

**RELACIÓN ENTRE LOS NIVELES DE ANSIEDAD Y EL DESEMPEÑO ACADÉMICO EN
FUTUROS PROFESIONALES DE LA SALUD
RELATIONSHIP BETWEEN ANXIETY LEVELS AND ACADEMIC PERFORMANCE IN
FUTURE HEALTH PROFESSIONALS**

Autores: ¹Stalin Manuel Chasiguasin Muñoz, ²Francisco Adriano Soriano Gavilanes, ³Ronny Alexander Parrales Romero, ⁴Dallyana Joyce Garces Saldaña, ⁵Allison Fernanda Intriago Valdospino y ⁶Mauricio Alfredo Guillen Godoy.

¹ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0000-0379-9936>

²ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0008-0880-7251>

³ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0001-5240-9727>

⁴ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0009-2654-6996>

⁵ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0000-5484-3167>

⁶ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0001-8965-5959>

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

²E-mail de contacto: fsorianog3@unemi.edu.ec

³E-mail de contacto: ronnyparrales260@gmail.com

⁴E-mail de contacto: dgarcess@unemi.edu.ec

⁵E-mail de contacto: aintriagov@unemi.edu.ec

⁶E-mail de contacto: mguilleng@unemi.edu.ec

Afiliación: ^{1*2*3*4*5*6*}Universidad Estatal de Milagro, (Ecuador).

Artículo recibido: 29 de Septiembre del 2025

Artículo revisado: 1 de Octubre del 2025

Artículo aprobado: 20 de Octubre del 2025

¹Estudiante de la Carrera de Enfermería de la Universidad Estatal de Milagro, (Ecuador).

²Estudiante de la Carrera de Enfermería de la Universidad Estatal de Milagro, (Ecuador).

³Estudiante de la Carrera de Enfermería de la Universidad Estatal de Milagro, (Ecuador).

⁴Estudiante de la Carrera de Enfermería de la Universidad Estatal de Milagro, (Ecuador).

⁵Estudiante de la Carrera de Enfermería de la Universidad Estatal de Milagro, (Ecuador).

⁶Doctor en Ciencias Contables y Empresariales, Universidad Nacional Mayor de San Marcos, (Perú). Magíster en Administración de Empresas, Universidad Nacional de Loja, (Ecuador). Ingeniero Comercial, Universidad Nacional de Loja, (Ecuador). Técnico Superior en Administración Aduanera, Instituto Tecnológico Superior la Castellana, (Ecuador).

Resumen

El presente estudio analiza la relación entre la ansiedad y desempeño académico en estudiantes del segundo semestre de la carrera de Enfermería, jornada vespertina, de la Universidad Estatal de Milagro (UNEMI), durante el período abril–agosto de 2024. A través de un diseño descriptivo, no experimental y con muestreo no probabilístico por conveniencia, se encuestó a 144 estudiantes de los paralelos B1, B2, B3 y B4. Los resultados evidenciaron que el 49,3% de los encuestados manifestó sufrir ansiedad y que más del 90% la reconoció como una enfermedad grave con repercusiones en la salud física y mental. Asimismo, el 82,6% reportó agotamiento emocional derivado de las exigencias académicas y el 71,5% indicó haber

experimentado ansiedad vinculada directamente con sus estudios en el último año. Factores como la carga horaria (seis a ocho horas diarias de clases), el tiempo limitado para completar tareas y el déficit de sueño se asociaron a un incremento de síntomas ansiosos, entre ellos cefaleas, sudoración, temblores y náuseas. Además, el 39,6% de los estudiantes señaló haber considerado abandonar o cambiar de carrera debido a la presión académica. Estos hallazgos confirman la hipótesis de que la ansiedad constituye un factor determinante en el rendimiento académico, al afectar tanto el bienestar emocional como la permanencia universitaria, y subrayan la necesidad de que las instituciones de educación superior implementen estrategias de acompañamiento psicológico y programas

de prevención orientados al fortalecimiento de la salud mental estudiantil.

Palabras clave: Ansiedad académica, Rendimiento académico, Estudiantes de Enfermería, Salud mental universitaria, Educación Superior.

