/index.php/tejedora/article/view/624>
21. Loureiro F. Estrategias de afrontamiento y apoyo social en estudiantes de enfermería durante la práctica clínica: una revisión exploratoria. [Internet]. 2024 [citado 06 Febr 2026]. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/38379350/>
22. Leodoro J. Revisión general: Niveles de estrés, fuentes de estrés y mecanismos de afrontamiento entre estudiantes de enfermería, Chicago-EE.UU [Internet]. Nurs. Rep. 2024 [citado 10 Enero 2026];14(1):362-375. Disponible en: <https://www.mdpi.com/2039-4403/14/1/28>
23. Montoya M, Fierro J, Madrid D, et al. Vista de Estrés Académico en Estudiantes Universitarios: Experiencia en la Escuela Superior de Enfermería No. 4 De Taxco de Alarcón. Guerrero, México [Internet]. Cienclatina.org. 2021 [citado 26 May 2024]. Disponible en: <https://www.redalyc.org/journal/559/55971715020/html/>
24. Tsai, L, See L, Fan, et al. Trayectoria del cambio en el estrés percibido, las estrategias de afrontamiento y la competencia clínica entre estudiantes de enfermería de pregrado durante las prácticas clínicas: un estudio de cohorte longitudinal. BMC Med Educ [Internet]. 2024 [citado 05 Febr 2026];24: 349. Disponible en: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC10981337/>
25. Abaribe C, Uduhirinwa C, Onuiri A. Estrés percibido y mecanismo de afrontamiento entre estudiantes de enfermería durante las prácticas clínicas en la Universidad Backcock, estado de Ogun. BMC Nurs [Internet]. 2025 [citado 05 Febr 2026];24: 900. Disponible en: <https://bmcnurs.biomedcentral.com>
26. Ellisca M. Estrés académico y calidad de vida de estudiantes que realizan prácticas pre-profesionales en la ciudad de Lima. Escuela Profesional de Enfermería. Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga. Lima 2024 [tesis de licenciatura en Internet].

- Ayacucho: Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga; 2025 [citado 5 Jul 2026]. Disponible en: <https://hdl.handle.net/20.500.14612/8419>
27. Mohamed N, Ali S, Ehrahim E, Ahmed A, Wahba A. Predictors of academic and clinical stress among nursing students. *SAGE Open Nursing*. [Internet]. 2024 [citado 2 Jul 2026];10:23779608241290392. Disponible en: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC11514110/>
28. Ahuananchi Y, Suquisupa C, Figueroa S. Determinantes del estrés académico y su impacto en el rendimiento estudiantil. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*. [Internet]. 2025 [citado 2 Jul 2026];9(3). Disponible en: <https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/18501>
29. Pilatasig L, Cortez C. Estados emocionales y adaptación de los internos de Enfermería según Callista Roy. Ecuador 2026 [tesis de licenciatura en Internet]. Ambato: Universidad Técnica de Ambato; 2026 [citado 5 Jul 2026]. Disponible en: https://www.researchgate.net/publication/401786883_Estados_emocionales_afrontamiento_y_adaptacion_de_los_internos_de_enfermeria_segun_Callista_Roy
30. Albán P, Chango B, Cedeño D. Prácticas pre-profesionales y su relación con el estrés en los estudiantes de Enfermería del Instituto Superior Tecnológico España, Ambato-Ecuador. *Reincisol*. [Internet]. 2025 [citado 6 Jul 2026];4(8):2470-2500. doi:10.59282/reincisol.V4(8)2470-2500. Disponible en: <https://www.reincisol.com/ojs/index.php/reincisol/article/view/1013>

ANEXOS

Autores: Ellisca M y Mohamed N.

Año: 2024

País: Perú

Link: <https://repositorio.unsch.edu.pe/server/api/core/bitstreams/62d2e49f-a376-4db2-8733-064abe9bb7bc/content>

Metodología: Estrés académico y calidad de vida de estudiantes que realizan prácticas pre-profesionales en la ciudad de Lima Escuela Profesional de Enfermería Universidad Nacional de San Cristóbal Huamanga.

Categoría: Enfoque cuantitativo, observacional transversal y correlacional.

Similitudes: Tanto Ellisca M. como Mohamed N. mencionan que el estrés es un problema que se ve presente en los estudiantes afectando la estabilidad emocional. Es por ello que, la importancia de implementar estrategias institucionales que permiten disminuir los niveles de estrés presentes en los futuros profesionales de Enfermería.

