

**NIVELES DE ESTRÉS ACADÉMICO MEDIDOS POR EL INVENTARIO DE SISCO EN
ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA EN UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE QUITO –
ECUADOR 2025**

**ACADEMIC STRESS LEVELS MEASURED BY THE SISCO INVENTORY IN NURSING
STUDENTS AT A PRIVATE UNIVERSITY IN QUITO – ECUADOR 2025**

Autores: ¹Melanie Lisbeth Vásquez Vélez y ²Cristhian Vicente Chimbolema Saltos.

¹ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0001-9854-1037>

²ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0006-2091-5496>

¹E-mail de contacto: mvasquez28@indoamerica.edu.ec

²E-mail de contacto: cchimbolema@indoamerica.edu.ec

Afiliación: ^{1*}^{2*}Universidad Indoamérica, (Ecuador).

Artículo recibido: 24 de Agosto del 2026.

Artículo revisado: 26 de Agosto del 2026.

Artículo aprobado: 26 de Agosto del 2026.

¹Estudiante de la carrera de Enfermería de la Universidad Indoamérica, (Ecuador).

²Estudiante de la carrera de Enfermería de la Universidad Indoamérica, (Ecuador).

Resumen

El objetivo del presente artículo científico es evaluar el nivel de estrés académico en los estudiantes de la carrera de Enfermería de la Universidad Indoamérica, sede Quito, durante el período académico B 2025, mediante la aplicación del Inventario SISCO. Para ello se utiliza una metodología cuantitativa donde se encuesta a 134 estudiantes de la mencionada carrera, cuyos resultados son presentados en gráficos, también tiene un alcance descriptivo porque en el marco teórico se detallan las relaciones causales sin alterar las variables. Los resultados demuestran que el 63% de la población de análisis tiene un nivel moderado de estrés, provocado por la sobrecarga de tareas y trabajos escolares (65%), desencadenando en somnolencia o la mayor necesidad de dormir (60%), además un aumento o reducir el consumo de alimentos (38%). Mientras la estrategia de enfrentamiento más utilizada por los estudiantes en mención es la aplicación de la defensa de sus preferencias, ideas o sentimientos (31%). Se concluye que la población necesita estrategias para gestionar su tiempo, organizar sus tareas y controlar sus emociones.

Palabras clave: Control de emociones, Enfermería, Estrés, Salud mental, Inventario sisco.

Abstract

The objective of this scientific article is to evaluate the level of academic stress in nursing students at Indoamérica University, Quito campus, during the B 2025 academic period, using the SISCO Inventory. A quantitative methodology was employed, surveying 134 students from the aforementioned program. The results are presented in graphs. The study also has a descriptive scope, as the theoretical framework details causal relationships without altering the variables. The results show that 63% of the analyzed population has a moderate level of stress, caused by an overload of assignments and schoolwork (65%), leading to drowsiness or an increased need for sleep (60%), as well as an increase or decrease in food consumption (38%). The most frequently used coping strategy among the students is defending their preferences, ideas, or feelings (31%). It is concluded that this population needs strategies to manage their time, organize their tasks, and control their emotions.

Keywords: Emotion regulation, Nursing, Stress, Mental health, SISCO inventory.

Sumário

O objetivo deste artigo científico é avaliar o nível de estresse acadêmico em estudantes de enfermagem da Universidade Indoamérica, campus de Quito, durante o ano letivo de 2025, utilizando o Inventário SISCO. Foi empregada uma metodologia quantitativa, com a aplicação

de questionários a 134 estudantes do referido curso. Os resultados são apresentados em gráficos. O estudo também possui caráter descritivo, visto que o referencial teórico detalha relações causais sem alterar as variáveis. Os resultados mostram que 63% da população analisada apresenta nível moderado de estresse, causado pela sobrecarga de tarefas e trabalhos acadêmicos (65%), levando à sonolência ou aumento da necessidade de sono (60%), bem como ao aumento ou diminuição do consumo alimentar (38%). A estratégia de enfrentamento mais frequente entre os estudantes é a defesa de suas preferências, ideias ou sentimentos (31%). Conclui-se que essa população necessita de estratégias para gerenciar seu tempo, organizar suas tarefas e controlar suas emoções.