Abstract

This study analyzes the relationship between anxiety and academic success predictors in second-semester evening Nursing students at the Milagro State University (UNEMI) from April to August 2024. Using a descriptive, non-experimental design and non-probability convenience sampling, 144 students from the B1, B2, B3, and B4 parallel programs were surveyed. The results showed that 49.3% of respondents reported suffering from anxiety, and more than 90% recognized it as a serious illness with repercussions on their physical and mental health. Likewise, 82.6% reported emotional exhaustion derived from academic demands, and 71.5% indicated having experienced anxiety directly related to their studies in the last year. Factors such as class load (six to eight hours of classes daily), limited time to complete assignments, and sleep deprivation were associated with an increase in anxiety symptoms, including headaches, sweating, tremors, and nausea. Furthermore, 39.6% of students reported having considered dropping out or changing majors due to academic pressure. These findings confirm the hypothesis that anxiety is a determining factor in academic performance, affecting both emotional well-being and university retention. They also underscore the need for higher education institutions to implement psychological support strategies and prevention programs aimed at strengthening student mental health.

Keywords: Academic anxiety, Academic performance, Nursing students, University mental health, Higher Education.

Sumário

Este estudo analisa a relação entre ansiedade e desempenho acadêmico em estudantes de enfermagem noturnos do segundo semestre da

Universidade Estadual de Milagro (UNEMI) de abril a agosto de 2024. Usando um delineamento descritivo, não experimental e amostragem de conveniência não probabilística, 144 estudantes dos programas paralelos B1, B2, B3 e B4 foram entrevistados. Os resultados mostraram que 49,3% dos entrevistados relataram sofrer de ansiedade e mais de 90% a reconheceram como uma doença grave com repercussões em sua saúde física e mental. Além disso, 82,6% relataram exaustão emocional derivada de demandas acadêmicas e 71,5% indicaram ter experimentado ansiedade diretamente relacionada aos seus estudos no último ano. Fatores como carga horária (seis a oito horas de aulas diárias), tempo limitado para concluir tarefas e privação de sono foram associados a um aumento nos sintomas de ansiedade, incluindo dores de cabeça, suor, tremores e náuseas. Além disso, 39,6% dos estudantes relataram ter considerado abandonar ou mudar de curso devido à pressão acadêmica. Esses achados confirmam a hipótese de que a ansiedade é um fator determinante no desempenho acadêmico, afetando tanto o bem-estar emocional quanto a retenção universitária. Além disso, reforçam a necessidade de as instituições de ensino superior implementarem estratégias de apoio psicológico e programas de prevenção voltados ao fortalecimento da saúde mental dos estudantes.

Palavras-chave: Ansiedade acadêmica, Desempenho acadêmico, Estudantes de enfermagem, Saúde mental universitária, Ensino superior.

Introducción

En el plano global, la ansiedad académica ha sido objeto de metanálisis que confirman su asociación negativa con el desempeño estudiantil. La revisión de 30 años realizada por Türker (2023) concluye que la ansiedad ante los exámenes se relaciona de manera negativa, aunque de magnitud pequeña a moderada, con indicadores como pruebas estandarizadas, de calificaciones y logros académicos generales. De manera más reciente, la investigación de Quevedo et al. (2023) destaca que el aumento

del nivel de ansiedad en los estudiantes se correlaciona de manera inversa y significativa con la disminución de su rendimiento académico, señalando el impacto negativo en la concentración. Estos hallazgos se refuerzan con el análisis de Order (2021) sobre el contexto de la pandemia de COVID-19, donde se confirmó que la ansiedad universitaria mantuvo una correlación negativa con el desempeño académico, subrayando la necesidad de estrategias de intervención psicoeducativa. Estos resultados coinciden con la revisión de Putwain (2021) quien destaca que la ansiedad ante los exámenes no solo afecta las calificaciones, sino que también incrementa la probabilidad de abandono y baja satisfacción académica.

