

FACTORES ASOCIADOS AL MALESTAR PSICOLÓGICO EN ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA: UNA REVISIÓN NARRATIVA.

Integrantes:

Javiera Mansilla Soto

Valentina Muñoz Toledo

Tamara Pérez Linsam Barth

Constanza Quelopana Ramírez

María Victoria Ramírez Vera

Asignatura: Proyecto de Investigación
en Enfermería - ENF 423

Profesora guía: Beatriz Peña Silva

Fecha de entrega: 14 diciembre 2021

Resumen.

Título: Factores asociados al malestar psicológico en estudiantes de enfermería: una revisión narrativa.

Introducción: Los estudiantes de enfermería durante su formación profesional, enfrentan diversas situaciones que pueden desencadenar malestar psicológico, presentando sintomatología de ansiedad, estrés y depresión. **Objetivo:** Describir los factores asociados con el malestar psicológico en estudiantes de enfermería, los cuales han sido clasificados, según la evidencia, en sociodemográficos, académicos y estilos de vida. **Desarrollo:** Revisión narrativa, donde se utilizaron 6 bases de datos, CUIDEN, SciELO, EBSCO, WOS, LILACS, REDIB y BVS, obteniendo 276 artículos, a los cuales se aplicaron filtros y criterios de selección, quedando finalmente 18 artículos cuantitativos para la revisión. Los hallazgos señalan en los factores sociodemográficos que las mujeres son más propensas a presentar estrés y ansiedad, y que las dificultades financieras se relacionan con la presencia de malestar psicológico. En los factores académicos las prácticas clínicas y las evaluaciones por docentes influyen en tener mayores niveles de estrés y en relación a los estilos de vida se evidencia que mantener hábitos de vida no saludables propician malestar psicológico. **Conclusiones:** Los factores académicos poseen mayor relación con el malestar psicológico en los estudiantes de enfermería. Es trascendental que las instituciones que imparten la carrera apunten a una prevención en la aparición de su sintomatología, donde se promuevan factores protectores e implementen estrategias que permitan disminuir los actuales índices y promover una buena salud mental en el alumnado

Palabras clave: estudiantes de enfermería, ansiedad, depresión, estrés psicológico, factores de riesgo.

Abstract:

Title: Associated factors to the psychological distress in nursing students: a narrative review.

Introduction: nursing students during their professional training face various situations that can trigger psychological distress, presenting symptoms of anxiety, stress and depression. **Objective:** describe the associated factors with the psychological distress in nursing students, which have been classified, according to the evidence, in sociodemographic, academic and lifestyle. **Development:** narrative review, where six databases were used, CUIDEN, SciELO, EBSCO, WOS, LILACS, REDIB and BVS, obtaining 276 articles, to which filters and selection criteria were applied, finally remaining 18 quantitative articles for the review. The findings indicate in sociodemographic factors that women are more prone to stress and anxiety, and that financial difficulties are related to the presence of psychological distress. In academic factors, practical practice and evaluation by teachers influence by having higher levels of stress and in relation to lifestyles it is evidenced that maintaining unhealthy habits lead to psychological distress. **Conclusions:** academic factors have a greater relationship with psychological distress in nursing students. It is essential that the institutions that teach the degree point to a prevention in the appearance of their symptoms, where protective factors are promoted and strategies are implemented to reduce the current rates and promote good mental health in students. **Descriptors:** nursing students, anxiety, depression, psychological distress, risk factors.

Resumo:

Título: Fatores associados ao desconforto psicológico em estudantes de enfermagem: uma revisão narrativa.

Introdução: os estudantes de enfermagem durante sua formação profissional enfrentam diversas situações que podem desencadear desconforto psicológico, apresentando sintomas de ansiedade, estresse e depressão. **Objetivo:** Descrever os fatores associados ao desconforto psíquico em estudantes de enfermagem, os quais foram classificados, de acordo com as evidências, em sociodemográficos, acadêmicos e estilo de vida. **Desenvolvimento:** Revisão narrativa, onde foram utilizadas 6 bases de dados, CUIDEN, SciELO, EBSCO, WOS, LILACS, REDIB e BVS, obtendo-se 276 artigos, aos quais foram aplicados filtros e critérios de seleção, restando finalmente 18 artigos quantitativos para a revisão. Os achados indicam em fatores sociodemográficos que as mulheres são mais propensas ao estresse e à ansiedade, e que as dificuldades financeiras estão relacionadas à presença de desconforto psíquico. Nos fatores acadêmicos, as práticas clínicas e as avaliações dos professores influenciam os níveis mais elevados de estresse e em relação aos estilos de vida, evidencia-se que a manutenção de hábitos de vida pouco saudáveis leva ao desconforto psicológico. **Conclusões:** Fatores acadêmicos têm maior relação com desconforto psicológico em estudantes de enfermagem. É imprescindível que as instituições que ministram a licenciatura apontem para uma prevenção no aparecimento dos seus sintomas, onde são promovidos fatores de proteção e implementadas estratégias para reduzir os índices atuais e promover uma boa saúde mental nos alunos.

Descritores: estudantes de enfermagem, ansiedade, depressão, estresse psicológico, fatores de risco.

I. Introducción

Los estudiantes de enfermería durante su proceso de formación profesional, enfrentan distintas situaciones que pueden desencadenar situaciones de estrés, ansiedad y depresión. La alta carga académica se presenta durante la vida universitaria con la entrega de trabajos, preparación para pruebas, evaluaciones, trabajos de investigación y tiempo limitado para realizar los trabajos, entre otros. A lo anterior se suman las prácticas clínicas, donde deben aplicar todos los conocimientos teóricos adquiridos, además de obtener nuevas competencias para poder ejercer de la mejor forma la profesión, las cuales aumentan la carga académica propia de la carrera y a su vez favorecen la aparición del malestar psicológico en los estudiantes, debido al contacto cercano con el sufrimiento, dolor y enfermedades, sumado al trato humano que deviene del propio acto asistencial del rol de enfermería¹.

El malestar psicológico puede ser definido “como el nivel de estrés, desmoralización, discomfort y desasosiego auto percibido, el cual es producto de la exposición a factores estresantes durante un tiempo variable, lo que puede generar alteración del funcionamiento normal del organismo”², y este se puede manifestar con sintomatología de ansiedad, estrés y depresión.

La ansiedad es una reacción emocional que puede surgir ante la percepción del individuo de sentirse amenazado. Al ser un estado emocional, se puede entender como una mezcla de sentimientos, acciones y sensaciones fisiológicas y conductas que efectúa un individuo, y su forma de presentación surgirá de la percepción y evaluación que realiza la personas respecto al entorno donde se encuentre inserto, pudiendo provocar serios sentimientos y reacciones que pueden ser poco habituales para la persona³.

El estrés es definido como “un sentimiento de tensión física o emocional”⁴, que puede surgir de los pensamientos y/o situaciones en los que se encuentre inserta la persona, que provocan sentimientos de frustración, nerviosismo y furia, entre otros, dependiendo de cada individuo y su forma de comprender el medio^{4,5}. En el ámbito académico se puede considerar que el proceso adaptativo frente a nuevas situaciones y condiciones que genera la vida universitaria, pueden producir alteraciones o desequilibrios emocionales y tensionales en los estudiantes⁵.

