

CAPÍTULO 6

ESTRES PERCIBIDO EN ESTUDIANTES DEL ÁREA DE LA SALUD



<https://doi.org/10.22533/at.ed.309122508046>

Data de aceite: 20/07/2025

María de Jesús Pérez Vázquez

Doctora en Ciencias de Enfermería,
Profesora Investigadora de la Facultad
de Enfermería Mazatlán. Universidad
Autónoma de Sinaloa. Mazatlán, Sinaloa.
México.
ORCID: 0000-0003-0137-4592

Ramón Alberto Peña Peña
Doctor en educación, Profesor
Investigador de la Facultad de Enfermería
Mazatlán. Universidad Autónoma de
Sinaloa. Mazatlán, Sinaloa. México.
ORCID: 0000- 0001-7463 2711

Cristina González Rendón
Doctora en Enfermería, Profesora
Investigadora de la Facultad de
Enfermería Mazatlán. Universidad
Autónoma de Sinaloa. Mazatlán, Sinaloa.
México.
ORCID: 0000 0002 7223 1698

Rosa Ávila Valdez
Doctora en Enfermería, Profesora
Investigadora de la Facultad de
Enfermería Mazatlán. Universidad
Autónoma de Sinaloa. Mazatlán, Sinaloa.
México.
ORCID: 0000-0003-2912-1108

Laura Elena Ruíz Avendaño

Doctora en Educación, Profesora de
la Facultad de Enfermería Mazatlán.
Universidad Autónoma de Sinaloa.
Mazatlán, Sinaloa. México.
ORCID: 0000-0003-2270-5661

Aida Guadalupe Díaz Sarabia
Doctora en Educación, Profesora de
la Facultad de Enfermería Mazatlán.
Universidad Autónoma de Sinaloa.
Mazatlán, Sinaloa. México.
ORCID: 0009-0008-9493-6008

Osiris del Carmen Valdez Ortiz
Doctora en Educación, Profesora de
la Facultad de Enfermería Mazatlán.
Universidad Autónoma de Sinaloa.
Mazatlán, Sinaloa. México.
ORCID: 0009-0003-8774-9814

RESUMEN: **Introducción:** El estrés es una alteración psicológica que se ha incrementado de manera significativa para los estudiantes del área de la salud, este tipo de experiencias son un gran desafío relacionado con la demanda académica que enmarca la formación en estas áreas. **Objetivo:** Describir el nivel de estrés percibido en estudiantes del área de la

salud de dos escuelas públicas de Mazatlán, Sinaloa México. **Metodología:** el presente estudio posee un enfoque cuantitativo, descriptivo y transversal, en una población de 450 estudiantes del área de la salud, la muestra fue de 208 estudiantes y se empleó un muestreo no probabilístico por conveniencia. **Resultados:** del total de la muestra el 51.9% de enfermería y el 48.1% de medicina. Prevaleció el sexo femenino (53.3%). La media de edad fue de 21,04 años. El nivel de estrés percibido en el último mes de mayor prevalencia fue el moderado (60.6%), el leve en el 20.2% y el estrés alto en el 19.2% de los estudiantes de ambas carreras. El estrés moderado destaca en el sexo femenino (34.1%), aunque el estrés alto se presentó para ambos sexos; femenino (11%) y masculino (9.2%), destacando este entre los 21 a 23 años con un 10.1%. El estrés moderado se presentó con mayor frecuencia también en este grupo de edad (28.9%) y de 18 a 20 años (25%), este nivel de estrés fue casi similar para enfermería (29.8%) y para medicina (29.3%). **Conclusiones:** El estrés en los estudiantes del área de la salud, es un problema de salud pública latente. Es determinante trabajar con estrategias de enseñanza aprendizaje que permita el desarrollo sano e integral en la formación del profesional de salud.

PALABRAS CLAVES: Estrés percibido, estudiantes del área de la salud, estudiante de enfermería, estudiante de medicina.

