

**LA ENSEÑANZA TRADICIONAL EN EL ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE
10MO. AÑO DE BÁSICA DE UNA UNIDAD EDUCATIVA DE ECUADOR, 2024**
**TRADITIONAL TEACHING IN ACADEMIC STRESS IN 10TH GRADE STUDENTS OF AN
EDUCATIONAL UNIT IN ECUADOR, 2024**

Autor: ¹Mayra Leonela Calle Lliguicota.

¹ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0006-6033-1452>

¹E-mail de contacto: mcallel2@unemi.edu.ec

Afiliación: ¹* Universidad Estatal de Milagro, (Ecuador).

Artículo recibido: 28 de Septiembre del 2024

Artículo revisado: 2 de Octubre del 2024

Artículo aprobado: 29 de Noviembre del 2024

¹Licenciada en Ciencias de la Educación, mención Psicología Educativa y Orientación Vocacional, graduada de la Universidad Católica de Cuenca (Ecuador). Master en Psicopedagogía con mención en Intervención Infantil y Primaria, graduada de la Universidad de Barcelona (España). Magíster en Educación Básica graduada de la Universidad Estatal de Milagro (Ecuador).

Resumen

La presente investigación se centra en determinar la incidencia del Estrés académico en el proceso de enseñanza aprendizaje de los estudiantes de 10mo año de Básica de la Unidad Educativa Santa Rosa, Santa Elena 2023. Para abordar esta indagación, se ha adoptado por una metodología de tipo básica, sustentada en un enfoque cuantitativo que posibilita la medición y análisis numérico de variables, brindando datos estadísticos que permiten identificar patrones, relaciones y tendencias en fenómenos, facilitando así una comprensión cuantificable de los resultados de la investigación, con un diseño de investigación no experimental. La población objeto de estudio fue compuesta por un total de 88 estudiantes, cuyas experiencias académicas y niveles de estrés serán meticulosamente examinadas. La muestra fue seleccionada mediante un muestreo no probabilístico, abarcó a 30 estudiantes, elegidos estratégicamente para representar de manera significativa la diversidad presente en la población. Para la recolección de datos, se aplicaron dos técnicas, entre las que se destacan la observación y la encuesta, ambos con su respectivo instrumento, la ficha de observación y el cuestionario, como pilares fundamentales para la recopilación de datos durante la investigación. Los resultados, determinaron que las metodologías de enseñanza que no constan de motivación generan en el estudiantado un acrecentamiento en los síntomas de estrés, así como

modificaciones en su estado de ánimo y en su concentración, concluyendo que la enseñanza tradicional ocasiona significativamente un estrés académico en los estudiantes.

Palabras clave: Enseñanza, Tradicional, Estrés, Académico.

Abstract

This research is focused on determining the incidence of academic stress in the teaching-learning process of 10th grade students of the Santa Rosa Educational Unit, Santa Elena 2023. To address this inquiry, a basic methodology has been adopted, based on a quantitative approach that enables the measurement and numerical analysis of variables, providing statistical data to identify patterns, relationships and trends in phenomena, thus facilitating a quantifiable understanding of the results of the research, with a non-experimental research design. The study population consisted of a total of 88 students, whose academic experiences and stress levels will be meticulously examined. The sample was selected through non-probabilistic sampling, comprising 30 students, strategically chosen to significantly represent the diversity present in the population. For data collection, two techniques were applied, among which the observation and the survey stand out, both with their respective instruments, the observation form and the questionnaire, as fundamental pillars for data collection during the research. The results determined that teaching methodologies that do

not include motivation generate in students an increase in stress symptoms, as well as changes in their mood and concentration, concluding that traditional teaching significantly causes academic stress in students.

Keywords: Teaching, Traditional, Stress, Academic.