Por otro lado, la depresión es un trastorno común, caracterizado por un sentimiento de tristeza⁶, lo que genera una falta de capacidad para realizar actividades de la vida cotidiana, e incluso se puede producir un deterioro en las relaciones familiares o interrupción de los estudios. Los síntomas más importantes son: dormir mal, sentimiento de tristeza, llorar con frecuencia, no disfrutar actividades que antes se realizaban con normalidad en la vida diaria, dificultad para tomar decisiones, sentirse inútil en la vida y cansancio constante, entre otros⁷.

Es posible evidenciar la magnitud del malestar psicológico en estudiantes de enfermería al revisar los antecedentes epidemiológicos de los últimos cinco años, los cuales se resumen en la siguiente tabla.

Tabla N°1: Prevalencia de la sintomatología de malestar psicológico en estudiantes de enfermería.

Nivel	País	Año	Prevalencia		
			Ansiedad	Depresión	Estrés psicológico
Internacional	Irán ⁸ .	2019	13,8%	6,2%	-
	Nepal ⁹ .	2019	72,9%	51,7%	47%
	China ¹⁰ .	2016	39,9%	24,3%	20,0%
	España ¹¹ .	2018	36% - 62%	60%	-
Latinoamericano	Brasil ¹²⁻¹⁵ .	2016-2020	52,9%	47,7%	46,3%- 75%
	Perú ¹⁶ .	2019	77,7%	38,8%	40,1%
	México ^{17, 18} .	2016, 2019	-	48,4%	87,8%
	Colombia ^{1, 31} .	2019, 2020	-	-	51% - 96,32%

A partir de la tabla N°1 se desprende que, a nivel internacional, Nepal destaca como el país que presenta mayor prevalencia de ansiedad y estrés psicológico en un 72,9% y 47% respectivamente⁹, mientras España alcanza la mayor prevalencia de depresión con un 60%¹¹. A nivel latinoamericano se evidencia una mayor prevalencia en sintomatología de malestar psicológico en ansiedad y estrés en estudiantes de la carrera de enfermería. En Colombia, se identifica una prevalencia del 96,32%¹ de estrés psicológico, mientras que en Perú se reporta una mayor prevalencia de ansiedad en un 77,7%¹⁶, mientras en México se manifiesta mayor prevalencia de depresión con un 48,4%¹⁷. Se debe considerar que, en los últimos años, la mayor cantidad de evidencia se centra en Brasil, donde el 47,7% de los estudiantes presenta depresión¹³, un 52,9% ansiedad¹² y niveles de estrés psicológico entre moderado a alto, con porcentajes que varían entre un 46,3%¹⁴ y un 75%¹⁵.

Si bien se cuenta con datos actualizados, existen países como Chile, dónde no se cuenta con esta información a nivel nacional o local, pese a los altos índices de deterioro en la salud mental de la población².

Como el malestar psicológico se puede presentar en cualquier etapa de la vida y en cualquier carrera universitaria, a partir de esto, se agrupan los factores desencadenantes de situaciones estresantes, que afectan el desempeño universitario de los jóvenes¹⁹ en:

- Factores Sociodemográficos: relacionado con sexo, edad, estado civil y situación económica.
- Factores Académicos: asociados a semestre o año cursado, actividades prácticas, evaluaciones, gestión del tiempo y especialidad.
- Factores de Estilo de vida: que considera pasatiempos, ejercicio, alimentación, consumo de alcohol y drogas y calidad del sueño.

La alta prevalencia de malestar psicológico en los estudiantes de enfermería, demostrada en distintos estudios, presenta diversas circunstancias de la vida universitaria. Es por esto que indagar sobre los factores asociados al malestar psicológico es relevante para lograr identificar las fuentes e incorporar medidas que ayuden a enfrentarlo en los ambientes universitarios, intentando evitar el agravamiento y la progresión del deterioro psicológico, de tal forma que se orienten a la disminución del impacto negativo del estrés, la ansiedad y la depresión, ya que estos influyen en el individuo y su desempeño en el ámbito académico².

Los estudiantes de enfermería de hoy serán los profesionales del mañana, y para cumplir con su función de cuidar, requieren conocimientos y destrezas que les permitan proteger no solo la salud de los demás, sino también la propia ¹⁹, lo que Jean

Watson, orienta al señalar “el cuidado a nosotros mismos es un paso previo al cuidado a los demás”²⁰ .

Esta revisión narrativa plantea como objetivo describir los factores académicos, sociodemográficos y de estilos de vida asociados con el malestar psicológico en estudiantes de enfermería.

II. Metodología

Para la revisión narrativa se realizó una búsqueda bibliográfica durante los meses de marzo a septiembre del año 2021, en las bases de datos CUIDEN²¹ , SciELO ²², EBSCO²³, WOS²⁴, LILACS²⁵, REDIB²⁶ y BVS²⁷. En la búsqueda se utilizaron los descriptores en español establecidos por DeCS²⁸: “estudiantes de enfermería”, “ansiedad”, “estrés psicológico”, “depresión” y “factores de riesgo”, y el booleano “AND”, con los cuales se formaron distintas expresiones de búsqueda, que fueron utilizadas en bases de datos en español y en inglés.

Para delimitar la búsqueda de artículos se aplicaron los filtros: últimos 5 años (2016-2021), idioma español e inglés, textos con disponibilidad completa y artículos originales o revisiones, obteniendo un total de 276 artículos. Esta cifra se redujo a 131, tras la eliminación de 145 artículos duplicados.

Los criterios de inclusión por título y resumen establecidos son: mencionar a estudiantes de enfermería y que se contemple ambos sexos, que el contenido mencione el malestar psicológico o la sintomatología asociada (ansiedad, depresión y/o estrés psicológico). Como criterio de exclusión se determinó: publicaciones en portugués, estudios que asocien patologías o síndromes ajenos al malestar psicológico, estudios de malestar psicológico que estén vinculados a causas externas del contexto académico o que estén orientados al análisis estadístico para la

validación de instrumentos que miden malestar, eliminando así 106 artículos y quedando un total de 25 artículos cuantitativos seleccionados.

Finalmente, se realizó un análisis crítico de cada uno, donde se eligió a 18 artículos que cumplieron con los criterios de selección para la síntesis de la mejor evidencia que da respuesta al objetivo planteado.

III. Resultados

La revisión bibliográfica identificó un total de 18 artículos. Según el año de publicación la mayor cantidad de artículos pertenecen a los años 2019 y 2016, cada uno con 28%. Se destaca Latinoamérica como la zona con más publicaciones, representada en un 83%, donde Brasil es el país con la mayor cantidad de publicaciones con un 56%, luego Colombia, España y México con 11% cada una y finalmente China, y Perú con un 6% respectivamente. Respecto al idioma, un 56% de los artículos se encuentran en inglés. El 100% de los artículos seleccionados son de tipo cuantitativo, dentro de estos un 89% corresponden a estudios transversales y 44% es de tipo descriptivo. Un 61% de los estudios requirieron de encuestas de caracterización sociodemográfica y los instrumentos más utilizados fueron KEZKAK y la escala de estrés percibido (ASNS).