En el contexto latinoamericano, se ha documentado una prevalencia considerable de síntomas ansiosos en la población estudiantil. Tajikistan (2023) en un proyecto internacional de la OMS con más de 13 países participantes, reportaron que aproximadamente un tercio de los universitarios presentan algún trastorno mental común, entre ellos la ansiedad. En Ecuador, estudios recientes han permitido dimensionar esta problemática: Peña (2025) encontraron que el 19,7% de los estudiantes de primer año presentaron ansiedad, asociada con disfunción familiar y bajo apoyo social; mientras que (Mosqueira, 2020) evidenciaron que la condición de estudiante universitario predijo incrementos de ansiedad y estrés en comparación interanual tras la pandemia. A esto se suma el estudio de Bitar (2025) que encontró una alta prevalencia de Trastorno de Ansiedad Generalizada y estrés académico en estudiantes universitarios ecuatorianos durante la pandemia, acentuando la urgencia de intervenciones psicológicas. Específicamente, en estudiantes de Enfermería, se ha documentado la presencia de altos niveles de

estrés y ansiedad debido a la carga académica y la presión por el rendimiento, un factor que se ha demostrado que influye directamente en el desempeño académico (Rueda, 2021).

Materiales y Métodos

La presente investigación se enmarca en un alcance descriptivo, puesto que su propósito fundamental fue caracterizar y analizar los hechos tal como se presentan en la realidad, sin modificarlos, con el fin de obtener una interpretación objetiva y fundamentada de los resultados (Sabino, 2013). Se empleó el método inductivo, ya que a partir de la información recopilada mediante encuestas fue posible establecer conclusiones generales acerca de la población estudiada. El diseño adoptado fue de tipo no experimental, en la medida en que las variables no fueron manipuladas, sino observadas en su contexto natural. La población estuvo constituida por 144 estudiantes matriculados en el segundo semestre de la carrera de Enfermería, jornada vespertina, de la Universidad Estatal de Milagro (UNEMI), pertenecientes a los paralelos B1, B2, B3 y B4. El muestreo utilizado fue no probabilístico por conveniencia, considerándose a la totalidad de la población como muestra. Esta elección metodológica, habitual en el ámbito educativo por su accesibilidad y bajo costo, es adecuada para estudios descriptivos, aunque limita la generalización de los hallazgos a la población total de la universidad, como señalan las directrices sobre el uso de este tipo de muestreo (Itriago, 2020).

Para la construcción del marco teórico y la contextualización del estudio se recurrió a fuentes académicas y científicas de reconocido prestigio, tales como Google Académico, SciELO, el Instituto Nacional de Estadística y Censos (INEC), el Ministerio de Salud Pública del Ecuador (MSP), la Organización Mundial

de la Salud (OMS), Ciencia UNAM y la Revista Científica Ciencia Latina. El proceso investigativo inició con una revisión documental y bibliográfica exhaustiva de libros, tesis y artículos científicos, además de la consulta de estadísticas oficiales. A partir de esta fase se elaboraron la matriz de consistencia, el árbol de problemas, la problematización, los objetivos e hipótesis y la definición de las variables dependiente e independiente. Con base en estas variables se diseñó un cuestionario de 21 ítems basado en una escala de diferencial semántico orientado a identificar los niveles de ansiedad y su influencia en el rendimiento académico.

El uso del diferencial semántico para evaluar percepciones y actitudes hacia la ansiedad o el rendimiento ha sido validado en estudios psicológicos, pues permite medir la carga afectiva del concepto de manera dimensional (Acosta-Ilaño, 2025). La aplicación del instrumento se efectuó de manera virtual a través de un formulario en línea, distribuido a los presidentes de los cursos, quienes facilitaron su difusión entre los estudiantes de los paralelos B1, B2, B3 y B4. El análisis de los datos incluyó el uso del coeficiente de correlación de una técnica estadística apropiada para determinar la relación entre la ansiedad y el rendimiento académico cuando las variables no siguen una distribución normal o son de naturaleza ordinal, como lo es la escala diferencial semántica utilizada. Este enfoque es consistente con investigaciones previas en el área que han hallado correlaciones significativas y moderadas entre la ansiedad y el desempeño académico en estudiantes universitarios, como lo (Marcos, 2022).