Palavras-chave: Regulação emocional, Enfermagem, Estresse, Saúde mental, Inventário SISCO.

Introducción

El estrés académico constituye una respuesta fisiológica, psicológica y conductual frente a demandas percibidas como desafiantes dentro del entorno educativo. En el contexto universitario ecuatoriano representa una problemática de salud mental de elevada prevalencia, afectando aproximadamente al 50 % de los estudiantes de educación superior (Silva et al., 2020). Esta situación adquiere especial relevancia en las carreras del área de la salud, donde las exigencias académicas y prácticas incrementan la vulnerabilidad de los estudiantes frente a este fenómeno.

La formación en Enfermería implica una elevada carga teórica y práctica, evaluaciones permanentes y la incorporación temprana a escenarios clínicos, factores que pueden incrementar los niveles de estrés académico. Esta condición repercute negativamente en el rendimiento académico y en funciones cognitivas como la atención, la memoria y la toma de decisiones, además de afectar la

organización del tiempo de estudio y el bienestar emocional de los estudiantes (Orrego et al., 2023). No obstante, los servicios institucionales de apoyo psicológico y bienestar universitario no siempre responden oportunamente a estas necesidades.

En Ecuador, diversas investigaciones evidencian la magnitud de esta problemática. En la Universidad Católica de Cuenca se reportó que el 87,2 % de los estudiantes de Ciencias de la Salud presentó niveles significativos de estrés académico (Moscoso y Barzallo, 2018). De igual manera, en la Universidad Central del Ecuador se identificó que el 99 % de los estudiantes manifestó algún nivel de estrés, de los cuales el 39 % presentó un nivel moderado y el 60 % un nivel severo (Rueda et al., 2021). Estos antecedentes ponen de manifiesto la necesidad de continuar investigando esta problemática en estudiantes de Enfermería, debido a las características propias de su proceso formativo.

Desde el ámbito normativo, la Ley Orgánica de Educación Superior (LOES) reconoce el derecho de los estudiantes a desarrollarse en condiciones que favorezcan su formación integral y establece la responsabilidad de las instituciones de educación superior de contar con Unidades de Bienestar Universitario orientadas a promover la salud mental y prevenir problemas psicológicos (Asamblea Nacional, 2018). En este contexto, la identificación temprana del estrés académico constituye un elemento fundamental para el diseño de estrategias institucionales de prevención e intervención. Para la evaluación del estrés académico se utilizó el Inventario de Estrés Académico SISCO, desarrollado por Barraza (2007) y actualizado posteriormente. Este instrumento evalúa estresores académicos, reacciones físicas, psicológicas y

comportamentales, así como las estrategias de afrontamiento, mediante 31 ítems distribuidos en una escala tipo Likert. Además, presenta una alta confiabilidad (α de Cronbach = 0,90), lo que lo convierte en una herramienta ampliamente utilizada para la evaluación del estrés académico en estudiantes universitarios (Barraza, 2018; Guzmán et al., 2022).

Considerando la elevada prevalencia del estrés académico en estudiantes universitarios y la limitada evidencia disponible en la Universidad Indoamérica, sede Quito, el presente estudio tuvo como objetivo evaluar el nivel de estrés académico en los estudiantes de la carrera de Enfermería durante el período académico B-2025 mediante la aplicación del Inventario de Estrés Académico SISCO. Los resultados buscan aportar evidencia que contribuya al diseño de estrategias institucionales orientadas a fortalecer el bienestar psicológico y el desempeño académico de esta población estudiantil.

Materiales y Métodos

Se realizó un estudio con enfoque cuantitativo, de alcance descriptivo y diseño no experimental de corte transversal. Este diseño permitió evaluar los niveles de estrés académico en estudiantes de la carrera de Enfermería de la Universidad Indoamérica, sede Quito, durante el período académico B-2025, sin manipular las variables objeto de estudio. La población estuvo conformada por estudiantes matriculados en la carrera de Enfermería de la Universidad Indoamérica, sede Quito, durante el período académico B-2025. Se seleccionó una muestra probabilística aleatoria simple de 113 estudiantes, calculada mediante la fórmula para poblaciones finitas con un nivel de confianza del 95 % y un margen de error del 5 %. Se incluyeron estudiantes matriculados en cualquier semestre de la carrera que aceptaron

participar voluntariamente mediante la firma del consentimiento informado y completaron íntegramente el instrumento de investigación. Se excluyeron aquellos que no cumplieran estos criterios o que no finalizaron el cuestionario.