Sumário

determinar a incidência do stress académico no processo de ensino e aprendizagem dos alunos do 10º ano do ensino básico da Unidade Educativa de Santa Rosa, Santa Elena 2023. Para responder a esta questão, foi adoptada uma metodologia básica, baseada numa abordagem quantitativa que permite a medição e análise numérica de variáveis, fornecendo dados estatísticos para identificar padrões, relações e tendências nos fenómenos, facilitando assim uma compreensão quantificável dos resultados da investigação, com um desenho de investigação não experimental. A população do estudo foi constituída por um total de 88 estudantes, cujas experiências académicas e níveis de stress serão meticulosamente examinados. A amostra foi selecionada através de amostragem não probabilística, sendo constituída por 30 alunos, estrategicamente escolhidos para representar significativamente a diversidade presente na população. Para a recolha de dados, foram aplicadas duas técnicas, entre as quais se destacam a observação e o inquérito, ambos com os respectivos instrumentos, a ficha de observação e o questionário, como pilares fundamentais para a recolha de dados durante a investigação. Os resultados determinaram que as metodologias de ensino que não incluem a motivação geram um aumento dos sintomas de stress nos alunos, bem como alterações no seu humor e concentração, concluindo que o ensino tradicional provoca significativamente o stress académico nos alunos.

Palavras-chave: Ensino, Tradicional, Stress, Académico, Stress, Académico.

Introducción

A nivel mundial, los estudios sobre la prevalencia del estrés académico son escasos,

no obstante, reportan el impacto del estrés en el aumento de los problemas y trastornos mentales en el desarrollo temprano y vulnerable.

En el caso de España, el efecto del estrés se ha vuelto más fuerte en varios países, y tanto para niños como para niñas. En un reciente estudio realizado entre el alumnado, se reveló que un 26.6% de los estudiantes consideran que la situación que más estrés les genera se relaciona con la carga excesiva de prácticas en las diferentes asignaturas. Según los participantes, estas tareas son simultáneas en su ejecución y fecha de entrega. Se ha determinado que un 56.5% de los participantes considera que la situación que más estrés les genera se relaciona con la carga, ritmo y organización del trabajo (Valdivieso, et al., 2020).

La prevalencia del estrés en niños de los Estados Unidos, según una investigación, de la Universidad de Ghent, en Bélgica, y de la Organización Mundial de la Salud, es del 27,5% y del 24,5% al 20% en México. Si se analiza específicamente el estrés académico, las estadísticas actuales muestran aproximadamente el 25% de los infantes de habla inglesa son acosados regularmente en la escuela y el 78% de los niños en China experimentan estrés relacionado con su desempeño académico (Rima, 2020).

En Colombia la prevalencia de ansiedad en estudiantes osciló entre 34.0-76.2% y depresión 9.6-74.4%, 38.0% para diagnóstico confirmatorio especializados (Garcia et al., 2020). El estrés académico suele intensificarse en las instituciones educativas durante la semana de exámenes, lo que conlleva un impacto significativo y genera dificultades en relación con la fatiga y las variaciones notables que se observan desde el comienzo del período hasta su conclusión.

Tras los grandes fenómenos causados por el estrés académico a nivel nacional, en el ámbito escolar, Ecuador ha llevado a cabo una investigación, la cual indica que el 91.58% de los estudiantes refirieron cierto grado de estrés académico; 46.7 % moderada intensidad y un 36.48 % percibieron un nivel de alta intensidad, la frecuencia de estrés académico en mujeres alcanzo el (95.45 %), fue mayor al sexo masculino que alcanzo un porcentaje de (85 %) (Moscoso Súniga & Barzallo Sánchez, 2018).

El estrés académico se ha convertido en un desafío significativo en la vida de los estudiantes del décimo año de básica de la Unidad Educativa Santa Rosa. Este problema afecta de manera palpable en el proceso de enseñanza-aprendizaje en esta comunidad estudiantil. Los exámenes, tareas, proyectos y las expectativas de rendimiento se han convertido en unas fuentes constantes de estrés para los jóvenes. El estrés académico no solo se manifiesta en la presión por obtener buenas calificaciones, sino también en la falta de tiempo para actividades extracurriculares, como deportes y la interacción social saludable. Los estudiantes se sienten atrapados en un ciclo constante, lo que a menudo resulta en agotamiento y desmotivación, estos se enfrentan a dificultades para concentrarse, absorber información y retenerla a largo plazo.