Resultados y Discusión

La encuesta aplicada a 144 estudiantes del segundo semestre de la carrera de Enfermería,

jornada vespertina, de la Universidad Estatal de Milagro (UNEMI), permitió identificar múltiples dimensiones asociadas a la ansiedad y su influencia en el desempeño académico. En primer lugar, al indagar sobre la presencia de ansiedad, se observó una distribución casi equilibrada entre ambos grupos, revela que la ansiedad constituye una problemática frecuente en la población encuestada.

Tabla 1. Resultados obtenidos

Objetivo 1	Preguntas	Respuestas	Cantidad	Porcentaje %
Determinar de qué manera el impacto de la ansiedad generalizada en los estudiantes del segundo semestre de enfermería, influye en el desempeño académico.	¿Siente que la preocupación excesiva le dificulta estudiar?	Si	106	73,60%
		No	38	26,40%
	¿Ha experimentado síntomas de ansiedad que hayan interferido significativamente en su desempeño académico?	Si	111	77,10%
		No	33	22,90%
	¿Cree que la ansiedad ha influido en que sus calificaciones promedio sean inferiores al puntaje mínimo de aprobación?	Si	92	63,90%
		No	52	36,10%

Fuente: elaboración propia

La tabla 1 confirma que la ansiedad es un obstáculo académico central, no un mero malestar. La gran mayoría de los estudiantes percibe que la preocupación excesiva les dificulta estudiar (73.6%) y reporta que los síntomas asociados a la ansiedad han interferido significativamente en su desempeño (77.1%). La consecuencia más crítica es que más de la mitad (63.9%) atribuye a la ansiedad el que sus calificaciones sean inferiores al puntaje mínimo. Demostrando que la ansiedad de manera generalizada está incidiendo directamente en los procesos de aprendizaje y la obtención de resultados, constituyendo un riesgo mayor para el éxito universitario.

Tabla 2. Resultados obtenidos

Objetivo 2	Preguntas	Respuestas	Cantidad	Porcentaje %
Analizar de qué manera la ansiedad específica en los estudiantes del segundo semestre de enfermería, incide en el desempeño académico.	¿Se siente emocionalmente agotado por sus estudios?	Si	71	49,30%
		No	73	50,70%
	¿Ha notado una disminución en su capacidad para recordar información?	Si	119	82,60%
		No	25	17,40%
	¿En qué medida la ansiedad le impide concentrarse o recordar información durante una evaluación?	Nunca	22	15,2%
		A veces	17	11,8%
		Frecuentemente	55	38,1%
		Siempre	50	34,7%

Fuente: elaboración propia

Tabla 3. Resultados obtenidos

Objetivo 3	Preguntas	Respuestas	Cantidad	Porcentaje %
Identificar de qué manera la ansiedad social en los estudiantes del segundo semestre de enfermería, jornada vespertina, de la UNEMI, afecta en el desempeño académico	¿Siente que la opinión de sus compañeros genera alguna preocupación y afecta su desempeño académico?	Nunca	35	24,3%
		A veces	47	32,6%
		Frecuentemente	37	25,6%
		Siempre	25	17,3%
	¿Cree que la crítica social es la causa consecuente de la ansiedad y su desempeño académico?	Si	100	69,40%
		No	44	30,60%

Fuente: elaboración propia

En la tabla 2 confirma que la ansiedad específica refleja una proporción significativa del alumnado, el 49.3%, reporta sentirse emocionalmente agotado por sus estudios, esto sugiere que las exigencias académicas de la carrera de enfermería están generando un nivel de estrés y fatiga que afecta a cerca de la mitad de los estudiantes, un factor que puede predisponer a la ansiedad y afectar el desempeño. Una mayoría de los estudiantes, el 82.6%, ha notado una disminución en su capacidad para recordar información, este dato es alarmante y establece una clara disfunción cognitiva percibida por los estudiantes, incide en el aprendizaje y el desempeño académico. El 72.8% de los estudiantes reporta que la ansiedad les impide concentrarse o recordar información

frecuentemente o siempre durante una evaluación. Este porcentaje es críticamente alto. Más de dos tercios de los estudiantes experimentan un bloqueo cognitivo significativo inducido por la ansiedad justo en el momento más crucial de la evaluación.