La información se recopiló mediante el Inventario de Estrés Académico SISCO, instrumento validado para evaluar el estrés académico en estudiantes universitarios. El cuestionario está conformado por 31 ítems distribuidos en las dimensiones de estresores académicos, reacciones físicas, reacciones psicológicas, reacciones comportamentales y estrategias de afrontamiento, utilizando una escala tipo Likert de cinco puntos. El instrumento presenta una adecuada consistencia interna (α de Cronbach = 0,90), lo que respalda su confiabilidad para la evaluación del estrés académico. La recolección de datos se realizó mediante la aplicación digital del Inventario de Estrés Académico SISCO a través de Google Forms. La participación fue voluntaria, previa aceptación del consentimiento informado, garantizando el anonimato y la confidencialidad de la información proporcionada por los estudiantes. Los datos obtenidos fueron organizados y procesados mediante técnicas de estadística descriptiva, con el propósito de caracterizar los niveles de estrés académico, identificar los principales estresores, las reacciones físicas, psicológicas y comportamentales, así como las estrategias de afrontamiento utilizadas por los estudiantes. Los resultados se presentan mediante tablas y figuras para facilitar su interpretación.

Resultados y Discusión

Los resultados obtenidos permitieron identificar el comportamiento del estrés académico en los estudiantes de la carrera de Enfermería, considerando tanto su frecuencia general como los principales factores estresores, las

manifestaciones físicas, psicológicas y comportamentales, así como las estrategias de afrontamiento utilizadas. En términos generales, se evidenció una alta presencia de preocupación y nerviosismo durante el semestre, acompañada de un predominio de niveles moderados de estrés. Asimismo, la sobrecarga de tareas, las evaluaciones y el tiempo limitado para cumplir las actividades académicas se posicionaron entre los principales factores desencadenantes. A partir de estos hallazgos, las tablas siguientes presentan de manera organizada la distribución de las respuestas obtenidas mediante el Inventario SISCO SV-31 y permiten analizar las diferentes dimensiones que conforman la experiencia de estrés académico en la población estudiada.

Tabla 1. Participación en la encuesta.

Respuesta	Porcentaje
Sí	97,8%
No	2,2%

Fuente: Elaboración propia.

La Tabla 1 presenta la participación de los estudiantes en el estudio. De los 137 estudiantes invitados, el 97,8% aceptó participar voluntariamente, mientras que únicamente el 2,2% decidió no hacerlo. Este elevado porcentaje de participación demuestra una adecuada disposición de los estudiantes para colaborar con la investigación y fortalece la representatividad de la muestra analizada. Asimismo, la baja tasa de no participación reduce la posibilidad de sesgos derivados de la falta de respuesta, permitiendo que los resultados obtenidos reflejen con mayor precisión la realidad de la población estudiada. En consecuencia, los datos recopilados constituyen una base confiable para el análisis del estrés académico en los estudiantes de Enfermería.

Tabla 2. Preocupación o nerviosismo durante el semestre.

Respuesta	Porcentaje
Sí	98,5%
No	1,5%

Fuente: Elaboración propia.

Los resultados muestran que el 98,5% de los estudiantes manifestó haber experimentado momentos de preocupación o nerviosismo durante el semestre académico, mientras que solo el 1,5% indicó no haber presentado estas manifestaciones. Estos hallazgos evidencian que prácticamente la totalidad de la población estudiantil ha estado expuesta a situaciones relacionadas con el estrés académico. La elevada frecuencia de esta respuesta sugiere que la preocupación constituye una experiencia común dentro de la formación universitaria en Enfermería, probablemente debido a las exigencias académicas y prácticas propias de la carrera. Este resultado justifica el análisis detallado de las dimensiones del Inventario SISCO para identificar los principales factores estresores y sus manifestaciones.

Tabla 3. Distribución de estudiantes por semestre.

Semestre	Porcentaje
Primero	8,2%
Segundo	13,4%
Tercero	15,7%
Cuarto	13,4%
Quinto	19,4%
Sexto	12,7%
Séptimo	17,2%

Fuente: Elaboración propia.