INTRODUCCIÓN

El estrés en esta nueva era ha sido reconocido como una enfermedad con serias repercusiones en la salud mental de las personas, actualmente es una enfermedad psicológica que se ha incrementado de manera significativa. Este problema de salud es una alteración mental que ha alcanzado grandes índices de morbilidad en la mayoría de los países sin exceptuar el tipo y características de la población que los conforman. La Organización Mundial de la Salud (OMS), ha referido al estrés como “un estado de preocupación o tensión mental generado por una situación difícil”, cuyos resultados afectan de manera negativa para el desarrollo de las capacidades de concentración y relajación, incrementando la presencia de sintomatología como las cefaleas, alteraciones del sueño, problemas relacionados con el comportamiento, malestar gastrointestinal, alteraciones en el apetito, y predispone al uso de sustancias como el tabaco, alcohol y drogas (OMS, 2023).

Ahora bien, en este complejo contexto, es importante abordar para su estudio las situaciones o experiencia que contribuyen al desarrollo del estrés en la vida de las personas, y en estos no podemos olvidarnos de los contextos educativos, como espacios donde la responsabilidad y exigencia han sido descritos como detonadores de síntomas de estrés en los estudiantes.

Sin duda alguna, las exigencias en la educación superior son grandes, y en ello los estudiantes son presas de este gran fenómeno llamado estrés, el cual es considerado como un problema de salud pública que afecta a más del 50% de la población (Nguyen-Thi et al., 2023), de la cual los estudiantes universitarios son quienes cada vez más se ven afectados por este problema (Lovin y Moreau, 2022; Terrazas et al., 2021).

Para muchos estudiantes el ingreso a los estudios de formación profesional se torna como una experiencia desafiante para las diferentes carreras. En estos escenarios, se ha descrito de manera importante que, para los estudiantes del área de la salud, este tipo de experiencias son un desafío aún más complejo, Batista de Freitas, et al., (2023) refieren que los síntomas de estrés han llegado a ser prevalentes, generando un impacto negativo en la calidad de vida de los estudiantes del área de la salud.

En lo que respecta al estrés que se genera por asuntos académicos, no se puede ni se debe considerar desde una perspectiva única y superficial, es importante que estos deban ser abordados desde los aspectos biológicos, psicológicos, sociales y educativos que rodean al estudiante. En estos contextos, el estrés surge como una reacción del ser humano para adaptarse a situaciones complejas en las distintas esferas de su vida, una de estas esferas es la académica, importante por su impacto sobre los procesos de aprendizaje y en el desarrollo de competencias profesionales (Pérez-Del-Vallín, 2022), aspecto indispensable en la formación de recursos humanos para la salud, y para la futura práctica de cuidado profesional.

Ahora bien, en los aspectos educativos podemos reconocer que la mayoría de las carreras que conforman la formación en las áreas de la salud están estructuradas por currículos que son de una amplia exigencia para los estudiantes, lo cual se describe como un factor importante y detonante para la presencia de estrés. En estos escenarios, Elera Lozano (2022) destaca que la mayoría de los estudiantes universitarios de la carrera de medicina expresan niveles altos de estrés académico y esta problemática influye de manera negativa en su rendimiento y a su vez, afecta su bienestar físico y mental. Por su parte Cruz-Carvajal et al., (2024) refieren que “la carga de actividades académicas puede generar en los estudiantes diversos cambios psicológicos, comportamental y físico, atribuidos al estrés, y recomiendan implementar estrategias de afrontamiento para disminuir su magnitud”.

Indiscutiblemente, el estrés en estudiantes del área de la salud es un tema que aún tiene varias vertientes que explorar, por lo que es importante reducir esta brecha con la finalidad de contribuir a la salud y bienestar de los estudiantes de estas áreas. En este sentido este trabajo se centra en él estudió del nivel de estrés percibido en estudiantes del área de la salud, específicamente de las carreras de licenciatura en enfermería y licenciatura en médico general de dos universidades públicas de Mazatlán, Sinaloa México.