Discrepancias: Ellisca M. centra su investigación en la calidad de vida, demostrando que el aumento del estrés académico se asocia con una disminución del bienestar físico, social de los estudiantes. Además, busca comprender cómo el estrés afecta la vida cotidiana de los estudiantes en sus prácticas pre-profesionales. Por otro lado, Mohamed N. analiza cómo el estrés puede influir en el desempeño educativo, profundiza en las dimensiones del estrés, incluyendo los estresores, los síntomas y las estrategias de afrontamiento para los estudiantes.

Aporte personal: Ambas investigaciones muestran que los niveles moderados y severos de estrés se ven reflejados significativamente en los estudiantes de Enfermería, sin embargo, debemos comprender que el estrés no solo es académico sino también se ve afectado en la salud física, emocional y social de los futuros pre-profesionales de Enfermería.

Autores: Ahuananchi Y, et al. y Cristina B, et al.

Año: 2025

País: México

Link: <https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/18501m>

Metodología: Estrés académico en Estudiantes Universitarios: Experiencia en la Escuela Superior de Enfermería No. 4 De Taxco de Alarcón, Guerrero, México.

Categoría: Enfoque mixto, combinando análisis cualitativo y cuantitativo, en un diseño descriptivo y transversal.

Similitudes: Bernedo M. et al y Figueroa A et al. hacen énfasis en que el estrés es una realidad frecuente en los estudiantes de Enfermería asiendo que los estudiantes se sientan vulnerables afectando tanto su desempeño académico y bienestar emocional. Ambos grupos de autores destacan que las exigencias de la formación profesional generan presión psicológica significativamente por ende el estudiante necesita herramientas adecuadas para afrontar estas situaciones.

Discrepancias: Bernedo M. orienta su énfasis hacia los estresores que se encuentran principalmente en las prácticas clínicas, enfocándose principalmente en la atención directa al paciente y la carga emocional que implica el contacto con el sufrimiento humano, mientras que Ahuananchi S. centra su atención en el estrés académico derivado de las actividades universitarias, evaluaciones y rendimiento estudiantil.

Aporte personal: es importante destacar que esta investigación se evidencia que el estrés académico es un fenómeno complejo ya que no solo depende de factores personales, sociales y emocionales. Si bien el estudio complejo ya que no solo depende de factores personales, sociales y emocionales. Si bien el estudio identifica adecuadamente los principales estresores y sus consecuencias, considero que debería ampliarse un poco más y sobre todo profundizarse hacia una visión más integra que abarque tanto el contexto familiar, económico y emocional del estudiante.

Autores: Albán P, et al y Montoya M, et al.

Año: 2025

País: Ecuador

Link: <https://www.reincisol.com/ojs/index.php/reincisol/article/view/1013>

Metodología: Prácticas Pre-profesionales y su Relación con el Estrés en los Estudiantes de Enfermería del “Instituto Superior Tecnológico España” Ambato-Ecuador.

Categoría: Enfoque Cuantitativo

Similitudes: Para Montoya M. et al y Adán P. et al mencionan que el estrés constituye una problemática frecuente en los estudiantes de Enfermería lo cual se ve afectado en su desempeño académico y profesional. Ambos estudios reconocen que las exigencias académicas, la carga de trabajo y las prácticas clínicas son factores que contribuyen a niveles elevados de estrés.

Discrepancias: Por otro lado, para Adán P. centra su atención principalmente en las prácticas clínicas, el estrés se relaciona más estrechamente con el temor a cometer errores, la responsabilidad profesional y la falta de experiencia práctica. Mientras que, para Montoya M. et al. enfatiza el origen académico que el estrés. Aunque también analizan las prácticas pre-profesionales, concluyen que el estrés académico constituye el principal determinante del estrés clínico.

Aporte personal: Al comparar ambos estudios, se evidencia que el estrés en los estudiantes de Enfermería tiene un origen multifactorial que involucra factores académicos como prácticas clínicas. De esta forma permiten comprender que el estudiante de Enfermería enfrenta simultáneamente exigencias teóricas, prácticas y emocionales que incrementan la vulnerabilidad del estudiante. De esta forma es importante que las instituciones educativas desarrollen programas integrales de apoyo que contemplen no solo el fortalecimiento académico, sino que sean preparados emocionalmente.

Autores: Ruudiaz K, et al y Llorente Y, et al

Año: 2019

País: Colombia

Link:

<https://revistasum.umanizales.edu.co/index.php/archivosmedicina/article/view/3674/5725>

Metodología: Estrés en estudiantes de enfermería que realizan prácticas clínicas en una institución universitaria de Cartagena-Colombia.

Enfoque: Enfoque Cuantitativo tipo descriptivo y transversal.