En cuanto a la distribución de los participantes, se observa que el mayor porcentaje corresponde al quinto semestre (19,4%), seguido del séptimo semestre (17,2%) y del tercer semestre (15,7%). Los estudiantes de segundo y cuarto semestre representaron cada uno el 13,4%, mientras que el sexto semestre alcanzó el 12,7%. Por el contrario, el primer semestre registró la menor

participación con el 8,2%. Esta distribución evidencia que la muestra incluye estudiantes pertenecientes a todos los niveles de formación,

permitiendo obtener una visión amplia del comportamiento del estrés académico a lo largo de la carrera.

Tabla 4. *Nivel de preocupación o nerviosismo.*

Nivel	Porcentaje
1	0,0%
2	2,3%
3	43,9%
4	32,6%
5	21,2%

Fuente: Elaboración propia.

Respecto al nivel de preocupación o nerviosismo, el 43,9% de los estudiantes seleccionó el nivel 3 de la escala, seguido del nivel 4 con el 32,6% y del nivel 5 con el 21,2%. En contraste, únicamente el 2,3% eligió el nivel 2 y ningún estudiante seleccionó el nivel 1. Estos resultados indican que la mayor parte de la población percibe un nivel moderado o alto de preocupación durante el semestre

académico. La ausencia de respuestas en el nivel más bajo refleja que la preocupación constituye una condición prácticamente generalizada entre los estudiantes, lo cual coincide con la elevada frecuencia de estrés reportada en la pregunta anterior y confirma la necesidad de evaluar sus diferentes dimensiones.

Tabla 5. *Dimensión estresores*

Estresor	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
Competencia entre compañeros	23%	33%	26%	9%	8%
Sobrecarga de tareas y trabajos escolares	0%	7%	28%	28%	37%
La personalidad y el carácter del profesor	5%	17%	33%	24%	20%
Evaluaciones de los profesores	2%	16%	22%	33%	27%
Tipo de trabajo solicitado	2%	16%	31%	29%	22%
No entender los temas en clase	1%	19%	34%	28%	18%
Participación en clase	5%	32%	30%	20%	13%
Tiempo limitado para hacer el trabajo	2%	15%	33%	26%	24%

Fuente: Elaboración propia.

La Tabla 5 muestra la frecuencia con la que diferentes situaciones académicas generan estrés en los estudiantes. Entre los principales estresores destacan la sobrecarga de tareas y trabajos escolares, donde el 37% respondió "siempre"; las evaluaciones realizadas por los docentes, con un 33% en la categoría "casi siempre"; y la dificultad para comprender algunos temas desarrollados en clase, donde el 34% indicó experimentarlas "algunas veces". Asimismo, el tiempo limitado para realizar las actividades académicas registró un 33% en la categoría "algunas veces", mientras que la

participación en clase presentó un 32% en "rara vez". En términos generales, predominan las respuestas correspondientes a las categorías "algunas veces" y "casi siempre", lo que evidencia que los estudiantes enfrentan con frecuencia múltiples demandas académicas que actúan como factores generadores de estrés. En relación con los síntomas físicos asociados al estrés académico, los trastornos del sueño constituyen una de las manifestaciones más frecuentes, ya que el 39% de los estudiantes indicó experimentarlos "algunas veces" y el 38% manifestó presentarlos entre "casi

siempre" y "siempre". De igual forma, la fatiga crónica alcanzó un 51% al sumar las categorías "casi siempre" y "siempre", mientras que los

dolores de cabeza o migrañas registraron un 40% en estas mismas categorías.

Tabla 6. Dimensión síntomas físicos.

Síntoma	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
Trastornos del sueño	6	15	39	28	10
Fatiga crónica	3	12	31	32	19
Dolores de cabeza o migrañas	4	17	37	24	16
Problemas de digestión	13	25	28	24	9
Rascarse/morderse las uñas	16	12	24	25	21
Somnolencia	3	9	26	30	30

Fuente: Elaboración propia.

Otro síntoma importante corresponde a la somnolencia o mayor necesidad de dormir, que alcanzó el 60% entre "casi siempre" y "siempre", siendo la manifestación física de

mayor frecuencia. En contraste, los problemas digestivos presentaron una distribución más equilibrada entre todas las categorías de respuesta.