Tabla N°2: Características de artículos seleccionados

Título/Año	País/Idioma	Objetivo	Metodología/ Instrumento	Muestra
Nivel de estrés entre universitarios de enfermería relacionado a la etapa de formación y a los factores sociodemográficos ²⁹ . 2020	Brasil. / Español.	Identificar el nivel de estrés entre universitarios de enfermería y los factores sociodemográficos y académicos asociados con el, y comparar el nivel de estrés entre universitarios según la etapa de formación en el curso.	Estudio cuantitativo, transversal. Instrumentos: caracterización sociodemográfica y académica, y Escala de Estrés de Universitarios de Enfermería (ASNS).	286 estudiantes de bachillerato matriculados entre el 1º y 10º semestre, con edad mínima de 18 años en una institución pública de Salvador de Bahía.

Stress factors of nursing students in their final year ³⁰ . 2020	Brasil. / Inglés.	Identificar los factores estresantes del entorno universitario y las repercusiones en la calidad del sueño y de vida de los estudiantes en su último año de licenciatura en enfermería.	Estudio cuantitativo, transversal, comparativo. Instrumentos: Cuestionario de caracterización sociodemográfica y Evaluación del Estrés en Estudiantes de Enfermería (ASNS), Índice de Calidad de Sueño de Pittsburgh (PSQI), cuestionario de calidad de vida WHOQOL-Bref.	55 participantes inscritos en el noveno y décimo semestre de una institución privada del municipio de Poços de Caldas.
Estrés académico en estudiantes de un programa de Enfermería - Montería 2019 ³¹ . 2020	Colombia / Español	Determinar el estrés académico durante las prácticas formativas en estudiantes de un programa de enfermería	Estudio con enfoque cuantitativo, diseño descriptivo de corte transversal. Instrumentos: Una encuesta sociodemográfica y SISCO SV – 21	245 estudiantes de enfermería matriculados en III a VIII semestres. En la Universidad del Sinú, Montería, Colombia.
Estrés académico en estudiantes de Licenciatura en Enfermería ¹⁸ . 2019	México. / Español.	Determinar el nivel de estrés y su relación con las variables sexo y semestre en estudiantes de Licenciatura en Enfermería.	Enfoque cuantitativo de tipo descriptivo, transversal. Instrumentos: encuesta sociodemográfica e inventario SISCO.	180 estudiantes de Licenciatura en Enfermería, que se encontraban activos y con más de un semestre cursado, de una institución de educación superior del sureste de México.
Lifestyles, Depression, Anxiety, and Stress as Risk Factors in Nursing Apprentices: A Logistic ¹⁶ . 2019	Perú / Inglés	Determinar la influencia de factores de riesgo en variables como estilos de vida, depresión, ansiedad y estrés en estudiantes de enfermería.	Estudio cuantitativo descriptivo, transversal y prospectivo. Instrumentos: HPLP-II (Perfil que promueve la salud-II) y la escala DASS-21	1193 estudiantes de enfermería inscritos entre el primer y quinto semestre. En la Escuela de Enfermería de la Universidad Privada San Juan Bautista.
Comparison of stress in freshman and senior nursing students ³² . 2019	Brasil. / Inglés.	Comparar niveles de estrés en estudiantes de enfermería de primer y último año	Estudio cuantitativo, transversal. Instrumentos: para la recolección de datos académicos, sociodemográficos y ASNS.	154 estudiantes de primer y último año, con mínimo 18 años, de ambos sexos, de una universidad pública en Salvador de Bahía.
Asociación de los factores de estrés y síntomas depresivos con el desempeño académico de estudiantes de	Brasil. / Español	Verificar la asociación de los factores de estrés y los síntomas depresivos con el rendimiento académico de los	Investigación cuantitativa observacional, transversal. Instrumento: Escala de Evaluación de Estrés en	212 estudiantes, matriculados regularmente en los semestres impares (1°, 3°, 5°, 7°, 9°) en una universidad pública de la ciudad

enfermería ¹³ 2019		estudiantes de enfermería.	Estudiantes de Enfermería y la Escala de rastreo de sintomatología depresiva.	de Manaus, Amazonas.
Estrés en estudiantes de enfermería que realizan prácticas clínicas en una institución universitaria de Cartagena- Colombia, 2019 ¹ . 2019	Colombia / Español.	Determinar los niveles de estrés que experimentan los estudiantes de enfermería que realizan sus prácticas clínicas en una institución universitaria de la ciudad de Cartagena.	Estudio cuantitativo, descriptivo y transversal. Instrumentos: cuestionario de aspectos sociodemográficos y cuestionario KESKAK.	98 estudiantes matriculados durante el primer periodo académico de 2019, entre el 4º y 9º semestre de una institución de educación superior de Colombia.
Perception of stress in nursing academics ¹⁴ . 2018	Brasil. / Inglés.	Evaluar la percepción de bajo, medio y alto estrés y la relación entre la percepción del estrés y características sociodemográficas en estudiantes de Enfermería.	Estudio cuantitativo y transversal. Instrumentos: Escala de Estrés Percibido (PSS-14).	136 estudiantes matriculados en el curso de Enfermería, mayores de 18 años de una institución privada de educación superior de Araçatuba,
Prevalencia de sintomatología de ansiedad y depresión en estudiantado universitario del Grado en Enfermería en la Comunidad Autónoma de Galicia ¹¹ . 2018	España. / Español.	Determinar la prevalencia de la sintomatología de depresión y ansiedad en alumnado del Grado en Enfermería en Galicia.	Estudio cuantitativo. Instrumentos: BDI, EADG y HAD	955 estudiantes de primer, segundo o tercer curso de enfermería en la Comunidad Autónoma de Galicia.
Evaluation of anxiety and self- esteem in students concluding the nursing graduation course ¹² . 2017	Brasil. / Inglés.	Evaluar los niveles de ansiedad y autoestima en estudiantes de enfermería.	Estudio de enfoque cuantitativo. descriptivo Instrumentos: caracterización muestral, el inventario IDATE T y escala EAR.	51 estudiantes de Enfermería, del novenio y décimo grado, de la Universidad Federal de Paraíba.
Biosocial-academic profile and stress in first- and fourth- year nursing students ³³ . 2017	Brasil. / Inglés.	Comparar el perfil biosocial, académico y el nivel de estrés entre estudiantes de primer y cuarto año del curso de graduación en enfermería de una universidad pública de Sao Paulo.	Estudio cuantitativo, transversal, analítico. Instrumentos: formulario para la caracterización biosocial y académica y ASNS	83 estudiantes, mayores de 18 años. inscritos en el primer y cuarto año, de una institución pública de São Paulo.
Estrés en estudiantes de	España. / Español.	Evaluar el nivel de estrés en	Estudio cuantitativo, descriptivo,	289 estudiantes en el periodo de los 3