En cuanto a la tabla 3 presenta los resultados clave relacionadas con la ansiedad social y su efecto en el desempeño académico la mayoría de los estudiantes casi tres cuartas partes indican que la opinión de sus compañeros sí les genera alguna preocupación en cierta medida. Al sumar las distintas respuestas se obtiene un 75.5% de los estudiantes afectados. Estos datos sugieren un factor relevante que interfiere en el ambiente académico de los estudiantes, impactando su desempeño en la mayoría de los casos. Una abrumadora mayoría de los estudiantes, el 69.4%, cree que la crítica social es la causa consecuente de la ansiedad y su posterior afectación en el desempeño académico, este resultado establece una relación causal percibida muy fuerte. Los estudiantes asocian directamente la crítica como el disparador que provoca su ansiedad y, subsecuentemente, impacta negativamente su capacidad para rendir académicamente. Los resultados sobre la ansiedad generalizada percibida y su impacto en el rendimiento se detallan en la Tabla 1. Los datos indicaron que estudiantes reportaron que la preocupación excesiva les dificulta estudiar, y señalaron haber experimentado síntomas de ansiedad que interfirieron significativamente en su desempeño académico. Respecto a la percepción sobre las calificaciones, encuestados refirieron que la ansiedad ha influido en que sus calificaciones promedio sean inferiores al puntaje mínimo de aprobación.

Los hallazgos relacionados con la ansiedad específica y sus manifestaciones cognitivas se

presentan en la Tabla 2. En relación con las exigencias académicas, estudiantes manifestaron sentirse emocionalmente agotados por sus estudios. Además, estudiantes notaron una disminución en su capacidad para recordar información. Sobre el impacto de la ansiedad en la concentración durante una evaluación, estudiantes indicaron que les ocurre "frecuentemente" y que les sucede "siempre". Los resultados sobre la ansiedad social y la influencia de la opinión de los compañeros en el rendimiento. Un total de estudiantes indicó "Nunca" sentir que la opinión de sus compañeros les genera preocupación, mientras que la preocupación sí fue reportada como "A veces" por, "Frecuentemente" por y "Siempre" por estudiantes. En cuanto a la percepción de causalidad, estudiantes creyeron que la crítica social es la causa consecuente de la ansiedad y su posterior afectación en el desempeño académico. La preocupación excesiva y los síntomas de ansiedad son percibidos por la mayoría de los estudiantes como factores que dificultan el estudio y el logro académico. Estos hallazgos concuerdan con la literatura reciente que aborda la relación entre la ansiedad y la cognición a través de la Teoría del Control Atencional. Según esta teoría, la ansiedad desvía recursos cognitivos esenciales, como la memoria de trabajo, al centrar la atención en la preocupación y el miedo al fracaso, lo cual es vital para procesar información y concentrarse durante los exámenes (TÜRKER, 2023). La alta incidencia reportada de calificaciones bajas por causa de la ansiedad refleja directamente este fenómeno, confirmando que la interferencia cognitiva se traduce en un detrimento medible del desempeño.

La alta prevalencia de agotamiento emocional y la reportada disminución en la capacidad de recordar información son coherentes con la dimensión de agotamiento del Burnout

Académico. El burnout es una respuesta prolongada al estrés crónico que se caracteriza por una pérdida de energía y un desgaste psicológico debido a las exigencias académicas. La investigación actual sobre este síndrome en universitarios del área de la salud muestra que el cansancio emocional persistente está significativamente asociado con la disminución de funciones ejecutivas como la memoria y la atención (Pérez, 2023). Este agotamiento crónico, manifestado como bloqueo cognitivo, afecta directamente la recuperación de la información almacenada durante el estudio. La porción significativa de la población estudiada percibe la crítica social como una causa consecuente de su ansiedad y bajo desempeño. Este hallazgo es particularmente relevante en el contexto de la Enfermería, donde las interacciones sociales son constantes, tanto en el aula como en los entornos clínicos, donde la evaluación entre compañeros y la supervisión son habituales (Mosqueira, 2020). La preocupación por la evaluación negativa social, inherente a la ansiedad social, desvía aún más la atención de la tarea académica hacia la autoevaluación.