Tabla 7. Dimensión síntomas psicológicos.

Síntoma	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
Inquietud	18	25	39	15	0
Depresión y tristeza	16	21	44	15	2
Ansiedad	19	28	32	18	1
Problemas de concentración	14	25	37	19	3
Agresividad/irritabilidad	10	24	27	21	16

Fuente: Elaboración propia.

Los síntomas psicológicos presentan una frecuencia considerable dentro de la población estudiada. La inquietud o incapacidad para relajarse fue reportada principalmente en la categoría "algunas veces" (39%), mientras que los sentimientos de depresión o tristeza alcanzaron el 44% en la misma categoría. De igual manera, la ansiedad, angustia o desesperación fue señalada por el 32% de los estudiantes como una manifestación ocasional, y los problemas de concentración obtuvieron un

37% en la categoría "algunas veces". Finalmente, el sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad mostró una distribución relativamente elevada en las categorías de mayor frecuencia, alcanzando un 37% entre "casi siempre" y "siempre". Estos resultados reflejan que el estrés académico afecta no solo el estado emocional de los estudiantes, sino también procesos cognitivos esenciales para el aprendizaje.

Tabla 8. Dimensión síntomas comportamentales

Síntoma	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
Conflictos o discusiones	18	36	28	11	5
Aislamiento	17	35	31	8	6
Desgano escolar	14	31	34	13	6
Cambio consumo alimentos	9	16	35	24	14

Fuente: Elaboración propia.

En cuanto a las respuestas comportamentales, los conflictos o tendencias a discutir fueron

poco frecuentes, ya que el 54% de los estudiantes indicó que ocurren "nunca" o "rara

vez". Un comportamiento similar se observó respecto al aislamiento de los demás, donde el 52% manifestó experimentarlo con baja frecuencia. Sin embargo, el desgano para realizar las actividades académicas fue reportado por el 34% en la categoría "algunas veces", mientras que el aumento o disminución

del consumo de alimentos alcanzó el 38% entre las categorías "casi siempre" y "siempre". Estos hallazgos indican que, aunque el estrés no suele manifestarse mediante conflictos interpersonales, sí produce cambios relevantes en la motivación académica y en ciertos hábitos cotidianos relacionados con la alimentación.

Tabla 9. Estrategias de afrontamiento.

Estrategia	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
Habilidad asertiva	3	27	37	18	13
Planificación de tareas	4	25	43	18	8
Elogios a sí mismo	10	25	34	18	11
Religiosidad	21	25	30	14	8
Búsqueda de información	7	28	37	15	11
Ventilación/confidencias	11	33	30	13	11

Fuente: Elaboración propia.

La Tabla 9 evidencia que las estrategias de afrontamiento son utilizadas con distinta frecuencia por los estudiantes. La habilidad para defender las propias ideas y preferencias fue empleada principalmente "algunas veces" (37%), mientras que la elaboración de un plan para ejecutar las tareas obtuvo el mayor porcentaje en esta misma categoría (43%). Del mismo modo, la búsqueda de información para afrontar la situación estresante alcanzó el 37% en "algunas veces". En contraste, la religiosidad y la verbalización de las preocupaciones fueron estrategias utilizadas con menor frecuencia, predominando las respuestas "nunca" o "rara vez".

En términos generales, los estudiantes recurren ocasionalmente a estrategias de afrontamiento orientadas a la planificación y resolución de problemas, aunque todavía existe un grupo importante que no las utiliza de forma sistemática para enfrentar el estrés académico. La presente investigación determinó que los estudiantes de la carrera de Enfermería de la Universidad Indoamérica presentan un nivel moderado de estrés (63%), de acuerdo con la