enfermería ³⁴ . 2017		estudiantes de enfermería durante el período de formación práctica, su significación y su posible relación con el año académico cursado.	observacional de corte transversal. Instrumentos: Escala de estrés percibido (PSS - 14; versión español) y KEZKAK.	cursos de formación de la Universidad Alfonso X
Nivel de depresión entre estudiantes de enfermería y nutrición en una universidad pública de Aguascalientes ¹⁷ . 2016	México. / Español.	Determinar la prevalencia de depresión entre los estudiantes de las carreras de nutrición y enfermería.	Estudio cuantitativo, comparativo, transversal y prospectivo. Instrumentos: Escala de autoevaluación para la depresión de Zung.	371 estudiantes, 231 de enfermería y 140 de nutrición, de todos los cursos de la Universidad Autónoma de Aguascalientes.
Stress and sociodemographic characteristics of undergraduate nursing students ¹⁵ . 2016	Brasil. / Inglés.	Evaluar la presencia de estrés y su asociación con el perfil sociodemográfico en universitarios de enfermería del último año.	Estudio cuantitativo transversal. Instrumentos: Encuesta sociodemográfica e Inventario de síntomas de estrés para adultos (ISS).	35 estudiantes matriculados de enfermería del último año, de una institución privada de educación superior de Araçatuba.
Depression, Anxiety and Symptoms of Stress among Baccalaureate Nursing Students in Hong Kong: A Cross-Sectional Study ¹⁰ . 2016	China. / Inglés	Examinar la prevalencia de depresión, ansiedad y estrés entre los estudiantes de enfermería, en un instituto terciario de Hong Kong, en el marco de una caracterización sociodemográfica	Estudio de diseño cuantitativo, transversal. Instrumento: Encuesta sobre factores sociodemográficos y estilo de vida y versión corta de la Escala de estrés, ansiedad y depresión (DASS 21),	661 estudiantes entre primero y cuarto año, de 18 a 30 años, de cualquier especialidad y registrados como estudiantes a tiempo completo.
Stressful situations and factors in student of nursing in clinical practice ³⁵ . 2016	Brasil. / Inglés.	Evaluar los factores de riesgo para el estrés en estudiantes de enfermería en prácticas clínicas	Estudio cuantitativo, descriptivo y transversal. Instrumentos: cuestionario KEZKAK.	116 estudiantes de quinto a noveno período de la Universidad Federal de Sergipe que hayan efectuado prácticas en hospitales.
Stress among nursing undergraduate students of a Brazilian public university ³⁶ . 2016	Brasil. / Inglés.	Determinar el nivel de estrés entre los estudiantes de pregrado en Enfermería de una universidad pública brasileña.	Estudio cuantitativo, descriptivo y transversal Instrumentos: Cuestionario de Caracterización Sociodemográfica, Escala Evaluación del estrés en estudiantes de enfermería (AEEEE).	111 estudiantes de 1ro, 2do, 3ro y 4to año, de 18 o más años con la calidad de estudiante regular, de una universidad pública del estado de Paraná en Brasil.

La revisión de los artículos permitió obtener resultados asociados a los diferentes factores relacionados a la sintomatología de malestar psicológico, dentro de ellos encontramos factores sociodemográficos, académicos y de estilos de vida con cada una de sus variables, las que se presentan en la siguiente tabla:

Tabla N°3: Factores asociados al malestar psicológico.

Factores	Variable	Resultados
Sociodemográfico	Sexo	Estudios en China y Perú señalan que las mujeres fueron más propensas a presentar síntomas de estrés y ansiedad ¹⁰ . Además, evidencia generada en Brasil, Perú y España describen un mayor nivel de estrés en mujeres ^{29, 30, 35, 16, 34} . Mientras un estudio en China menciona que los hombres presentaron más depresión ¹⁰ . Sin embargo, un estudio realizado en México, no encontró asociación significativa entre el nivel de estrés y sexo ¹⁸ .
	Edad	Estudios realizados en Brasil demostraron que los estudiantes que presentaron mayor nivel de estrés tenían entre 18 a 22 años o recién pasado los 20 años ^{33, 35} . Mientras que un estudio en Perú develó valores leves y moderados de estrés en aquellos entre 20 a 29 años ¹⁶ . Sin embargo, en un estudio en España, no se observa relación entre edad y ansiedad ¹¹ . Evidencia en Perú señaló una correlación entre edad y depresión, demostrando mayor resultado en edades entre 20-29 años ¹⁶ . En España, un estudio observó que el riesgo de sufrir depresión se relaciona con el aumento de la edad ¹¹ .
	Estado civil	Estudios en Brasil demostraron que los estudiantes pertenecientes al grupo de casados presentaron un mayor nivel de estrés ^{14, 35} . Así mismo un estudio en Perú señaló la presencia de valores leves y moderados de estrés en el grupo de los solteros (16), sin embargo, otro estudio en Brasil evidenció que los solteros eran los que presentaban mayores síntomas de estrés ¹⁵ . Respecto a la ansiedad, el estudio en Perú señaló que los solteros presentaron niveles moderados a extremadamente moderados ¹⁶ .
	Situación económica	Dos estudios realizados en Brasil evidenciaron que los ingresos mensuales insuficientes y que los estudiantes que tenían una renta mensual menor o igual a un salario mínimo aumentaron los niveles de estrés ^{29, 33} . Del mismo modo, un estudio realizado en China destacó que las dificultades financieras fueron significativamente correlacionadas con la depresión, ansiedad y estrés ¹⁰ .
Académicos	Semestre o año cursado	Estudios realizados en Brasil revelan que los estudiantes del 6° al 10° semestre presentaron mayores niveles de estrés comparados a los del 1° al 5° semestre ²⁹ . Sin embargo, otro estudio demostró que el 6to periodo presentó el nivel más alto de estrés mientras que el 9no periodo presentó el menor nivel de estrés ³⁵ , contrastado con estudios que muestran una mayor exposición a factores estresantes en el 9no periodo y un mayor nivel de estrés en comparación con los del primer año ^{30, 33} . Por otro lado, un estudio en Brasil mostró que en el 2do año se encontraron los peores resultados de estrés en varios dominios ³⁶ . Lo anterior concuerda con un estudio en España, donde identifica que el estrés está presente en el estudiante y aumenta en función del año académico que cursen ³⁴ . Sin embargo, en México un estudio no encontró asociación significativa entre el nivel de estrés y el semestre que cursan ¹⁸ . Con respecto a la depresión, un estudio en China señaló que el año de estudio estaba correlacionado significativamente con depresión ¹⁰ , mientras otro estudio en Brasil exhibió que los síntomas depresivos estaban presentes con una mayor ocurrencia en el tercer y séptimo semestre y menor en el primer semestre ¹³ . Por otro lado, un estudio realizado en México señaló que el cuarto semestre fue donde hubo mayor nivel de depresión ¹⁷ .
	Actividades prácticas	Un estudio realizado en Colombia evidenció una alta percepción de estrés por parte de los estudiantes durante sus prácticas clínicas ¹ . En este mismo estudio y sumado a los resultados de artículos realizados en Brasil destacaron que los mayores niveles de estrés se hallaron en los dominios de realización de las actividades prácticas, comunicación profesional, ambiente, formación y educación profesional ^{1, 32, 35} . Asimismo, un estudio