Objetivo: Describir el nivel de estrés percibido en estudiantes del área de la salud de Mazatlán, Sinaloa México.

MÉTODO

El estudio tiene un enfoque cuantitativo, descriptivo y transversal (Hernández-Sampieri, 2018), en una población de 450 estudiantes del área de la salud, el muestreo fue no probabilístico por conveniencia. La muestra está constituida por 208 estudiantes de las carreras de licenciatura en enfermería (108) y licenciatura en médico general (100),

de ambos sexos, que cursaban el primero, segundo, tercer y cuarto grado en los turnos matutino y vespertino matriculados en dos escuelas pública de Mazatlán, Sinaloa México.

Para la recolección de la información se utilizó la Escala de Estrés Percibido (PSS), esta escala proporciona una medida global de estrés percibido en el último mes evaluando el grado en que las situaciones de la vida son valoradas como estresantes por las personas (Remor, 2001). Esta escala proporciona información que hace referencia sobre el grado de control subjetivo para aquellas situaciones impredecibles o inesperadas y el malestar que acompaña a la falta de control percibido. Originalmente consta de 14 ítems (algunos de los cuales se formulan en negativo), con cinco opciones de respuestas (Nunca, casi nunca, de vez en cuando, a menudo y muy a menudo), al sumar el puntaje total de los 14 ítems, la puntuación total obtenida (que va de 0 a 56) indica que a mayor puntuación habrá un mayor nivel de estrés percibido, un nivel de estrés moderado fluctúa entre 20 y 25. Respecto a la consistencia interna del instrumento Escala de Estrés Percibido fue de .821 por lo que se considera aceptable.

Para la recolección de la información, los instrumentos se aplicaron en línea, por lo que se transcribieron en un formulario de Google Forms el cual se envió vía WhatsApp a los estudiantes matriculados en las carreras de enfermería y de medicina de una universidad pública de Mazatlán, Sinaloa México. En este formulario se incluyó una cédula de datos sociodemográficos y académicos y la escala de estrés percibido (PSS) con 14 ítems (Remor, 2001). Al ingresar al llenado del formulario se solicitó el consentimiento informado y voluntario, se les describió a manera de explicación las características de su participación, se dejó claro que la información se manejaría de manera confidencial y que contaban con la libertad de elegir su participación o no. Es así que los estudiantes que participaron en este estudio otorgaron de manera virtual su consentimiento libre e informado. Para este estudio se tomó como base los lineamientos que establece el reglamento de la ley general de salud en materia de investigación en salud vigente en México en su artículo 17 en el cual se clasificó esta investigación como investigación con riesgo mínimo ya que los estudiantes sólo aportaron datos por medio del cuestionario de forms. Los criterios de inclusión fueron; estudiantes del área de la salud (enfermería y medicina), estudiantes que aceptaron contestar el formulario y participar en la investigación. Respecto a los criterios de exclusión fueron; estudiantes que no pertenecían al área de la salud (enfermería y medicina), estudiantes que deseaban abandonar la investigación en cualquier momento y estudiantes que no estaban dispuestos a contestar el cuestionario.

RESULTADOS

La consistencia interna del instrumento Escala de Estrés Percibido fue de .821 lo que se considera aceptable. La muestra estuvo comprendida por 208 estudiantes de las carreras de Licenciatura en enfermería (51.9%) y Licenciatura en médico general (48.1%).