clasificación propuesta por Barraza (2018). Este comportamiento confirma que las exigencias propias de la formación profesional constituyen una fuente importante de presión, con repercusiones sobre el bienestar físico, emocional y académico de los futuros profesionales. La preocupación y el nerviosismo se ubicaron principalmente en un nivel intermedio (43,9%), siendo la sobrecarga de tareas y trabajos escolares el principal factor desencadenante. Entre las respuestas más frecuentes destacaron la somnolencia, la fatiga crónica, los dolores de cabeza y las alteraciones en los hábitos alimenticios, mientras que la defensa de las propias ideas y preferencias fue la estrategia de afrontamiento utilizada con mayor frecuencia. En conjunto, estos hallazgos reflejan que las demandas académicas no solo afectan el estado emocional de los estudiantes, sino que también generan manifestaciones físicas y conductuales que pueden repercutir en su desempeño universitario. Estos hallazgos coinciden con Asenjo et al. (2021), quienes identificaron la sobrecarga de tareas y el tiempo limitado para cumplir las actividades académicas como los principales

desencadenantes del estrés. De igual manera, ambas investigaciones evidencian la presencia de manifestaciones físicas como la fatiga y los dolores de cabeza. No obstante, existen diferencias en las estrategias de afrontamiento, ya que los estudiantes peruanos recurrieron principalmente a actividades recreativas, mientras que en la población analizada predominaron estrategias orientadas a afrontar directamente la situación generadora de estrés.

Resultados similares fueron reportados por Rueda et al. (2021) en estudiantes de Enfermería de Ecuador, quienes encontraron una elevada frecuencia de estrés asociada a la sobrecarga académica, acompañada de fatiga crónica y problemas de concentración. Esta coincidencia refuerza la idea de que las carreras del área de la salud representan contextos particularmente exigentes, donde las responsabilidades académicas y prácticas incrementan la vulnerabilidad frente al estrés.

De forma semejante, Llorente et al. (2020) identificaron niveles moderados de estrés y señalaron que las evaluaciones constituyen uno de los factores de mayor impacto sobre el bienestar estudiantil. Aunque en la presente investigación la sobrecarga de tareas fue el principal estresor, ambos estudios muestran que las exigencias académicas favorecen la aparición de ansiedad, preocupación y sentimientos de tristeza. Estas diferencias ponen de manifiesto que los factores desencadenantes pueden variar según las características de cada institución y las condiciones propias del proceso formativo. En el contexto español, Pérez (2024) también reportó elevados niveles de nerviosismo relacionados con los exámenes, la carga académica y el tiempo disponible para cumplir las actividades. Además, describió manifestaciones semejantes a las observadas en

este estudio, entre ellas problemas de concentración, ansiedad, fatiga y desmotivación. Sin embargo, la intensidad del estrés fue superior a la encontrada en la población analizada, situación que probablemente responde a diferencias en el contexto educativo, las características de los estudiantes y las dinámicas institucionales.

Lazo y Molina (2023) encontraron niveles moderados de ansiedad y estrés en estudiantes de Enfermería y recomendaron implementar talleres y programas dirigidos al fortalecimiento de habilidades para el manejo del estrés. Esta propuesta resulta coherente con la evidencia obtenida en la presente investigación, donde la elevada frecuencia de síntomas físicos, psicológicos y comportamentales pone de manifiesto la necesidad de fortalecer las acciones institucionales orientadas a la promoción de la salud mental y al desarrollo de estrategias efectivas de afrontamiento.

Conclusiones

El nivel global de estrés identificado en los estudiantes de la carrera de Enfermería de la Universidad Indoamérica alcanzó el 63%, valor que, de acuerdo con la clasificación del Inventario SISCO SV-31, corresponde a un nivel moderado de estrés. Este resultado confirma que las demandas académicas propias de la formación profesional constituyen un factor relevante que influye en el bienestar de la población estudiada. Las manifestaciones más frecuentes se observaron en el ámbito físico, destacando la somnolencia o mayor necesidad de dormir (60%) y la fatiga crónica (51%). En el plano psicológico predominó el sentimiento de agresividad o aumento de la irritabilidad (34%), mientras que, como estrategia de afrontamiento, la defensa de las propias ideas y preferencias fue la conducta más utilizada (31%). Estos hallazgos evidencian que el estrés

académico repercute tanto en la salud física como emocional de los estudiantes, con posibles consecuencias sobre su desempeño durante la formación universitaria. Entre los principales factores desencadenantes del estrés se identificaron la sobrecarga de tareas y trabajos escolares (65%), las evaluaciones docentes (60%) y el tipo de actividades académicas solicitadas (51%).

