

**Ma. Isabel García Uribe**

Universidad Autónoma de Querétaro (México)  
migarciapsic@gmail.com  
<https://orcid.org/0000-0003-1511-3924>

**Mónica González Márquez**

Universidad Autónoma de Querétaro (México)  
monigm1708@gmail.com  
<https://orcid.org/0000-0001-5304-9033>

**Harry Leo Franz Gómez**

Universidad Autónoma de Querétaro (México)  
harrylf Franz@gmail.com  
<https://orcid.org/0009-0004-5363-4100>

**Recibido:** 20 de junio de 2025

**Aceptado:** 25 de septiembre de 2025

**Publicado:** 28 de noviembre de 2025



Esta obra está bajo una licencia internacional  
Creative Commons BY-NC-SA 4.0

**DOI:** <https://doi.org/10.5281/zenodo.17716730>

Sección: *General*

## Manifestaciones del estrés académico en estudiantes de la carrera de Economía de dos universidades mexicanas

### Resumen

La complejidad de los contenidos, el grado de la responsabilidad que se adquiere y las exigencias que demanda la universidad hace que el estudiantado constantemente se exponga a una serie de situaciones que les generan estrés. El objetivo de esta investigación fue identificar el nivel de estrés, así como las características descriptivas y comparativas de estresores, síntomas por universidad, género y semestre en estudiantes de la carrera de Economía de dos universidades públicas en México. La muestra se conformó por 63 estudiantes de la licenciatura de Economía de dos universidades públicas. Se aplicó el Inventario SISCO-41, adaptado del Inventario Estrés Académico SISCO-SV 21 (Barraza, 2018), validado por García et. al. (2024). Los estresores con mayor puntaje fueron: evaluaciones, sobrecarga y limitación de tiempo para realizar trabajos, falta de asesoría y tutoría y personalidad y didáctica docente; entre los síntomas destacan problemas de sueño, concentración, fatiga crónica, ansiedad y desgano para estudiar. Existen diferencias significativas de género en la dimensión de síntomas, siendo mayor la sintomatología en las mujeres; no se encontraron diferencias significativas por semestre. Se concluye que el estudiantado de quinto a décimo semestre de Economía es una población sensible a presentar estrés alto, los estresores están relacionados al desempeño académico y a la práctica docente, mismos que interactúan y que pueden o no ser codeeterminantes entre sí, por lo que es importante considerar que detrás de una manifestación sindrómica puede subyacer un complejo de factores causales.

**Palabras clave:** estudiantado economía, estrés académico, estresores, síntomas.

## Academic Stress Manifestations among Economics Students from Two Mexican Universities

### Abstract

*Higher education requires greater effort, commitment, and responsibility from students due to the demands of professional training, which contributes to the development of academic stress. The stress experienced by students in the Economics program has been scarcely studied. Therefore, the objective of this research was to identify stress levels, as well as the descriptive and comparative variations of stressors and symptoms by university, gender, and semester among Economics students from two public universities in Mexico. The sample consisted of 63 undergraduate Economics students from two public universities, of whom 44.4% were women and 55.5% were men. The adapted version of the SISCO-41 Inventory, based on the SISCO.SV 21 Academic Stress Inventory (Barraza, 2018) and validated by García et al. (2024), was applied. The results indicate that 54.3% of students experience a high level of stress. The most frequently reported stressors were evaluations, excessive workload, and time constraints for completing assignments and projects. The most common symptoms included sleep and concentration problems, as well as chronic fatigue. Significant gender differences were found in the symptom dimension ( $p > .05$ ), with women exhibiting higher symptomatology. However, no significant differences were observed across semesters. The study concludes that university students are particularly susceptible to stress during the final semesters of their degree programs. While stressors are similar for both men and women, women are more vulnerable to experiencing various symptoms. Therefore, further research is needed to identify the causal factors underlying these differences.*

**Keywords:** Economic students, stressors, academic stress, symptoms.

### Introducción

A lo largo de las diferentes etapas de la vida, los seres humanos se enfrentan a una serie de situaciones de cambio y a múltiples demandas que les pueden generar un desequilibrio emocional, cognitivo y físico, rebasando sus recursos para afrontarlo, este desequilibrio se conoce como estrés. La OMS (2023) lo define como una respuesta natural que aparece cuando el individuo se enfrenta a una situación difícil o amenazante y genera un estado de preocupación o tensión emocional. Estadísticas del INEGI (2024) muestran que en México el 5.6% de la población presentó mayor estrés que tranquilidad, la OMS (2023) por su parte, indica que toda persona tiene un cierto grado de estrés. Una población propensa a vivir estrés es el estudiantado de educación superior, ya que están expuestos a situaciones de presión o tensión relacionados a su propia formación profesional (Parra y Pino, 2024), siendo este conocido como estrés académico.