Similitudes: Tanto Llorente Y. et al y Ruidiaz K et al Ambos estudios reconocen que las experiencias desarrolladas en escenarios asistenciales generan importantes niveles de tensión emocional que pueden afectar el bienestar y el desempeño académico de los estudiantes. Además, sostienen que las prácticas clínicas representan un entorno altamente demandante debido a la responsabilidad del cuidado, las exigencias académicas favoreciendo negativamente generando respuestas emocionales que afectan la confianza profesional y el desarrollo de competencias en los futuros enfermeros.

Discrepancias: Llorente Y. destaca que la evaluación realizada por los docentes y las exigencias académicas constituyen las principalmente las fuentes de estrés para los estudiantes, la presión derivada del rendimiento académico y de la supervisión constante influye significativamente en el bienestar emocional del estudiante. Por el contrario, Ruidiaz K. centra su análisis en las experiencias clínicas propiamente dichas, destacando principalmente la incertidumbre frente a situaciones complejas y el temor a no responder adecuadamente a las necesidades del paciente son factores asociados al estrés.

Aporte personal: Considero además que las investigaciones reflejan una realidad frecuente en los estudiantes de Enfermería: la inseguridad frente a la práctica clínica. Muchas veces el estudiante posee conocimientos teóricos, pero siente temor al momento de aplicarlos en situaciones reales por miedo a perjudicar al paciente. Estas situaciones pueden afectar tanto el aprendizaje como la autoestima académica.

Autores: Guevara K, et al y Maza E.

Año: 2026

País: Ecuador

Link: <https://retosdelacienciaec.com/Revistas/index.php/retos/article/view/611m>

Metodología: Niveles de estrés, ansiedad y depresión en estudiantes de Enfermería durante sus prácticas pre-profesionales.

Enfoque: Cuantitativo

Similitudes: Tanto Guevara y Guadalupe mencionan en que el estrés constituye una problemática relevante de la formación de los estudiantes de Enfermería, reconocen que existen exigencias académicas y profesionales generan respuestas emocionales que afectan el bienestar psicológico y el desempeño estudiantil.

Discrepancias: Guevara resalta que, los niveles de estrés como la ansiedad y la depresión durante las prácticas pre-profesionales, enfatizando el impacto emocional generado por la interacción directa con los pacientes y las experiencias vividas dentro de escenarios clínicos. Por otro lado, Maza refiere que los estudiantes desarrollan frente a las exigencias universitarias realizan estrategias de afrontamiento utilizadas por los estudiantes.

Aporte personal: en mi opinión es muy necesario comprender que la salud mental de los estudiantes de Enfermería depende no solo de las condiciones del entorno educativo y clínico, sino también que el estudiante pueda afrontar las emociones y responder adecuadamente a los desafíos propios de la formación profesional. Haciendo que sea importante implementar programas integrales de apoyo psicológico y fortalecimiento emocional que favorezcan el bienestar y el desarrollo profesional.

Autores: Abad D, et al y Martinez T, et al

Año: 2023

País: Ecuador

Link: <https://rest-dspace.ucuenca.edu.ec/server/api/core/bitstreams/dc901dd3-91e3-4df4-a9ea-77cad62e08e9/content>

Metodología: Factores asociados al estrés académico en los estudiantes de la carrera de Enfermería, Universidad de Cuenca 2023

Enfoque: Cuantitativo tipo descriptivo observacional y de corte transversal

Similitudes: Como mencionan Abad D, et al y Martínez T, et al. que el estrés constituye una problemática frecuente en los estudiantes de Enfermería y puede afectar diferentes dimensiones de su bienestar, afectando la capacidad de concentración, el rendimiento académico y la estabilidad emocional, convirtiéndose en un factor que requiere atención dentro de las instituciones de educación superior. Además, consideran la importancia de la identificación temprana de los factores estresantes resulta fundamental para implementar estrategias de prevención y afrontamiento.

Discrepancias: Para Abad D. centra su análisis en el estrés académico asociado a la adaptación universitaria, evaluaciones, responsabilidades estudiantiles y las demandas educativas generales. Por otro lado, Martínez T. enfoca su investigación específicamente en las prácticas clínicas, teniendo en cuenta que no tiene la suficiente experiencia en la práctica y a cometer errores que puedan afectar la salud del paciente.

Aporte personal: Considero que el estrés académico no debe ser visto únicamente como un problema individual del estudiante, sino también como una consecuencia de las exigencias del sistema educativo y hospitalario. Por ello, es fundamental promover un ambiente de aprendizaje más empáticos, humanizados y orientados al desarrollo integral del futuro profesional de Enfermería.