		realizado en Brasil sumó el factor capacitación profesional (13). Otros estudios del mismo país destacan que la falta de competencias es un factor crítico para una alta percepción de estrés ³⁵ . Del mismo modo, un estudio realizado en España destaca que los mayores niveles de estrés se encuentran asociados a la competencia, confrontación con el sufrimiento, y por interacción con el paciente ³⁴ . Sumado a esta interacción, el estudio realizado en Colombia destaca que se genera una alta percepción de estrés cuando el paciente intenta buscar una relación íntima y/o amorosa con el estudiante durante la realización de prácticas clínicas ¹ .
	Evaluaciones	Según un estudio realizado en México, el factor estresante más frecuente fueron las evaluaciones de los profesores ¹⁸ , coincidiendo con otro estudio en Colombia donde se especifica que el agente estresor más frecuente fue la “forma de evaluación de los profesores” en las prácticas formativas ³¹ . Mientras otro estudio realizado en Brasil, destacó que el principal desencadenante de ansiedad fue el trabajo final de grado. También se evidenciaron otros desencadenantes como actividades curriculares y actividades no obligatorias ¹² . En otro estudio del mismo país, se evidenció que la relación con el profesor se posicionó como mayor factor de estrés en 7mo periodo, siendo además altamente estresante en 6to, 8vo y 9no periodo ³⁵ .
	Gestión del tiempo	Estudios realizados en Brasil, relacionan la dificultad en la gestión del tiempo con el estrés, sobre todo en estudiantes de 1º año ^{30, 33, 36} .
	Especialidad	La investigación realizada en China señala que contar con especialidad clínica fue significativamente correlacionado con ansiedad, estrés y depresión ¹⁰ .
Estilos de vida	Pasatiempos	En un estudio realizado en China, se obtuvo que no tener actividades de ocio estaba significativamente correlacionado con depresión, ansiedad y estrés ¹⁰ . Otro estudio en Brasil, identificó que la realización de actividades extracurriculares contribuye a un aumento de los niveles de estrés ³³ . Por otro lado, un estudio realizado en Perú arrojó que la ansiedad ocurre en niveles moderados a extremadamente moderados en aquellos que solo se dedicaban a estudiar ¹⁶ .
	Ejercicio	Evidencia en China señaló que aquellos estudiantes que no hacían ejercicio tenían más probabilidad de presentar depresión en comparación con los que sí hacían ¹⁰ , mientras otro estudio en Brasil, obtuvo que no realizar actividad física se asocia a una mayor exposición a factores de estrés ³⁰ .
	Consumo de alcohol y drogas	Un estudio en Brasil observó que quienes beben alcohol presentan un mayor porcentaje de alta percepción de estrés ¹⁴ . En cuanto al uso de drogas no se encontró literatura que hiciera alusión a esta temática.
	Alimentación	Solo el estudio realizado en China describe que las dietas no balanceadas se correlacionaron significativamente con la ansiedad ¹⁰ .
	Calidad de sueño	Un estudio en China señaló que tener problemas para dormir posee una correlación significativa con depresión, ansiedad y estrés ¹⁰ . Mientras que, en Brasil, un estudio determinó que el insomnio se asocia a una mayor exposición a factores de estrés ³⁰ . En España, entre el 50% y 55% de los estudiantes presentaron insomnio y fatigabilidad, producto de que la depresión y la ansiedad afectan el ritmo circadiano ¹¹ .

IV. Discusión.

Según la evidencia revisada, los resultados demostraron una gran variabilidad con respecto a los factores relacionados al malestar psicológico.

En los factores sociodemográficos, en cuanto al sexo, algunos estudios concuerdan que las mujeres presentan o están más propensas a presentar ansiedad y síntomas de estrés^{10, 29, 30, 35, 16, 34}. Sin embargo, también existe evidencia respecto a la falta de relación entre el estrés y sexo³⁷, lo que se podría explicar debido a que la mayoría de los estudios fueron realizados en una muestra mayoritariamente femenina, por lo que no se podría describir una tendencia respecto al sexo. Por otro lado, existe evidencia donde se menciona mayor nivel de depresión en los hombres¹⁰, pero de igual manera los estudios realizados son escasos y poseen baja representación del sexo masculino.

Existe limitada evidencia de relación entre edad y ansiedad, donde se señala que a edades más tempranas se presenta más ansiedad, pudiendo ser un factor predisponente a la aparición de esta sintomatología¹¹, esto relacionado con las nuevas experiencias que va enfrentando el adulto joven y que genera ansiedad como respuesta adaptativa³⁸, ya que este nuevo ambiente académico requiere de la inserción al ambiente universitario, lo que conlleva nuevas experiencias y desafíos en los jóvenes³³. Por otro lado, se describe una relación contrapuesta entre edad y estrés³⁵, siendo una tendencia poco clara. Sin embargo, la susceptibilidad al estrés se asocia a personas con edades más altas debido a que forman parte de la etapa adulta inicial, con las tareas de esta edad que son fuentes de estrés³⁹.

Con respecto al estado civil, no se logra establecer una relación con depresión, sin embargo, existen discrepancias en los resultados que asocian el estado civil de los estudiantes y su nivel de estrés^{14, 35, 25, 16}. Cabe destacar que estos resultados no son extrapolables, puesto que la mayor parte de estudiantes universitarios son solteros, considerando que se encuentran en una etapa de transición de adolescencia tardía².

Tener dificultades financieras o nivel socioeconómico bajo se relaciona con mayor frecuencia de malestar psicológico^{29, 33, 40} lo que se podría explicar con las preocupaciones económicas que surgen diariamente para solventar los gastos individuales o del grupo familiar. Estas dificultades provocan limitaciones en la vida diaria y en las necesidades básicas, afectando la sensación de seguridad de la persona debido a la inestabilidad, generando una situación amenazante y de incertidumbre⁴¹.

En relación a los factores académicos, se expone que entre el 6to al 10mo semestre se presenta mayor nivel de estrés^{29, 34}, lo que se puede explicar con el aumento progresivo de la complejidad y exigencia que se va instalando en los estudiantes, lo que implica destinar mayor tiempo de estudio personal, y con eso, menor tiempo de recreación, sumado a la falta de estrategias de afrontamiento para situaciones complejas⁴⁰. Además, este subfactor se puede relacionar estrechamente con la gestión del tiempo^{30, 36}.

La evidencia encontrada también posee discrepancias en cuanto a la presencia de síntomas de depresión durante distintos momentos del transcurso de la carrera¹⁰, ya sea en el inicio del proceso universitario, o bien, en semestres más avanzados^{13, 17}, lo que se podría explicar con la experiencia individual y estrategias de afrontamiento de cada estudiante, ya que existen variadas personalidades, por lo que el afrontamiento no será uniforme para todas las personas frente a situaciones amenazantes⁴².

Se evidencia una alta percepción de estrés durante las actividades prácticas, explicado por la multiplicidad de elementos que se deben desplegar, demostrando habilidades personales para lograr una adecuada comunicación con el personal de la unidad y las personas atendidas, junto con las habilidades específicas de la profesión.

Todo esto tiene implicancias prácticas relacionadas con la formación de la identidad profesional y el compromiso con el ejercicio y rol profesional⁴³.

Así también, las evaluaciones de profesores y la relación con estos generan estrés^{18, 31, 35}, mientras el principal desencadenante para la ansiedad, es el trabajo final de grado¹². Esto podría explicarse porque se produce temor ante un posible fracaso, produciendo un aumento del esfuerzo y tiempo destinado a tareas que puedan compensar ese temor⁴⁴.

En los factores de estilos de vida, los pasatiempos fueron considerados en algunos de los estudios revisados, destacando que la ausencia de actividades de ocio se correlaciona significativamente con ansiedad, estrés y depresión¹⁰, pudiendo aumentar el estrés también con las actividades extracurriculares³³ y aumentar la ansiedad en quienes solo se dedican a estudiar¹⁶. Lo anterior se puede explicar por la importancia que tiene el ocio y el tiempo libre, entendiendo que el objetivo es el descanso, el poder salir de las responsabilidades o de la rutina, y tener tiempos de diversión, entre otros⁴⁵, lo que puede mitigar el estrés que se genera con las exigencias de la vida universitaria.