Los resultados de los datos sociodemográfico refieren que prevaleció el sexo femenino (53.3%). con una media de edad de 21,04 años, los estudiantes que participaron eran de primero (27.4%), segundo (32.7%), tercero (20.2%) y cuarto año (19.7%), cabe destacar que la carrera de medicina se desarrolla con un plan curricular que se extiende hasta el quinto año, pero para este estudio solo se contemplaron a los alumnos que cursaban hasta el cuarto grado. El 16.3% de los encuestados dijo trabajar y estudiar, pero la mayoría los estudiantes solo se dedican a estudiar (83.7%), el 3.8% y 1.9% dijeron estar casados y en unión libre, el resto son solteros. El 4.8% de los estudiantes dijo tener hijos (tabla 1).

En lo que corresponde al nivel de estrés percibido se encontró que el nivel de estrés caracterizado como moderado fue de 60.6%, el leve fue en el 20.2%, sin embargo, el estrés alto en el último mes se encontró en el 19.2% (tabla 2). El estrés moderado destaco en el sexo femenino (34.1%), para el sexo masculino fue de 25%. El estrés leve destaca en el sexo masculino con un 12.5%. Aunque en menor prevalencia, el estrés alto se presenta con datos importantes para ambos sexos, 11% en el sexo femenino y 9.2% en el sexo masculino. De acuerdo a la edad; el estrés leve se presentó en su mayoría en el grupo de 18 a 20 años con un 12.5%. El estrés moderado se reportó con mayor frecuencia en el grupo 21 a 23 años (28.9%), para el grupo de 18 a 20 años fue de 25%. El estrés alto destaco en los estudiantes de 21 a 23 años con un 10.1%, para el grupo de 24 a 26 años se presentó en 6.7% y 3.4% en los estudiantes de 18 a 20 años (Tabla 3).

El nivel de estrés percibido de acuerdo al estado civil se presentó con características de leve en un 19.7%, moderado en un 56.7% y alto en el 17.8% en el grupo de estudiantes solteros. De acuerdo a las carreras del área de la salud, se encontró que el estrés moderado se presentó aproximadamente en datos similares para ambas carreras; 29.8% para la licenciatura en enfermería y el 29.3% para la licenciatura en médico general. El estrés alto también se encontró casi similar en los estudiantes de la licenciatura en enfermería (10.6%) y los de médico general (9.6 %). Por grado escolar, el estrés moderado destaco en los estudiantes de segundo año con un 19.7%, en los de primer año se presentó en un 15.9%, y en los de cuarto año con un 14.4% y en los de tercer año alcanzo el 9.1%. En este mismo grupo de estudiantes el estrés alto prevaleció con un 8.7% en los de primer año, 4.8% para segundo y 6.7% para los de tercer año, de manera curiosa los estudiantes de cuarto año no reportaron estrés alto. En lo que respecta a la actividad laboral se encontró que el estrés moderado destaco en los estudiantes que solo se dedican a estudiar (47.1%) mientras que en los que estudian y trabajan se presentó en menor proporción (12%). El estrés alto considerando la combinación del estudio y la actividad laboral de los estudiantes represento un porcentaje importante en el grupo de estudiantes que combinan estas actividades (1.9%), y el 18.3% para los que solo estudian. Los estudiantes que no tiene hijos reportaron estrés leve en un 20.7%, moderado en un 55.8% y estrés alto en un 18.7%, mientras que los que tiene hijos presentaron estrés moderado en un 3.4% y alto en un 1.4% (Tabla 3).

Consistencia Interna del instrumento de medición

Estadística de fiabilidad		
Alfa de Cronbach	No de Elementos	
.821	14	

La consistencia interna del instrumento Escala de Estrés Percibido fue de .821, lo que se considera aceptable.