Para preservar la calidad de la educación y el bienestar de los estudiantes, es importante abordar este problema de manera integral. Medidas como la implementación de técnicas de manejo del estrés, la promoción de un equilibrio entre la vida académica y personal, y el apoyo tanto de docentes como de padres de familia son esenciales para mitigar los efectos perjudiciales del estrés académico y asegurar un futuro saludable y exitoso para los jóvenes de esta Unidad Educativa.

Bajo dichas premisas se establece la pregunta investigativa: ¿Cuál es la incidencia del Estrés académico en el Proceso de enseñanza aprendizaje de los estudiantes de 10mo año de Básica de la Unidad Educativa Santa Rosa del cantón Salinas, Santa Elena 2023?

Del mismo modo, es fundamental entender los procesos de enseñanza tradicional y cómo conllevan a que se genere el estrés académico, para lo cual acudimos a varios fundamentos: De acuerdo a Huamán (2021), el estrés académico se entiende como los mecanismos generales que el cuerpo utiliza para adaptarse a diversas influencias, cambios, responsabilidades y tensiones a las que un individuo puede estar expuesto. Estos mecanismos son una parte común en el proceso de adaptación del cuerpo a las diferentes situaciones.

Según Chacha (2020), el estrés académico está asociado a diversas demandas, identificadas como factores estresores, que se experimentan a lo largo de la vida estudiantil. Entre estos factores, aquellos que los estudiantes perciben con mayor frecuencia, según las investigaciones realizadas, incluyen la sobrecarga de tareas, presentaciones orales, el enfoque pedagógico del profesor, entre otras. Estos factores mencionados anteriormente ejercen una influencia en el desempeño académico del estudiante debido a la abrumadora cantidad de tareas que el entorno académico le impone.

Según Ortega et al. (2020), el estrés académico se origina en el entorno educativo debido a las exigencias y presiones inherentes a él. Por otro lado, las dimensiones del estrés académico son: Agentes estresores, en donde según Berru et al. (2021), los agentes estresores son componentes que constituyen una estructura de interacción en una organización, en la que se sintetiza el conocimiento y se integran múltiples disciplinas

a través de sus creencias filosóficas y la experiencia en el ámbito mental.

Síntomas de estrés; que según Silva et al. (2020), expresa que, los síntomas de estrés son aquellos problemas que afectan e impiden crear un aprendizaje de calidad en el entorno educativo. Estos pueden ser tales como: la migraña, afecta el estado físico de la persona; depresión, genera desconcentración en nuestra salud mental y por último la falta de motivación; el cual se ve afectado en nuestro comportamiento.

Para Mestre et al. (2012), citado por Jurado et al. (2021), las estrategias de afrontamiento desempeñan un papel esencial en la relación entre las experiencias estresantes que enfrentan las personas, los recursos personales y sociales disponibles para abordar estas situaciones, y las consecuencias resultantes. Desde una mirada epistémica, se puede también acudir a planteamientos teóricos para entender el estrés académico en donde, según Guerrero Barona (1999) citado por Huaman (2022), se plantea una explicación del estrés que se diferencia de las teorías enfocadas en las respuestas. En este enfoque, el estrés se entiende como una consecuencia de estímulos externos del entorno del individuo, conocidos como estresores, que perturban o afectan el funcionamiento del organismo. Dentro de esta perspectiva, se identifican dos categorías principales de estresores: Psicosociales y Biológicos.

La teoría del estrés basada en el estímulo en el contexto de la enseñanza y el aprendizaje se centra en cómo los factores estresantes específicos del entorno educativo, como las altas demandas académicas, la presión del tiempo, los exámenes o evaluación constante, pueden desencadenar respuestas de estrés en los estudiantes. Esta teoría postula que las

características estresantes del ambiente del aprendizaje actúan como estímulos que pueden generar ansiedad, preocupación y tensiones en los alumnos, afectando su rendimiento académico y su bienestar psicológico.