Así también, la ausencia de actividad física se relaciona con ansiedad, estrés y depresión^{10, 30}. Esto se puede explicar por la relación que posee la actividad física con la salud mental y física, al generar beneficios como la interacción social, mejor manejo del ocio, mejor autopercepción y rendimiento físico⁴⁶.

En tanto, el consumo de alcohol se relaciona con alto estrés y síntomas depresivos^{14, 47}, relacionado con el tipo de consumo, ya que la evidencia señala que el consumo de alcohol abusivo y dependiente, puede generar vulnerabilidad en el estudiante y llevarlo a una depresión⁴⁷.

Por otro lado, las dietas no balanceadas se relacionaron con ansiedad¹⁰, lo que también se observa en estudiantes de ciencias de la salud, donde se relaciona ansiedad, estrés y depresión con una alimentación no saludable⁴⁸. Esto se puede explicar debido a la falta de tiempo, pues muchas veces se opta por alimentos procesados que suelen ser altos en sodio y grasas trans, los cuales permiten un ambiente intestinal desequilibrado y con ello producir cambios de señalización hormonal que causan inflamación, trastornos como ansiedad y depresión⁴⁹. Cabe destacar, que existe una baja cantidad de estudios que relacionen el tipo de alimentación con el malestar psicológico, es por esto que es relevante ahondar en esta temática poco estudiada, ya que permitiría conocer la asociación entre ambas variables, transformándose así, en un factor protector de malestar psicológico.

En cuanto a la calidad del sueño, presentar problemas para dormir se relacionó con ansiedad, estrés y depresión^{10, 30}, lo que coincide con otro estudio realizado en estudiantes universitarios, donde aquellos que presentaron estrés, tenían a su vez una mala calidad o alteraciones del sueño⁵⁰, que se podría asociar a la alta carga académica que disminuye el tiempo disponible para el descanso, pero además, sumado al estrés, este no permite tener un sueño reparador, alterando así la calidad del sueño y del descanso.

V. Conclusiones

La revisión narrativa identificó la mantención de la agrupación de los factores asociados al malestar psicológico en sociodemográficos, académicos y de estilos de vida en los estudiantes de enfermería. Sin embargo, los factores sociodemográficos no permiten extrapolar los resultados a la población universitaria en general ya que está conformada mayoritariamente por mujeres, en edades tempranas (adultos jóvenes) y solteras.

Son en los factores académicos: semestre cursado, prácticas clínicas, gestión del tiempo y evaluaciones; donde se identifica una importante influencia en el malestar psicológico de las y los estudiantes de enfermería, lo que estaría relacionado con las medidas de afrontamiento y la gestión del tiempo durante el proceso universitario. Son las prácticas clínicas, lo que demuestran un mayor malestar psicológico en los estudiantes por falta de competencias para realizarlas, lo que destaca la necesidad de fortalecer, por parte de las instituciones formadoras, previo al periodo práctico.

Sumado a lo anterior, es importante que las instituciones promuevan estrategias que permitan desarrollar destrezas y habilidades académicas a medida que avancen en su currículo, las que ayudarán a enfrentar de mejor manera las evaluaciones y prácticas clínicas durante el transcurso de la carrera.

Debido a que la evidencia no es concluyente sobre los periodos o semestres en los que hay mayor presencia de depresión en el estudiantado, es importante que se implemente un monitoreo en todos los semestres de la carrera.

Por otra parte, se evidenció que el consumo de alcohol favorece la presencia de estrés y depresión en los estudiantes, sin embargo, no se encontró literatura que hiciera alusión al consumo de drogas, esto porque la mayoría de las encuestas realizadas no incluían en sus opciones el consumo de otras sustancias fuera del alcohol. Esto demuestra la necesidad de realizar más estudios sobre el consumo de drogas en estudiantes de enfermería y su influencia en la aparición de malestar psicológico.

Cabe destacar, que existe una baja cantidad de estudios que relacionen el tipo de alimentación con el malestar psicológico, es por esto que es relevante ahondar en esta temática, ya que permitiría conocer la asociación entre ambas variables, con el fin de transformarse en un factor protector del malestar psicológico.

Las universidades y escuelas de enfermería debieran trabajar la problemática, promoviendo factores protectores e implementando estrategias que permitan disminuir los actuales índices y promover una buena salud mental en el alumnado, lo que les permita afrontar de manera óptima su proceso de formación, posibilitando una mejor organización del tiempo, trabajando desde el inicio en la autogestión de los tiempos y del estudio, generando espacios para fomentar una alimentación saludable, actividades de recreación y estrategias para conciliar un sueño de calidad, además, es importante que se cuenten con servicios de apoyo económico para los estudiantes, con el fin de garantizar estabilidad para sus estudios.

Es importante que se profundice en investigaciones de esta temática, ya que serán futuros profesionales de salud que cuidarán personas, lo que requiere de una estabilidad psicológica y emocional para poder entregarlos, por lo que se debe velar por mantener la humanidad durante el proceso formativo, entendiendo que son seres holísticos que merecen acompañamiento, respeto y dignidad.

Responsabilidades éticas

Las autoras declaran que para la realización de esta revisión narrativa se siguieron los principios éticos de la investigación.

Conflicto de intereses

Las autoras declaran no tener conflicto de intereses.

Financiamiento

No se recibió ningún tipo de financiamiento para realizar esta revisión.

Referencias bibliográficas.

1. Ruidiaz KS, Peinado LP, Osorio LV. Estrés en estudiantes de enfermería que realizan prácticas clínicas en una institución universitaria de Cartagena-

- Colombia, 2019. Arch Med. 2020; 20(2). [Fecha de consulta 01 abr 2021].
Disponibile en: <https://doi.org/10.30554/archmed.20.2.3674>.
2. Mosqueda-Díaz A, González-Carvajal J, Dahrbacun-Solis N, Jofré-Montoya P, Caro-Castro A, Campusano-Coloma E, Escobar-Ríos M. Malestar psicológico en estudiantes universitarios: una mirada desde el modelo de promoción de la salud. *sanus*. 2016; (1): 48-57. [Fecha de consulta 17 jun de 2020]. Disponible en: <https://doi.org/10.36789/sanus.vi1.58>
 3. Barraza R, Muñoz N, Alfaro M, Álvarez A, Araya V, Villagra J, et al. Ansiedad, depresión, estrés y organización de la personalidad en estudiantes novatos de medicina y enfermería. *Rev.chi.neuro-psiquiatr*. 2015; 53(4): 251-60 [Fecha de consulta 17 jun 2020]. Disponible en: <https://www.scielo.cl/pdf/rchnp/v53n4/art05.pdf>.
 4. MedlinePlus en español [base de datos en Internet]. Bethesda. Biblioteca Nacional de Medicina (EE.UU); [Fecha de consulta 18 jul 2020]. Disponible en: <https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/003211.htm>.
 5. Marín Ma. Estrés en estudiantes de educación superior de ciencias de la salud. *RIDE*. 2015; 6(11): 675-87. [Fecha de consulta 18 jul 2020]. Disponible en: <https://www.ride.org.mx/index.php/RIDE/article/view/145>
 6. De Dio S, Ramírez A, Rocha C, Mezzomo da Fonseca K, Ottoni L, Chamorro R, et al. Trastornos depresivos en estudiantes de medicina de la Universidad Internacional Tres Fronteras “Uninter”, Ciudad del Este, Paraguay (2016). *Rev. Nac (Itauguá)*. 2017; 9(2): 20-31. [Fecha de consulta 18 jul 2020]. Disponible en: <https://doi.org/10.18004/rdn2017.0009.02.020-031>
 7. Mayorga-Lascano M, Moreta-Herrera R. Síntomas clínicos, subclínicos y necesidades de atención psicológica en estudiantes universitarios con bajo

rendimiento. Rev. Educ. 2019; 43(2): 311-25. [Fecha de consulta 18 jul 2020].