La frecuencia con la que estos factores fueron reportados pone de manifiesto la necesidad de fortalecer la planificación académica y promover espacios de comunicación entre docentes y estudiantes que favorezcan una adecuada organización de las actividades formativas sin comprometer la calidad del aprendizaje. La evidencia obtenida respalda la implementación de estrategias institucionales orientadas al manejo del estrés académico, mediante acciones dirigidas al fortalecimiento de habilidades de planificación, organización del tiempo, regulación emocional y afrontamiento. Este tipo de intervenciones puede contribuir no solo a disminuir los niveles de estrés, sino también a favorecer el bienestar integral y el desarrollo académico de los futuros profesionales de Enfermería.

Referencias Bibliográficas

Álvarez, R., Reinoso, S., & Ramírez, A. (2025). *Metodología de investigación en ciencias de la salud* (1.^a ed.). Puerto Madero Editorial. <https://doi.org/10.55204/pmea.102>

Arias, A., & Guadalupe, S. (2024). Estrés académico y su relación con la autoestima en estudiantes de enfermería. *Ibero-American Journal of Education & Society Research*, 4(1), 102–109. <https://doi.org/10.56183/iberoeds.v4i1.658>

Asamblea Nacional. (2018). *Ley Orgánica de Educación Superior (LOES)*. propiedades psicométricas en estudiantes universitarios. *Terapia Psicológica*, 40(2),

<https://www.gob.ec/regulaciones/ley-organica-educacion-superior-loes>

Asenjo, J., Linares, O., & Díaz, Y. (2021). Nivel de estrés académico en estudiantes de enfermería durante la pandemia de COVID-19. *Revista Peruana de Investigación en Salud*, 5(2), 59–66. <https://doi.org/10.35839/repis.5.2.867>

Barraza, A. (2018). *Inventario sistémico cognoscitivista para el estudio del estrés académico. Segunda versión de 21 ítems*. Ecorfan. <https://shorturl.at/gq047>

Bocanegra, M., Valencia, D., Zamora, V., & Velázquez, L. (2023). Level of academic stress in nursing students. *Transdigital*, 4(8), 1–19. <https://doi.org/10.56162/transdigital287>

Cando, R., Borja, E., & Ledesma, W. (2022). *Estrés académico e ideación suicida en estudiantes universitarios*. Riobamba, 2022. Universidad Nacional de Chimborazo. <http://dspace.unach.edu.ec/handle/51000/10067>

Castillo, J., Guzmán, A., Bustos N., Zavala S., W., & Vicente P. (2020). Propiedades psicométricas del Inventario SISCO-II de estrés académico. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación – e Avaliação Psicológica*, 56(3), 101–116. <https://doi.org/10.21865/RIDEP56.3.08>

Cruz, D., Ortigoza, A., & Canova, C. (2024). Estrés académico en los estudiantes de enfermería. *Revista Española de Educación Médica*, 5(2). <https://doi.org/10.6018/edumed.598841>

Gambini, I., Osorio, V., & Palomino, J. (2024). El estrés académico en el aprendizaje de los estudiantes universitarios. *Horizontes. Revista de Investigación en Ciencias de la Educación*, 8(32). <https://doi.org/10.33996/revistahorizontes.v8i32.742>

Guzmán, A., Bustos N., C., Zavala S., W., & Castillo, J. (2022). Inventario SISCO del estrés académico: Revisión de sus 197–211. <https://doi.org/10.4067/S0718-48082022000200197>

- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación* (6.^a ed.). McGraw-Hill Education. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/libro?codigo=775008>
- Lazo, E., & Molina, J. (2023). Estrés académico y ansiedad en estudiantes del V ciclo de Enfermería de la Universidad Privada Norbert Wiener de Lima, 2023. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 7(5), 2035–2051. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i5.7858
- Llorente, Y., Herrera, J., Hernández, D., Padilla Gómez, M., & Padilla, C. (2020). Estrés académico en estudiantes de un programa de Enfermería - Montería 2019. *Revista Cuidarte*, 11(3). <https://doi.org/10.15649/cuidarte.1108>
- Moscoso, C., & Barzallo, J. (2018). Estudio transversal: Prevalencia del estrés académico en estudiantes de medicina, asociado al rendimiento académico, Universidad de Cuenca, Cuenca–Ecuador, 2015. *Revista Médica del Hospital José Carrasco Arteaga*, 10(2), 88–92. <https://doi.org/10.14410/2018.10.2.ao.13>
- Orrego, S., Morales, H., & Medina, C. (2023). Impacto del estrés en el rendimiento académico de los estudiantes universitarios. *Hacedor - AIAPÆC*, 7(2), 120–132. <https://doi.org/10.26495/rch.v7i2.2525>
- Pérez, A. (2024). *Perfil del estrés académico en el estudiante de Grado en Enfermería*. Repositorio Institucional de la Universidad de La Laguna. <https://riull.ull.es/xmlui/handle/915/36540>
- Rueda, D., Borja, L., Flores, M., & Carvajal, L. (2021). Relación entre estrés y rendimiento académico de estudiantes de enfermería de una universidad ecuatoriana. *INSPILIP*. <https://doi.org/10.31790/inspilip.v5i1.4>
- Silva, M., López, J., & Meza, M. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Investigación y Ciencia de la Universidad Autónoma de Aguascalientes*, (79), 75–83. <https://doi.org/10.33064/icycuaa2020792960>



Esta obra está bajo una licencia de Creative Commons Reconocimiento-No Comercial 4.0 Internacional. Copyright © Melanie Lisbeth Vásquez Vélez y Cristhian Vicente Chimbolema Saltos.

Declaraciones éticas y editoriales del artículo
Contribución de los autores (Taxonomía CRediT) Melanie Lisbeth Vásquez Vélez: conceptualización de la investigación, diseño metodológico, desarrollo del proceso investigativo, análisis formal de los datos, redacción del borrador original del manuscrito, revisión crítica del contenido científico y supervisión general del estudio. Cristhian Vicente Chimbolema Saltos: curación y organización de los datos, participación en la recolección de información, validación de los resultados obtenidos y elaboración de representaciones gráficas y visualización de los datos.
Declaración de conflicto de intereses Los autores declaran que no existe conflicto de intereses en relación con la investigación presentada, la autoría del manuscrito ni la publicación del presente artículo.
Declaración de financiamiento La presente investigación no recibió financiamiento específico de agencias públicas, comerciales o de organizaciones sin fines de lucro. En caso de existir financiamiento institucional o externo, este deberá ser declarado explícitamente por los autores en esta sección.
Declaración del editor El editor responsable certifica que el proceso editorial del presente artículo se desarrolló conforme a los principios de integridad científica, transparencia y buenas prácticas editoriales. El manuscrito fue sometido a un proceso de evaluación mediante revisión por pares doble ciego, garantizando la confidencialidad de la identidad de los autores y revisores durante todo el proceso de dictamen académico. Asimismo, el editor declara que el artículo cumple con los criterios científicos, metodológicos y éticos establecidos por la revista.
Declaración de los revisores Los revisores externos que participaron en la evaluación del presente manuscrito declaran haber realizado el proceso de revisión de manera objetiva, independiente y confidencial. Asimismo, manifiestan que no mantienen conflictos de interés con los autores ni con la investigación evaluada, y que sus observaciones y recomendaciones se fundamentan exclusivamente en criterios científicos, metodológicos y académicos.
Declaración ética de la investigación Los autores declaran que la investigación se desarrolló respetando los principios éticos de la investigación científica, garantizando la confidencialidad de los datos y el respeto a los participantes del estudio. En los casos en que la investigación involucre seres humanos, los procedimientos deben ajustarse a los principios éticos establecidos en la Declaración de Helsinki y a las normativas institucionales correspondientes.
Declaración sobre el uso de inteligencia artificial Los autores declaran que el uso de herramientas de inteligencia artificial, en caso de haberse utilizado durante el proceso de investigación o redacción del manuscrito, se realizó únicamente como apoyo técnico para mejorar la claridad del lenguaje o el análisis de información, manteniendo siempre la responsabilidad intelectual sobre el contenido del artículo. Las herramientas de inteligencia artificial no fueron utilizadas como autoras del manuscrito ni sustituyen la responsabilidad académica de los investigadores.
Disponibilidad de datos Los datos que respaldan los resultados de esta investigación estarán disponibles previa solicitud razonable al autor de correspondencia, respetando las normas éticas y de confidencialidad establecidas por la investigación.