Según Meed (1902), citado por Del Álvarez et al. (2022), en su teoría de la interacción establece una conexión entre las acciones de las personas y los roles sociales que han internalizado de otros miembros de la sociedad. Esta teoría se enfoca en cómo las dinámicas sociales y las relaciones en el entorno educativo pueden mitigar el estrés académico, considera que las interacciones con profesores, compañeros y el entorno de aprendizaje desempeñan un papel crucial en la percepción de estrés por parte de los estudiantes. La calidad de las relaciones, el apoyo social, la comunicación efectiva y la retroalimentación constructiva pueden influir en la adaptación de los estudiantes al estrés académico, ayudándoles a enfrentar las demandas educativas de manera más efectiva y reduciendo el estrés asociado al proceso de enseñanza aprendizaje.

Selye (1935), citado por Pinchao et al. (2021), indica que el estrés es un conjunto de reacciones fisiológicas, no específicas del organismo, a distintos agentes nocivos de naturaleza física o química presentes en el medio ambiente. La teoría del estrés de Hans Selye tiene implicaciones en la enseñanza y aprendizaje al considerar que el estrés es una respuesta biológica universal a las demandas y presiones, y que puede manifestarse en tres etapas: la alarma, la resistencia y el agotamiento. Con este modelo se puede ayudar a los educadores a reconocer la importancia de mantener un equilibrio entre desafío y apoyo en el aprendizaje, evitando la sobrecarga que puede

llevar a un agotamiento y una disminución en el rendimiento académico.

Bajo los fundamentos expresados es predominante expresar que el estudio se justifica a nivel social, por la importancia de comprender que el estrés académico es un problema que impacta a la sociedad en muchas áreas, desde la salud mental y el desempeño de los estudiantes hasta la equidad. Por lo tanto, para garantizar un sistema educativo saludable y justo, esta cuestión debe abordarse eficazmente a nivel social.

Para Silva et al. (2020), el estrés ocurre en todas las áreas del funcionamiento personal, incluida la educación, por lo que los miembros del equipo de atención médica se preocupan por comprender las particularidades del estrés y la forma de enseñanza que los estudiantes reciben; es decir, el estrés que experimentan los estudiantes durante su recorrido académico.

El enfoque pedagógico tradicional del estudiante solo es la transmisión de información en el ámbito educativo, pero debe ir más allá de ello, sino que; debe involucrar procesos críticos. Esta filosofía educativa reconoce que los estudiantes son agentes activos en su propio proceso de aprendizaje, y su participación activa y reflexiva es esencial para construir un conocimiento significativo.

Según el criterio de Salazar y Gutiérrez (2021), nos dice que uno de los modelos a seguir para mejorar la calidad educativa es el enfoque constructivista que se basa en que el estudiante adquiera conocimiento de manera autónoma a tal punto que pueda ser creador de su propio conocimiento mediante un aprendizaje activo y eficaz.

Con ello, los objetivos que guiaron el estudio se establecieron en: Evaluar el impacto de la

dimensión contexto político social en los agentes estresores en la unidad de análisis; medir la influencia de la dimensión humana en los síntomas de estrés del objeto de estudio; y, analizar el influjo de la dimensión técnicas de estudio en el afrontamiento de los sujetos estudiados.

Materiales y Métodos

El tipo de investigación básica, por pretender determinar y producir un conocimiento científico con respecto a la enseñanza tradicional y su influjo en el estrés académico en los sujetos investigados. El enfoque fue cuantitativo por la necesidad de medir el influjo de las variables, del mismo modo, el diseño fue no experimental de alcance descriptivo; por el requerimiento productor de un conocimiento substancial de las causas y consecuencias que interfieren entre la educación tradicional y el estrés académico.

Las técnicas empleadas fueron la observación y la encuesta. Los instrumentos fueron la ficha de observación y un cuestionario con 24 interrogantes aplicadas a una muestra de 30 estudiantes tomados de una población de 88 bajo un muestreo no estadístico por juicio. El procesamiento de datos se lo efectuó a través de la estadística descriptiva, en el programa Excel, para generar las medias de valor, con una escala ordinal establecida en siempre con conversión de nivel alto especificado de 70-100; a veces, establecido en nivel medio en escala de 50-59; y nivel bajo situado en una escala de 0-49.