Disponible en: <https://dx.doi.org/10.15517/revedu.v43i2.32239>

8. Mohebbi Z, Setoodeh G, Torabizadeh C, Rambod M. State of Mental Health and Associated Factors in Nursing Students from Southeastern Iran. Invest. Educ. Enferm. 2019; 37(3). [Fecha de consulta 30 mar 2021]. Disponible en: <https://revistas.udea.edu.co/index.php/iee/article/view/340124>
9. Samson P. Role of Coping in Stress, Anxiety, Depression among Nursing Students of Purbanchal University in Kathmandu. J Nepal Health Res Counc. 2019; 17(3): 325-30. [Fecha de consulta 30 abr 2021]. Disponible en: <https://doi.org/10.33314/jnhrc.v17i3.1843>
10. Cheung T, Wong SY, Wong KY, Law LY, Ng K, Tong M et al. Depression Anxiety and Symptoms of Stress among Baccalaureate Nursign students in Hong Kong: A Cross-Sectional Study. Int J Environ Res Public Health. 2016; 13(8): 779. [Fecha de consulta 30 abr 2021]. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.3390/ijerph13080779>
11. Pego-Pérez RE, del Río-Nieto MC, Fernández I, Gutiérrez-García E. Prevalencia de sintomatología de ansiedad y depresión en estudiantado universitario del Grado en Enfermería en la Comunidad Autónoma de Galicia. Ene. 2018; 12(2). [Fecha de consulta 31 mar 2021]. Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1988-348X2018000200005&lang=pt
12. Gomes B, Pedrosa F, Chaves G, Santos R. Evaluation of anxiety and self-esteem in students concluding the nursing graduation course. JNUOL. 2017; 11(11). [Fecha de consulta 23 abr 2021]. Disponible en: <https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistaenfermagem/article/view/13440>

13. Ferreira JRF, Calache ALSC, Santos MR, Silva RM, Moreto SA. Asociación de los factores de estrés y síntomas depresivos con el desempeño académico de estudiantes de enfermería. Rev Esc Enferm USP. 2019; 53. [Fecha de consulta 30 mar 2020]. Disponible en: <https://doi.org/10.1590/s1980-220x2018030403530>
14. Aline V, Palomo V, Gonçalves L, Mendes M, Correia C, da Silva R, Cardoso L. Percepção de estresse nos acadêmicos de enfermagem. JNUOL. 2018; 12(3). [Fecha de consulta 23 abr 2021]. Disponible en: <https://doi.org/10.5205/1981-8963-v12i3a231389p708-715-2018>
15. Aline V, de Souza M, Geraldo B, de Souza S, de Oliveira B, Clemente G, Cardoso L. Estresse e características sociodemográficas em universitários de enfermagem. JNUOL. 2018; 12(3). [Fecha de consulta 23 abr 2021]. Disponible en: <https://doi.org/10.5205/1981-8963-v12i3a231060p701-707-2018>
16. Diaz-Godiño J, Fernández-Henriquez L, Peña-Pastor F, Alfaro-Flores P, Manrique-Borjas G, Mayta-Tovalino F. Lifestyles, Depression, Anxiety and Stress as Risk Factors in Nursing Apprentices: A logistic Regression Analysis of 1193 Students in Lima, Peru. J Environ Public Health. 2019; 2019. [Fecha de consulta 30 abr 2021]. Disponible en: <https://doi.org/10.1155/2019/7395784>
17. Pineda-Pedraza MA, González-Flores SP. Nivel de depresión entre estudiantes de Enfermería y Nutrición en una universidad pública de Aguascalientes. Lux Médica. 2016; 11(34). [Fecha de consulta 23 abr 2021]. Disponible en: <https://doi.org/10.33064/34lm2016715>
18. Silva MF, López JJ, Sánchez O, González P. Estrés académico en estudiantes de Licenciatura en Enfermería. Recien. 2019; (18): 25–39. [Fecha de consulta 23 abr 2021]. Disponible en: <https://doi.org/10.14198/recien.2019.18.03>

19. Arias LY, Montoya LI, Villegas AF, Rodríguez MA. Estresores en las prácticas clínicas de los estudiantes de enfermería de una universidad pública en Colombia. *Investig. Enferm. Imagen Desarr.* 2018; 20(1). [Fecha de consulta 24 abr 2021]. Disponible en: <https://doi.org/10.11144/Javeriana.ie20-1.epce>
20. Urra E, Jana A, García M. Algunos aspectos esenciales del pensamiento de Jean Watson y su teoría de cuidados transpersonales. *Cienc. enferm.* 2011; 17(3): 11-22. [Fecha de consulta 01 de jul de 2021]. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.4067/S0717-95532011000300002>
21. CUIDEN [base de datos de internet]. España: Fundación Index, [Fecha de consulta 30 mar 2021]. Disponible en: <http://cuiden.fundacionindex.com/cuiden/>
22. SciELO [base de datos de internet]. México: Universidad Nacional Autónoma de México, Dirección General de Bibliotecas; 2018, [Fecha de consulta 31 mar 2021]. Disponible en: <http://www.scielo.org.mx/scielo.php>
23. EBSCO [base de datos de internet]. Ipswich, MA: EBSCO Publishing (US). [Fecha de consulta 01 abr 2021]. Disponible en: <https://www.ebsco.com/offices>
24. Web of science [base de datos de internet]. Dr Nandita Quaderi; 2015, [Fecha de consulta 01 abr 2021]. Disponible en: https://apps.webofknowledge.com/WOS_GeneralSearch_input.do?product=WOS&search_mode=GeneralSearch&SID=5CzUec8dypXSg2Z8Smv&preferencesSaved=
25. LILACS [base de datos de internet]. Brasil: IFSE-10, Tenth International Conference of Science Editors; 1985, [Fecha de consulta 04 may 2021]. Disponible en: <https://lilacs.bvsalud.org/es/>