Datos sociodemográficos y académicos	f	%
Sexo		
Femenino	111	53.3
Masculino	97	46.7
Edad		
18 a 20 años	85	40.9
21 a 23 años	95	45.7
24 a 26 años	28	13.4
Estado civil		
Soltero	196	94.2
Casado	8	3.8
Unión libre	4	1.9
Hijos		
Si	10	4.8
No	198	95.1
Actividad laboral		
Si	34	16.3
No	174	83.7
Carrera		
Licenciatura en Enfermería	108	51.9
Licenciatura en Médico General	100	48.1
Turno		
Matutino	145	70.19
Vespertino	63	30.28
Grado		
Primero	57	27.4
Segundo	68	32.7
Tercero	42	20.2
Cuarto	41	19.7
CDP		n=208

Tabla 1. Datos sociodemográficos y académicos

Resultados: Estadística descriptiva

Nivel de estrés percibido	f	%
Estrés leve	43	20.7
Estrés moderado	123	59.1
Estrés alto	42	20.2
Escala PSS.		n=208

Tabla 2. Nivel de estrés percibido

Estrés percibido en el último mes	Leve		Moderado		Alto	
	f	%	f	%	f	%
Sexo						
Masculino	26	12.5	52	25	19	9.2
Femenino	17	8.2	71	34.1	23	11
Edad						
18 a 20 años	26	12.5	52	25	7	3.4
21 a 23 años	14	6.7	60	28.9	21	10.1
24 a 26 años	3	1.4	11	5.3	14	6.7
Estado civil						
Soltero	41	19.7	118	56.7	37	17.8
Casado	2	1	4	1.9	2	1
Unión libre	0	0.0	1	0.5	3	1.4
Carrera						
Licenciatura en Enfermería	24	11.5	62	29.8	22	10.6
Licenciatura en Medico General	19	9.2	61	29.3	20	9.6
Grado escolar						
Primero	6	2.9	33	15.9	18	8.7
Segundo	17	8.2	41	19.7	10	4.8
Tercero	9	4.3	19	9.1	14	6.7
Cuarto	11	5.3	30	14.4	0	0
Actividad laboral						
Si	5	2.4	25	12	4	1.9
No	38	18.3	98	47.1	38	18.3
Estudiantes con hijos						
Si	0	0	7	3.4	3	1.4
No	43	20.7	116	55.8	39	18.7

CDPA/Escala PSS.

n=208

Tabla 3. Datos sociodemográficos, académicos y estrés percibido

DISCUSIÓN

Los resultados evidencian aspectos procesuales estresores que determinan de manera significativa el nivel de estrés percibidos en estudiantes de enfermería y medicina. En este estudio según lo reportado en los datos sociodemográficos se encontró que prevaleció el sexo femenino, sin embargo, en los resultados para el nivel de estrés percibido en el último mes se encontró que en ambos géneros se presentó estrés moderado (60.6%) y estrés alto (19.9%), en estos resultados se encontró similitud con los reportados por Valdez López et al., (2022), para el nivel de estrés en estudiantes de la licenciatura en Enfermería; el 74.4% de la muestra fueron mujeres, y en ambos géneros destaco el nivel de

estrés moderado (78%). Por su parte Londoño et al., reporto que el nivel de estrés percibido por los estudiantes universitarios al inicio del semestre fue bastante y mucho en el 53,9 %, y al final de semestre estos datos se incrementaron al 80.8%.