Resultados y Discusión

De acuerdo a la tabla 1, existe un 57,91 % de estudiantes que consideran que las metodologías sin motivación afectan su capacidad para resolver problemas, cuestiona la información antes de aceptarla como cierta, creen que el exceso de tareas hace que tengan

bajas calificaciones, piensan que realizar demasiadas tareas hace que se sientan sofocados, no comprenden completamente los temas que enseñan en su clase, afectando su participación en actividades sociales fuera de la escuela. En esa misma línea a veces, para los indicadores expresados se sitúa un 32, 82%, y nunca un 11,25%, lo que determina que indudablemente existe un impacto de la dimensión del contexto político social en los agentes estresores de los estudiantes.

Tabla 1. Impacto de la dimensión contexto político social en los agentes estresores en la unidad de análisis.

Indicador	Siempre	N.	A veces	N.	Nunca	N.
Ítem 1	60	18	30	9	10	3
Ítem 2	43,3	13	43,3	13	13,3	4
Ítem 3	46,7	14	40	12	13,3	4
Ítem 4	60	18	33,3	10	6,7	2
Ítem 21	70	21	20	6	10	3
Ítem 22	66,7	20	23,3	7	10	3
Ítem 23	63,3	19	26,7	8	10	3
Ítem 24	53,3	16	30	9	16,7	5
Total	57,91	17,37	30,82	9,25	11,25	3,375

Nota: nivel alto 70-100; medio 50-69 y bajo 0-49

Fuente: Elaboración propia.

Según Berru et al. (2021), los agentes estresores son componentes que constituyen una estructura de interacción en una organización, en la que se sintetiza el conocimiento y se integran múltiples disciplinas a través de sus creencias filosóficas y la experiencia en el ámbito mental. Salvatierra (2019), define el contexto político-social como la transformación colectiva del conocimiento, el cual ayuda al cambio de los sistemas educativos y a la formación de personas educadoras influyentes de forma directa al aprendizaje social con calidad humana, mientras que Pinchao et al. (2021), encontró que de 83,3% mujeres, el 38,5% indicaron sentir un nivel de estrés superior a 3 de 5 por la enseñanza tradicional.

Según la tabla 2, se evidencia que el 47,48% del estudiantado, expresa que cada vez que el profesor emplea métodos poco dinámicos, sin

juegos ni conversaciones u opiniones acerca de su forma de enseñar; siempre experimentan cambios en su estado de ánimo, creen que el estrés académico ha afectado sus hábitos alimenticios, consideran que el estrés influye en la forma en que se relacionan con sus amigos y compañeros de clase, creen que la revisión de tareas escolares por parte del docente no es justa y no hablan con sus maestros de lo que le gusta aprender.

Por otra parte, el a veces, para los indicadores expresados se sitúa un 30,82% y nunca un 11,25%, por lo que se infiere que; existe influencia de los aspectos humanos sobre los síntomas del estrés en los estudiantes analizados.

Tabla 2. Influencia de la dimensión humana sobre los síntomas de estrés.

Indicador	Siempre	N.	A veces	N.	Nunca	N.
Ítem 5	70	21	16,7	5	13,3	4
Ítem 6	50	15	26,7	8	23,3	7
Ítem 7	53,3	16	26,7	8	20	6
Ítem 8	50	15	40	12	10	3
Ítem 13	43,3	13	46,7	14	10	3
Ítem 14	56,7	17	33,3	10	10	3
Ítem 15	33,3	10	40	12	26,7	8
Ítem 16	23,3	7	46,7	14	30	9
Total	47,48	14,25	34,6	10,37	17,91	5,37

Nota: nivel alto 70-100; medio 50-69 y bajo 0-49

Fuente: Elaboración propia.

Bajo esta premisa, según Silva et al. (2020), los síntomas de estrés son aquellos problemas que afectan e impiden crear un aprendizaje de calidad en el entorno educativo. Estos pueden ser tales como: la migraña, afecta el estado físico de la persona; depresión, genera desconcentración en nuestra salud mental y por último la falta de motivación; el cual se ve afectado en nuestro comportamiento. Según Moscoso y Barzallo (2018), mencionan que, el humanismo se basa desde una perspectiva del desarrollo integral, lo que nos permite evolucionar como personas llenas de valor e igualdad, potenciar nuestras capacidades y habilidades de acuerdo con nuestras

necesidades. Cassaretto et al. (2021), sostiene que los estudiantes de 18 a 54 años han experimentado estrés académico de nivel medio a alto durante el ciclo académico, por causas de poco diálogo entre el docente y estudiante.