Autores: Laman D, Lidice V y Ortiz S, et al.

Año: 2023

País: Ecuador

Link: <https://www.reincisol.com/ojs/index.php/reincisol/article/view/1019/2189>

Metodología: Percepción de los Estudiantes de Enfermería de Pregrado Sobre el Impacto de las Prácticas Pre-profesionales en la Calidad y Patrones del Sueño.

Enfoque: Estudio no Experimental

Similitudes: Ortiz S. coincide en las prácticas pre-profesionales representan un escenario altamente demandante para los estudiantes de Enfermería, generando efectos importantes sobre su bienestar físico y emocional, además reconocen que el estrés surge como consecuencia de las exigencias académicas y clínicas propias de la formación profesional, afectando diferentes dimensiones de la salud de los estudiantes.

Discrepancias: Lo importante para Laman centra en los factores estresantes y en las estrategias de afrontamiento utilizadas por los internos de Enfermería, destacando lo más importante especialmente la carga laboral, los horarios extensos, los conflictos interpersonales y la falta de preparación como elementos que incrementan los niveles de estrés. Por el contrario, Ortiz enfoca su análisis en las consecuencias que las prácticas pre-profesionales generan sobre la calidad del sueño. Estos autores profundizan en cómo el estrés, los turnos rotativos y el agotamiento emocional alteran los patrones de descanso de los estudiantes, afectando de manera significativamente.

Aporte personal: Yo considero que las estrategias de afrontamiento utilizadas por los estudiantes no siempre son suficiente para proteger su salud mental, especialmente en contexto de alta exigencias académica y emocional. Además, el contexto de pandemia durante el año 2020 posiblemente incrementó los niveles de incertidumbre, ansiedad y adaptación tecnológica, influyendo directamente en la percepción del estrés y en la manera de afrontarlo. Esto permite comprender que el afrontamiento no depende únicamente de características individuales, sino también de factores externos como el entorno universitario, apoyo social y estabilidad emocional.

Autores: Zárate S y Bernedo M, et al.

Año: 2020

País: Perú

Link: <https://ojs.southfloridapublishing.com/ojs/index.php/jhea/article/view/1880/1473>

Metodología: Relación entre estrés académico y estrategias de afrontamiento en internos de enfermería de los Centros de Salud de Comas DIRS Lima Norte

Enfoque: Revisión sistemática

Similitudes: Zárate S y Bernedo M, et al. ambos estudios reconocen que el estrés académico en estudiantes de Enfermería se expresa mediante diferente tipo de respuestas que afectan al estudiante, incluyendo manifestaciones físicas, cognitivas y conductuales.

Discrepancias: Zárate estudia específicamente la relación entre estrés académico y estrategias de afrontamiento en internos de enfermería, mientras que Bernedo et al. realizan una revisión centrada en los estresores durante las prácticas clínicas y desarrollan una clasificación más amplia de respuestas o síntomas del estrés.

Aporte personal: A partir de la comparación de los estudios, se considera que las manifestaciones del estrés académico en estudiantes de Enfermería deben comprenderse de manera integral, debido a que una misma situación estresante puede generar respuestas en distintas dimensiones. Las manifestaciones físicas, cognitivas y conductuales no se presentan de manera separadas, sino que pueden relacionarse entre sí y afectar el bienestar, la capacidad de concentración, el desempeño académico y la adaptación del estudiante al escenario práctico.

Autores: Valdez Y, et al y Ramos D

Año: 2022

País: México

Link: <https://scielo.isciii.es/pdf/eg/v21n65/1695-6141-eg-21-65-248.pdf>

Metodología: Nivel de estrés y estrategias de afrontamiento utilizadas por estudiantes de la licenciatura en Enfermería.

Enfoque: Enfoque cualitativo de tipo revisión documental.

Similitudes: Valdez Y, et al y Ramos D comparten las mismas ideas, que el estrés es una condición presente en la mayoría de los estudiantes de Enfermería y constituye un fenómeno afectando el bienestar y desempeño académico, los estudiantes deben afrontarse constantemente a demandas académicas que generan tensión emocional y requieren el desarrollo de estrategias de afrontamiento para que un estudiante se pueda adaptar a dichas exigencias. Asimismo, los autores coinciden en que las estrategias de afrontamiento desempeñan un papel fundamental en la forma en que los estudiantes manejan el estrés.