Los resultados de este estudio muestran que las mujeres reportan mayores niveles de estrés percibido con características de moderado (34.1%), y alto (11%) que el sexo masculino. Jerez y Oyarzo (2015), encontraron también que existe una alta prevalencia de estrés en los estudiantes del área de la salud, indicando un mayor estrés en el género femenino (96,24%). Por su parte Londoño et al., encontraron que los niveles de estrés entre los estudiantes eran significativos y que en general las mujeres sufrían de niveles de estrés más altos con respecto a los hombres. En lo que corresponde a las carreras (enfermería y medicina) se encontró que el estrés moderado fue reportado casi similar para ambas carreras; (29.8% en enfermería y 29.3% en medicina), mientras que el estrés alto se presentó de manera significativa en ambos grupos (10.6% enfermería y 9.6% médico general), por grado escolar, el estrés moderado destaca en los estudiantes de segundo año con un 19.7%, pero el estrés alto prevaleció en los estudiantes de primer grado (8.7%), esto se considera derivado del proceso de adaptación que experimentan los estudiantes a la carrera del área de la salud, sobre todo a las exigencias contempladas en su currículum. En estos escenarios, el estrés moderado se marcó en los estudiantes que combinan la actividad laboral y el estudio (12%), y el estrés alto, aunque en poca proporción está presente en ellos (1.9%). Por otra parte, los estudiantes que refieren no tener hijos presentaron estrés moderado y alto (55.8% y 18.7%), y para los que tiene hijos el estrés moderado y alto se destacó aún más (3.4% y 1.4%). En estos contextos, Garrido-Bahamondes et al., (2024) refiere que el proceso de adaptación de cada persona será diferente dependiendo de las circunstancias que existan en su ambiente, de esto dependerá su adaptación a la situación que genera el estrés. Abonando a estos datos, Cruz Carabajal et al., (2024), encontraron que los estudiantes de enfermería en su mayoría presentaron un nivel de estrés severo y que las reacciones ante el estrés se vincularon con la edad, sexo, hijos y año cursado del plan de estudios.

Los resultados expuestos, permiten describir el nivel de estrés percibido en estudiantes del área de la salud de Mazatlán, Sinaloa México. Estos datos demuestran la presencia del estrés percibido moderado en la mayoría de los estudiantes de enfermería y medicina, sin lugar a dudas estos datos deben ser importantes, y el punto de partida para formular e implementar estrategias dirigidas a todos aquellos factores que generan estrés en el proceso de formación de los estudiantes en general. Existen evidencias que exponen las diversas situaciones que, al ser reiteradas, no se logran enfrentar de manera ideal, y esto puede contribuir a la aparición de dificultades interpersonales y de síntomas de angustia psicológica en los estudiantes del área de la salud (Garrido-Bahamondes, 2024).

CONCLUSIONES

El estrés una alteración de salud mental que ha sido reconocido como problema de salud pública a nivel mundial. Es un problema de salud que acompaña a la mayoría de las personas en su contexto de vida, la actividad educativa es un factor que de manera directa contribuye en el desarrollo de este problema de salud en los estudiantes. En este sentido, el estrés percibido en estudiantes del área de la salud es un tema que debe ser tratado de manera profunda, dado que son ellos quienes en un futuro no lejano estarán a cargo del cuidado a la salud de las personas, “no podemos promover y cuidar de la salud desde la falta de esta”. Por ello no se debe perder de vista ni una sola vertiente que genere estrés en los procesos de formación de los estudiantes del área de la salud.

El uso de la Escala de Estrés Percibido (PSS) permitió evidenciar ¿qué tan estresados están? los estudiantes de las carreras de enfermería y medicina, las respuestas a las preguntas extendidas dieron referencia a los sentimientos y pensamientos acerca del nivel de estrés percibido. Los niveles de estrés percibidos leves (20.2%), moderados (60.6%) y altos (19.2%) por los estudiantes de enfermería y medicina, sugieren la importancia de implementar estrategias que les permitan el afrontamiento y lograr contrarrestar la presencia de síntomas característicos de estrés y que afectan la salud mental de los estudiantes.

Cabe señalar la importancia que implica los resultados de este estudio, hacen un llamado para que en el proceso de formación de los estudiantes del área de la salud se considere dentro de la práctica docente, la formulación e implementación de estrategias que reduzcan y en el mejor de los casos eliminen los factores generadores de estrés en el proceso enseñanza aprendizaje, y en todo el ámbito educativo, esto contribuirá a la formación integral de los futuros profesionales de enfermería y medicina y por lo tanto a una atención con calidad.