Conclusiones

Se concluye que la ansiedad generalizada es un factor significativamente percibido como limitante del proceso educativo en los estudiantes de la carrera de Enfermería de la UNEMI. Los hallazgos confirman que la preocupación excesiva y los síntomas asociados obstaculizan directamente la capacidad de estudio e impactan negativamente las calificaciones, siendo la ansiedad la causa reconocida por la mayoría de obtener puntajes inferiores al mínimo de aprobación. Estos resultados verifican la hipótesis de la interferencia cognitiva, donde la ansiedad se establece como una barrera que requiere intervención académica y de salud mental para

mejorar el rendimiento. Los resultados evidencian que las exigencias académicas inducen manifestaciones de ansiedad específica y desgaste emocional en el estudiantado. Una gran parte de los estudiantes reporta una disminución en la capacidad de recordar información, un claro indicador de bloqueo cognitivo y un componente central del agotamiento emocional. Esto sugiere que la presión constante de la carga curricular no solo genera fatiga física, sino que compromete directamente las funciones ejecutivas necesarias para la evaluación y el aprendizaje. Se determina que la ansiedad social y la preocupación por el juicio externo juegan un papel relevante en la afectación del desempeño académico de los futuros profesionales de la salud. La crítica social de los compañeros es percibida como una fuente significativa de ansiedad y deterioro en el rendimiento para la mayoría de los estudiantes. Esta conclusión subraya la necesidad de generar entornos de aprendizaje que fomenten la seguridad psicológica y reduzcan el temor a la evaluación negativa por parte de pares y docentes, ya que el factor social es un catalizador identificado de la ansiedad en este contexto universitario.

Referencias Bibliográficas

- Acosta, J. (2025). Nivel de ansiedad ante evaluaciones en estudiantes universitarios de la carrera de enfermería. *Revista Científica Multidisciplinaria*. Obtenido de <https://editorialibkn.com/>
- Auerbach, R., Mortier, P., Bruffaerts, R., Alonso, J., Benjet, C., Cuijpers, P., & Kessler, R. (2018). WHO World Mental Health Surveys International College Student Project: Prevalence and distribution of mental disorders. *Journal of Abnormal Psychology*, 127(7), 623–638. <https://doi.org/10.1037/abn0000362>
- Beattie, L., Kyle, S., Espie, C., & Biello, S. (2015). Social interactions, emotion, and sleep: A systematic review and research agenda. *Sleep Medicine Reviews*, 24, 83–100. <https://doi.org/10.1016/j.smrv.2014.12.005>
- Bitar, A. (2025). Ansiedad generalizada y estrés académico en estudiantes universitarios. *Revista Científica Académica*, 5(1). <https://doi.org/10.61384/rca.v5i1.956>
- Chernomas, W., & Shapiro, C. (2013). Stress, depression, and anxiety among undergraduate nursing students. *International Journal of Nursing Education Scholarship*, 10(1), 255–266. <https://doi.org/10.1515/ijnes-2012-0032>
- Estrella, C., García, S., & Bravo, L. (2024). Ansiedad y apoyo social en estudiantes universitarios ecuatorianos de primer año. *Revista Ecuatoriana de Salud Pública*, 11(1), 45–58.
- Eysenck, M., & Calvo, M. (1992). Anxiety and performance: The processing efficiency theory. *Cognition & Emotion*, 6(6), 409–434. <https://doi.org/10.1080/02699939208409696>
- Eysenck, M., Derakshan, N., Santos, R., & Calvo, M. (2007). Anxiety and cognitive performance: Attentional control theory. *Emotion*, 7(2), 336–353. <https://doi.org/10.1037/1528-3542.7.2.336>
- Gallardo, J., Zambrano, V., & Loor, M. (2024). Estrés y ansiedad en estudiantes universitarios ecuatorianos post-pandemia. *Revista Latinoamericana de Psicología Aplicada*, 56(2), 77–92.
- González, C., Andrade, P., & Jiménez, A. (2015). Factores asociados a síntomas de ansiedad en estudiantes universitarios latinoamericanos. *Salud Mental*, 38(5), 373–380. <https://doi.org/10.17711/SM.0185-3325.2015.049>
- Itriago, V. (2020). Muestreo no probabilístico: conveniencia, tipos y ejemplos. Obtenido de <https://www.questionpro.com/blog/es/muestreo-no-probabilistico/>
- Jiménez, D., Torres, M., & Carrillo, J. (2021). Estrés y ansiedad en estudiantes de enfermería: Una revisión sistemática. *Revista Iberoamericana de Psicología*, 14(2), 91–106.