Tabla 3. *Influjo de la dimensión técnicas de estudio en el afrontamiento.*

Indicador	Siempre	N.	A veces	N.	Nunca	N.
ítem 9	56,7	17	30	9	13,3	4
ítem 10	60	18	26,7	8	13,3	4
ítem 11	26,7	8	46,7	14	26,7	8
ítem 12	30	9	46,7	14	23,3	7
Ítem 17	56,7	17	33,3	10	10	3
Ítem 18	46,7	14	43,3	13	10	3
Ítem 19	26,7	8	63,3	19	10	3
Ítem 20	36,7	11	53,3	16	10	3
Total	42,52	12,75	42,91	12,87	14,57	4,37

Nota: nivel alto 70-100; medio 50-69 y bajo 0-49

Fuente: *Elaboración propia.*

En referencia a la tabla 3, se ha encontrado que un 42,92% del estudiantado opina que las técnicas de estudio propuestas por el docente, hace que siempre experimenten momentos en los que el estrés influye en su capacidad para concentrarse en las lecciones, notan cambios en sus hábitos de sueño, no realizan actividades didácticas para relajarse cuando se siente estresados, habla poco con sus amigos de sus preocupaciones relacionadas con la escuela, no se establece metas claras antes de empezar las clases, no utilizan técnicas visuales para organizar la información y reducir la carga de trabajo y no cambian de perspectiva sobre un tema después de discutirlo en clase.

Por otra parte, el a veces para los indicadores expresados se sitúa un 34,6 % y nunca un 17,91% lo que determina que las técnicas de estudio influyen en el afrontamiento de la realidad del estudiantado.

Según Muna y Kalam (2021), las estrategias de afrontamiento desempeñan un papel esencial en la relación entre las experiencias estresantes que enfrentan las personas, los recursos personales y sociales disponibles para abordar estas

situaciones, y las consecuencias resultantes. Según Rodríguez y Sánchez. (2022), destaca que las técnicas en el proceso de enseñanza-aprendizaje son las estrategias utilizadas para el dominio de este y motivar así su rápido entendimiento, transformando la visualización de negativa o compleja a positiva en el proceso de aprendizaje

Selye (1935), citado por Pinchao et al. (2021), indica que el estrés es un conjunto de reacciones fisiológicas, no específicas del organismo, a distintos agentes nocivos de naturaleza física o química presentes en el medio ambiente. La teoría del estrés de Hans Selye tiene implicaciones en la enseñanza y aprendizaje al considerar que el estrés es una respuesta biológica universal a las demandas y presiones, y que puede manifestarse en tres etapas: la alarma, la resistencia y el agotamiento.

Conclusiones

De acuerdo a los hallazgos se establece que; las metodologías carentes de motivación afectan potencialmente al ámbito crítico del estudiantado, produciendo cansancio por el agotamiento que genera el exceso de actividades y produciendo un quebrantamiento en sus relaciones sociales, así como un acrecentamiento en los agentes de estrés.

Del mismo modo, se establece que el no permitir brindar opiniones a los estudiantes, no emplear juegos o dinámicas en clase, ocasiona que el estudiantado experimente modificaciones en su estado de ánimo, evitando acercamientos de cómo se sienten respecto a la forma de impartir la enseñanza del docente.

Finalmente, se establece que las técnicas de enseñanza tradicional, carentes de técnicas visuales para transmitir el conocimiento y exceso de carga de actividades escolares; fomentan un deterioro en el ámbito capacitivo de

concentración del estudiantado, es decir, la forma de enseñanza tradicional ocasiona que se presencie un estrés académico en el estudiantado.