REFERENCIAS

Batista de Freitas PH, Meireles AL, da Silva Ribeiro IK, Silva Abreu ML, de Paula W, Silva Cardoso C. (2023). Síntomas de depresión, ansiedad y estrés en estudiantes del área de la salud e impacto en la calidad de vida. *Rev. Latino-Am. Enfermagem*. 3(1): e3884. <https://doi.org/10.1590/1518-8345.6315.3884>

Cruz-Carabajal D., Ortigoza A. y Canova-Barrios C. (2024). Estrés académico en los estudiantes de Enfermería. *Revista Española de Educación Médica*. Universidad de Murcia.

Diario Oficial de la Federación. Reglamento de la Ley General de Salud en Materia de Investigación para la Salud. Nuevo Regalmento. Publicado en enero de 1987 texto vigente. Última reforma publicada DOF 02-04-2014.

Elera Lozano, DH. (2022). Estrés académico en estudiantes de medicina de una universidad privada, Chiclayo 2021. [Tesis]. <http://hdl.handle.net/20.500.12423/5259>

Garrido Bahamondes N., Macaya Suazo M., Márquez Márquez L., Orellana Yevenes I., Pereyra Hernandez M., Méndez Mora A. (2024). Percepción del estrés-académico en estudiantes de Ciencias de la Salud del Maule, Chile. *SANUS Rev Enf* [Internet]; 9(20):e503. Recuperado de: <https://sanus.unison.mx/index.php/Sanus/article/view/503>

Jerez-Mendoza, M. & Oyarzo-Barría, C. (2015). Estrés académico en estudiantes del Departamento de Salud de la Universidad de Los Lagos Osorno. *Revista chilena de neuro-psiquiatría*. 53(3): 149-157. <https://dx.doi.org/10.4067/S0717-92272015000300002>

Londoño J., Vernaza-Pinzón P., Dueñas-Cuellar R., Niño-Castaño VE. & Rivera A. (2024). Estrés académico en estudiantes universitarios: la epidemia silenciosa en una facultad de ciencias de la salud. *Revista de la Universidad Industrial de Santander. Salud*, 56, e24010. <https://doi.org/10.18273/saluduis.56.e:24010>

Lovin, D. y Moreau, DB. (2022). Stress among Students and Difficulty with Time Management: A Study at the University of Galați in Romania. *Social Sciences*, 11(12): 538. <https://doi.org/10.3390/socsci11120538>

Nguyen-Thi, T., Le, H. M., Chau, T. L., Le, H. T., Pham, T. T., Tran, N. T., Ngo, Q. P. M., Pham, N. H. y Nguyen, D. T. (2023). Prevalence of stress and related factors among healthcare students: a cross-sectional study in Can Tho City, Vietnam. *PubMed*, 36(3), 292-301. <https://doi.org/10.7416/ai.2023.2591>

Organización Mundial de la Salud (OMS). (2023). Éstres. Recuperado de: <https://www.who.int/es/news-room/questions-and-answers/item/stress>

Pérez-Del-Vallín V. (2022). Development of communication skills in the health sector. *Seminars in Medical Writing and Education.*;1(5). <https://doi.org/10.56294/mw20225>

Remor, E., Psychometric properties of a European Spanish version of the Perceived Stress Scale (PSS). Ansiedad y estrés. 2001;7(2-3):195–201

Sampieri, R. H. (2018). Metodología de la investigación: las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta. McGraw Hill México

Terrazas, A., Velázquez-Castro, J. y Testón-Franco, N. (2021). El estrés académico y afectaciones emocionales en estudiantes de nivel superior. *Revista Innovia Educación*, 4(2), 132-146. <https://doi.org/10.35622/j.rie.2022.02.008.es>

Valdez López, YC., Marentes Patrón, RA., Correa Valenzuela, SE., Hernández Pedroza, RI., Enríquez Quintero, ID., & Quintana Zavala, MO. (2022). Nivel de estrés y estrategias de afrontamiento utilizadas por estudiantes de la licenciatura en Enfermería. *Enfermería Global*, 21(65), 248-270. <https://dx.doi.org/10.6018/eglobal.441711>