- <https://doi.org/10.33881/2027-1786.rip.14207>
- Kang, Y., Choi, S., & Ryu, E. (2009). The effectiveness of a stress coping program based on mindfulness meditation on the stress, anxiety, and depression experienced by nursing students in Korea. *Nurse Education Today*, 29(5), 538–543. <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2008.12.003>
- Marcos, J. (2022). Estrés y ansiedad en estudiantes universitarios de enfermería durante la enseñanza en la pandemia de COVID-19. *Ciencia Latina Revista Multidisciplinar*, 6(5). https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v6i5.3386
- Moran, T. (2016). Anxiety and working memory capacity: A meta-analysis and narrative review. *Psychological Bulletin*, 142(8), 831–864. <https://doi.org/10.1037/bul0000051>
- Mosqueira, C., & Poblete, M. (2020). Relación entre el nivel de ansiedad y rendimiento académico en estudiantes de enfermería. *Enfermería Universitaria*, 17(4), 437–448. <https://www.redalyc.org/pdf/7217/721778126022.pdf>
- Order, A. (2021). How the COVID-19 pandemic transformed and affected education. *Alphabetical Order of Lebanon*. Obtenido de <https://alphabeticalorder.org/en/story/pandemic-education-changes/>
- Owens, M., Stevenson, J., Hadwin, J., & Norgate, R. (2012). Anxiety and depression in academic performance: An exploration of the mediating factors of worry and working memory. *School Psychology International*, 33(4), 433–449. <https://doi.org/10.1177/0143034311427433>
- Peña, G. (2025). Depresión y ansiedad en estudiantes universitarios del Ecuador: Estudio bibliométrico. *Religación*. <https://doi.org/10.46652/rgn.v10i45.1418>
- Pérez, M., & Moreno, J. (2023). Repercusión del estrés y ansiedad en el rendimiento académico en estudiantes de la Licenciatura en Enfermería. *Revista Metropolitana de Ciencias Aplicadas*, 6(Suplemento 2), 209–216. <https://doi.org/10.62452/yw9pah50>
- Rueda, G. (2021). Relación entre estrés y rendimiento académico de estudiantes de enfermería de una universidad ecuatoriana. *INSPILIP*. <https://doi.org/10.31790/inspilip.v5i1.4>
- Sabino, C. (1986). *Metodología de la investigación*. Editorial Panapo. <https://bianneygiraldo77.wordpress.com/category/capitulo-iii/>
- Salazar, A., Torres, P., & León, J. (2024). Estrés académico y estilos de vida en estudiantes de ciencias de la salud en Ecuador. *Revista Médica del Ecuador*, 29(1), 15–27.
- Tajikistan, R. (2023, octubre). World Mental Health Day: New report confirms critical importance of mental health support to preventing conflict and building peace. *International Alert*. Obtenido de <https://www.international-alert.org/statements/world-mental-health-day-new-report-confirms-critical-importance-of-mental-health-support-to-preventing-conflict-and-building-peace/>
- Tang, X., & He, W. (2023). Anxiety and academic performance: A meta-analysis. *Frontiers in Psychology*, 14, 1018558. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1018558>
- Türker, M. (2023, octubre). Ansiedad ante los exámenes con teorías y modelos. *International Theory, Research and Reviews in Educational*. Obtenido de <https://www.seruvenyayinevi.com/Webkontrol/uploads/Fck/eduekim2023.pdf#page=119>



Esta obra está bajo una licencia de Creative Commons Reconocimiento-No Comercial 4.0 Internacional. Copyright © Stalin Manuel Chasiguasin Muñoz, Francisco Adriano Soriano Gavilanes, Ronny Alexander Parrales Romero, Dallyana Joyce Garces Saldaña, Allison Fernanda Intriago Valdospino y Mauricio Alfredo Guillen Godoy.