26. REDIB [base de datos en internet]. España: 2017, [Fecha de consulta 23 abr 2021]. Disponible en: <https://redib.org/>
27. Biblioteca Virtual en Salud [base de datos en internet]. Brasil: BIREME/OPS/OMS; 1998. [Fecha de consulta 30 abr 2021]. Disponible en: <https://bvsalud.org>
28. Descriptores en Ciencias de la Salud: DeCS [base de datos en internet]. Sao Paulo (SP): BIREME / OPS / OMS; ed. 2017. [Fecha de consulta 30 mar 2021]. Disponible en: <http://decs.bvsalud.org/E/homepagee.htm>
29. Santos F, Carneiro F, Geovana Da Silva C, Santana T, Teles C. Nivel de estrés entre universitarios de enfermería relacionado a la etapa de formación y a los factores sociodemográficos. Rev. Latino-Am. Enfermagem. 2020; 28(1). [Fecha de consulta 07 jun 2021]. Disponible en: • <https://doi.org/10.1590/1518-8345.3036.3209>
30. Mendes SS, De Martino MMF. Stress factors of nursing students in their final year. Rev Esc Enferm USP. 2020; 54. [Fecha de consulta 1 abr 2021]. Disponible en: <https://doi.org/10.1590/S1980-220X2018053903593>
31. Llorente YJ, Herrera JL, Hernández DY, Padilla M, Padilla CI. Estrés académico en estudiantes de un programa de Enfermería - Montería 2019. Revista Cuidarte. 2020; 11(3). [Fecha de consulta 30 mar 2021]. Disponible en: <https://doi.org/10.15649/cuidarte.1108>
32. Mussi FC, Pires CG, Carneiro L, Costa AL, Ribeiro FMS, dos Santos AF. Comparison of stress in freshman and senior nursing students. Rev Esc Enferm USP. 2019; 53. [Fecha de consulta 23 abr 2021]. Disponible en: <https://doi.org/10.1590/S1980-220X2017023503431>

33. Oliveira L, Marques R, Siqueira AN. Biosocial-academic profile and stress in first-and fourth year nursing students. *Invest. educ. enferm.* 2017; 35(2): 131-8. [Fecha de consulta 01 jun 2021]. Disponible en: <https://doi.org/10.17533/udea.iee.v35n2a02>
34. Duarte MJ, Varela I, Braschi L, Sánchez E. Estrés en estudiantes de enfermería. *Educ Med Super.* 2017; 31(3): 110-123. [Fecha de consulta 01 may 2021]. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21412017000300013
35. Llapa EO, Almeida D, Lopes D, López MJ, Sousa A. Stressful situations and factors in students of nursing in clinical practice. *Invest.educ.enferm.* [internet]. 2016; 34(1). [Fecha de consulta 30 abr 2021]. Disponible en: <https://doi.org/10.17533/udea.iee.v34n1a23>
36. Soares-de-Souza V, Ramos-Costa MA, Carlos-Rodrigues A, De Freitas-Bevilaqua J, Inoue KC, Campos -de-Oliveira JL, et al. Stress among nursing undergraduate students of a Brazilian public university. *Invest.educ-enferm.* 2016; 34(3): 518-527. [Fecha de consulta 01 may 2021]. Disponible en: <https://doi.org/10.17533/udea.iee.v34n3a11>
37. Silva-Ramos M, Lopez-Cocotle J, Meza-Zamora M. Estrés académico en estudiantes universitarios. *Investigación y Ciencia.* 2020; 28(79): 75-83. [Fecha de consulta: 29 oct 2021]. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=67462875008>
38. Armas- Elguera F, Talavera J, Cárdenas M, De la Cruz-Vargas J. Trastornos del sueño y ansiedad de estudiantes de Medicina del primer y último año en

- Lima, Perú. FEM. 2021; 24(3): 133-8. [Fecha de consulta: 6 nov 2021].
Disponibile en: <https://dx.doi.org/10.33588/fem.243.1125>
39. Mazo R, Londoño K, Guitiérrez Y. Niveles de estrés académico en estudiantes universitarios. Informes Psicológicos. 2013; 13(2): 121-134. [Fecha de consulta: 6 nov 2021]. Disponible: <https://web-s-ebSCOhost-com.bibliotecadigital.uv.cl/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=6&sid=ed52b3f8-2ea3-4b2f-81113-0f90f6f54c31%40redis>
40. Herrera L, Rivera M. Prevalencia de malestar psicológico en estudiantes de enfermería relacionada con factores sociodemográficos, académicos y familiares. Ciencia y Enferm. 2011; 17(2): 55-64. [Fecha de consulta: 6 nov 2021]. Disponible en: https://scielo.conicyt.cl/pdf/cienf/v17n2/art_07.pdf
41. Toro D. Blog Clínica Las Condes [internet]. Clínica Las Condes. 2017. [Actualizado jun 2017; Fecha de consulta: 5 nov 2021]. Disponible en: <https://www.clinicalascondes.cl/BLOG/Listado/Psiquiatria-Adultos/Por-que-no-reaccionamos-igual-frente-al-estres>
42. Rodríguez A, Maury E, Troncoso C, Morales M, Parra J. Estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes de carreras de salud de Santiago de Chile. Edumecentro. 2020; 12(4): 1-16. [Fecha de consulta: 12 nov 2021]. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2077-28742020000400001
43. Pulido M, Augusto M, López E. Estudiantes de enfermería en prácticas clínicas: El rol de la inteligencia emocional en los estresores ocupacionales y bienestar psicológico. Index Enferm. 2016; 25(3): 215-9. [Fecha de consulta: 13 nov 2021]. Disponible en:

https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1132-

12962016000200020

44. Piemontesi SE, Heredia DE, Furlan LA, Sánchez-Rosas J, Martínez M. Ansiedad ante los exámenes y estilos de afrontamiento ante el estrés académico en estudiantes universitarios. *An. psicol.* 2012; 28(1): 86-9. [Fecha de consulta: 14 nov 2021]. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=16723161011>
45. Sandoval NR. Diagnóstico acerca del uso del ocio y el tiempo libre entre los estudiantes de la Universidad Nacional. *PSRI.* 2017; 30: 169-188. [Fecha de consulta: 26 oct 2021]. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6247547>
46. Angelucci L, Cañoto Y, Hernández M. Influencia del estilo de vida, el sexo, la edad y el imc sobre la salud física y psicológica en jóvenes universitarios. *APL.* 2017; 35(3): 531-46. [Fecha de consulta: 27 oct 2021]. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.12804/10.12804/revistas.urosario.edu.co/apl/a.4454>
47. Valdivia-Livano S, Vega-Melgar V, Jimenez-Meza Y, Macedo-Poma K, Caro-Rivera E, Lazo-Escobar D, et al. Consumo alcohólico de riesgo en estudiantes de tres universidades de la sierra central peruana: frecuencia según sexo y factores asociados. *Rev. chil. neuro-psiquiatr.* 2018; 56(2): 110-6. [Fecha de consulta: 27 oct 2021]. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.4067/s0717-92272018000200110>
48. Ramón E, Martínez B, Granada J, Echániz E, Pellicer B, Juárez R, et al. Conducta alimentaria y su relación con el estrés, la ansiedad, la depresión y el insomnio en estudiantes universitarios. *Nutr. Hosp.* 2019; 36(6): 1339-45. [Fecha de consulta: 26 oct 2021]. Disponible en:

<https://dx.doi.org/10.20960/nh.02641>

http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112019000600017&lng=es

49. Olvera M, Palos A, Aradillas C, Padrón A, Sánchez-Armáss O, Olvera G. Patrones de alimentos y su relación con el riesgo de presentar depresión en aspirantes universitarios de nuevo ingreso. RESPYN. 2018; 17(2): 1-10. [Fecha de consulta: 25 oct 2021]. Disponible en: <https://www.medigraphic.com/pdfs/revsalpubnut/spn-2018/spn182a.pdf>
50. Oliveira ES, Silva AFR, Silva KCB, Moura TVC, Araújo AL, Silva ARV. Stress and health risk behaviors among university students. Rev. Bras. Enferm. 2020; 73(1); 1-8. [Fecha de consulta 26 oct 2021]. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1590/0034-7167-2018-0035>