Referencias Bibliográficas

- Álvarez Silva, A., Gallegos Luna, R., & Herrera López, P. (2018). Estrés académico en estudiantes de Tecnología Superior. *Universitas, Revista de Ciencias Sociales y Humanas de la Universidad Politécnica Salesiana del Ecuador*, 1-17.
- Berru Córdova, C., & Milla Vega, S. (2021). Agentes estresores laborales en las enfermeras del servicio de emergencia COVID de un hospital nacional de Lima, 2021. *Universidad Cesar Vallejo*. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/70537>
- Cassaretto, M, Vilela, P, & Gamarra, L. (2021). Estrés académico en universitarios peruanos: importancia de las conductas de salud, características sociodemográficas y académicas. *Liberabit*, 27(2), e482. *Epub 06 de septiembre de 2021*. <https://doi.org/10.24265/liberabit.2021.v27n2.07>.
- Chacha, B. (2020). El estrés académico y su relación con el rendimiento, Universidad Católica del Perú. <https://repositorio.pucesa.edu.ec/handle/123456789/3076>
- García, E., Castillo Jiménez, A., Cepeda, I., Lopez Pacheco, J., & Pacheco, R. (2020). Ansiedad y depresión en estudiantes universitarios: relación con rendimiento académico. *Interdisciplinary Journal of Epidemiology and Public Health*, 2(1): e-022. Doi: <https://doi.org/10.18041/2665-427X/ijeph.2.5342>
- Huamán León, F. (2021). Estrés académico y agresividad en estudiantes de secundaria de una institución educativa particular de la provincia de Tarma. Universidad de Sipan. <https://hdl.handle.net/20.500.12802/8705>
- Jurado Botina, L., Montero Bolaños, C., Carlozama Rodríguez, D., & Taberes Diaz, Y. (2021). Estrés académico en estudiantes universitarios de Iberoamérica: una revisión sistemática. *Cuadernos Hispanoamericanos de Psicología*, 1-19.
- Moscoso Súniga, I., & Barzallo Sánchez, L. (2018). Prevalencia del Estrés Académico en Estudiantes de Medicina, Asociado al Rendimiento Académico, Universidad de Cuenca, Cuenca Ecuador 2015. *Biblioteca Virtual en Salud*, 1-5.
- Munna, A., & Kalam, M. (2021). Teaching and learning process to enhance teaching effectiveness: a literature review. *International Journal of Humanities and Innovation (IJHI)*, Vol. 4(No. 1), 1-4.
- Ortega Zamora, B., & Parraguez Orellano, H. (2020). Propiedades psicométricas del test de estrés académico virtual en estudiantes universitarios de la región Lambayeque. Universidad Cesar Vallejo. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/62293>
- Pinchao Chamorro, A., Revelo Velasco, J., Rodríguez, M., Toro Cortes, M., & Ortiz Castillo, K. (2021). Estrés por covid-19. Vol. 8 (Núm. 2). <https://revistas.umariana.edu.co/index.php/BoletinInformativoCEI/article/view/2694>
- Rodríguez Flores, E., & Sánchez Trujillo, M. d. (Abril de 2022). Estrés académico en estudiantes de Ciencias de la Salud en la modalidad de educación a distancia en tiempos de Covid-19. *Ciencia Digital*, 21(45), 2-3.
- Salvatierra, M. (2019). Educación universitaria y la ética profesional en el trabajo. Percepción de estudiantes y profesores. *Revista Científica Teorías, Enfoques y Aplicaciones en las Ciencias Sociales*, 25, pp. 37-47. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7641530>
- Silva Ramos, M., López Cocotle, J., & Meza Zamora, E. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios. *INVESTIGACIÓN Y CIENCIA*, 75-83. <https://www.redalyc.org/journal/674/67462875008/html/>
- Valdivieso León, L., Lucas Mangas, S., Tous Pallarès, J., & Espinoza Díaz, I. M. (2020). Estrategias de afrontamiento del estrés académico universitario: educación infantil-

primaria. *Educación XXI: Revista de la Facultad de Educación*, 23(2), pp. 165-186.
<https://www.redalyc.org/journal/706/70664431007/html/>



Esta obra está bajo una licencia de Creative Commons Reconocimiento-No Comercial 4.0 Internacional. Copyright © Mayra Leonela Calle Lliguicota.