Discrepancias: Valdez Y. encontró que el afrontamiento activo emocional constituye la estrategia más utilizada, lo que indica que los estudiantes buscan regular sus emociones frente a las situaciones estresantes. Por el contrario, Ramos identificó que las estrategias predominantes es la focalización en la solución de problemas reflejando una tendencia a enfrentar directamente las situaciones generadoras de estrés mediante acciones orientadas a resolverlas.

Aporte personal: Considero que el artículo permite comprender que los procesos educativos actuales enfrentan múltiples desafíos derivados de los cambios sociales, tecnológicos y metodológicos presentes en la educación contemporánea. Las investigaciones relacionadas con innovación educativa coinciden en señalar que las metodologías tradicionales han perdido efectividad frente a las nuevas necesidades de aprendizaje de los estudiantes, haciendo necesaria la implementación de estrategias activas, participativas e inclusivas que fortalezcan el desarrollo integral del individuo de esta forma los estudiantes que cursan el internado realizando las prácticas pre-profesionales no se vean afectados su salud mental por ende puedan conllevar de forma adecuada sus prácticas pre-profesionales.

Autores: Noboa C. y Montoya M. et al.

Año: 2025

País: Ecuador

Link: <https://www.revistasocialfronteriza.com/ojs/index.php/rev/article/view/943>

Metodología: Acciones orientadas para controlar el estrés académico y durante las prácticas pre-profesionales en los estudiantes de Enfermería.

Enfoque: Estudio: campo no experimental con apoyo bibliográfico

Similitudes: Montoya M. et al y Noboa C. coinciden en que el estrés constituye una problemática frecuente en los estudiantes de Enfermería durante su formación académica y especialmente durante las prácticas clínicas u hospitalarias. Además, coinciden en identificar la carga de trabajo y las responsabilidades clínicas como factores determinantes en la aparición del estrés, haciendo que los estudiantes sientan una presión académica además de las demandas asistenciales y la necesidad de responder adecuadamente a las necesidades de los pacientes puedan generar ansiedad y agotamiento emocional.

Discrepancias: La principal diferencia para Montoya M. et al., realizó un estudio identificando de manera directa los factores académicos y clínicos que generan estrés en los estudiantes y profundizan en manifestaciones físicas, psicológicas y académicas del estrés, además de establecer una relación entre el estrés académico y el estrés durante las prácticas pre-profesionales. Por otro lado, Noboa C, incorpora factores como la disponibilidad de recursos hospitalarios la calidad de la tutoría clínica y la cultura de seguridad institucional.

Aporte personal: Para mí, ambos estudios coinciden en que el estrés afecta de manera significativamente el bienestar emocional y el desempeño de los estudiantes, es por ello que, necesariamente hay que fortalecer estrategias institucionales de acompañamiento psicológico, capacitación emocional y el desarrollo de habilidades de afrontamiento que el estudiante debe tener.

Autores: Cusme N, Cantuñi V, Chasillacta F, et al.

Año: 2023

País: Ecuador

Link: <https://www.medwave.cl/resumenescongreso/UTA2023/UTA109.html>

Metodología: Proceso de afrontamiento y adaptación en enfermeras según Teoría Callista Roy

Categoría: Enfoque cuantitativo

Similitudes: El estudio presentado en Cusme tiene relación con la investigación realizada por Cruz Carbajal et al. al mencionar que el estrés académico constituye un problema recurrente entre los estudiantes de Enfermería debido a las altas exigencias tanto académicas como clínicas. Se logra identificar que las evaluaciones, la carga de actividades y las prácticas clínicas representan importantes factores estresores que generan respuestas psicológicas como ansiedad, preocupación y tensión emocional.

Asimismo, los dos destacan que es importante fortalecer estrategias de afrontamiento y programas institucionales orientadas al bienestar estudiantil.

Discrepancias: Una diferencia importante radica en la población estudiada. Mientras que Cusme analiza el proceso de afrontamiento y adaptación de profesionales de Enfermería frente a las demandas laborales mediante la Teoría de Callista Roy, el estudio de Cruz Carbajal et al. se centra exclusivamente en los estudiantes universitarios y evalúa el estrés académico. Por otro lado, Cusme enfatiza la adaptación al entorno laboral y la carga de trabajo, a diferencia de Cruz profundiza los factores académicos propios de la formación universitaria.

Aporte personal: Para mí, ambas investigaciones permiten comprender que el estrés constituye un fenómeno presente tanto en la formación académica como en las prácticas clínicas, la importancia de implementar estrategias para que los estudiantes puedan adaptarse a la carga laboral, exigencias que se presentan en la universidad es necesario para favorecer su bienestar y la calidad del cuidado brindado con el propósito de preparar futuros profesionales.