Para el abordaje del estrés académico, este estudio se sustenta en el modelo sistémico cognoscitivista (Barraza, 2007), el cual considera que el ser humano es un ser activo que participa en el proceso complejo de estrés que implica la relación de los factores ambientales y cognoscitivos. Se retoma este enfoque dado que se parte de que el ser humano es un sistema complejo y que a su vez está codeterminado por los sistemas del contexto en el que está inmerso, llámese escuela, familia, sociedad en los que existen causales generadores de estrés, en el caso particular de este estudio el contexto es la universidad. Esta postura teórica tiene su origen en la teoría transaccional propuesta por Lazarus y Folkman (1991) quienes definen el estrés como un proceso relacional entre individuo y contexto, comienza cuando me-

diante una valoración cognitiva el individuo considera que el entorno es amenazante, demandante o que pone en riesgo su bienestar, causándole un desequilibrio que busca restablecer movilizándolo sus propios recursos para determinar cuál es la mejor manera de afrontar la situación estresante y así restablecer su equilibrio. El estrés, por ende, "no solo se halla en el entorno, ni es consecuencia exclusiva de las características de personalidad, sino que depende de un tipo particular de relación persona-medio" (Lazarus y Folkman, 1991, p. 41). Esta interacción, por lo tanto, implica que además de las características específicas del entorno y la personalidad del individuo, el significado que este le dé a la situación juegan un papel fundamental para que se detone el estrés y para que se afronte.

Para Barraza (2007), existen principios que explican el estrés desde este proceso relacional, dando cuenta que el origen o desarrollo del estrés no es exclusivo del entorno o de la persona, sino que depende de las características de ambos, lo que explica que para una persona una situación específica le cause estrés y para otra no, por lo que se puede decir, que no existen entornos estresantes, ni personas vulnerables, sino una relación recíproca entre ambos. En este sentido, el estrés es un proceso en el que interaccionan factores ambientales, personales, y cognitivos, ya que el contexto en el que se desenvuelva el individuo, así como los recursos con los que cuente para afrontar una situación y sus experiencias, vivencias y personalidad, serán los que interactúan para determinar si una situación es generadora de estrés, el grado de intensidad y la manera de cómo reducir o mitigar ese estrés.

En el proceso de estrés académico la evaluación cognitiva cumple un papel fundamental, ya que, a través de esta, el individuo determina si una situa-

ción le genera conflicto o estrés y en qué grado (Cabanach, 2010). Lazarus y Folkman (1991) plantean que en el proceso de estrés, tiene lugar en un primer momento la valoración cognitiva primaria, la cual determina si una situación se vive como amenazante, que pone en riesgo su bienestar o desborda sus propios recursos; posteriormente hay una evaluación secundaria en la que el individuo valora cuál es la mejor manera de afrontar esta situación, por lo cual implementa estrategias para reducirla. El estrés es un fenómeno que suele presentarse en los diversos ámbitos en los que interacciona el individuo, siendo una población vulnerable a percibirlo la universitaria, Cabanach et al. (2016) mencionan que las actividades y la propia vida académica significan situaciones estresoras generadoras de conflictos, que al no ser gestionadas de manera adecuada se convierten en una fuente de estrés académico. El estrés que se experimenta en el contexto escolar se denomina estrés académico y es "un proceso sistémico, de carácter adaptativo y esencialmente psicológico" (Barraza, 2007, p. 273). Se considera sistémico ya que el individuo al interactuar en diversos contextos se ve afectado por ellos y, a su vez, ejerce un impacto sobre su entorno, esta interacción evidencia una relación recíproca entre la persona y el medio. Posee un carácter adaptativo ya que el individuo al sentirse en peligro o en una situación que amenaza su bienestar y que se manifiesta a través de síntomas psicológicos, físicos y comportamentales, este busca restablecerlo mediante la implementación de estrategias orientadas a manejar el estrés. Finalmente, es un proceso psicológico que se evidencia en la medida de accionar del individuo considerando el significado relacional que le atribuye a la situación, sus experiencias, vivencias y personalidad.

El estrés académico se presenta en tres momentos: en primer lugar el alumnado tras una valoración cognitiva considera que las situaciones y demandas académicas a las que es sometido son estresoras; posteriormente estos estresores provocan un desequilibrio sistémico que se manifiesta a través de síntomas físicos, psicológicos o comportamentales; finalmente este desequilibrio sistémico impulsa al estudiante a llevar acciones de afrontamiento para restablecer su equilibrio (Barraza, 2007) con la finalidad de alcanzar el éxito académico. El estudiantado de Economía se enfrenta al desafío de analizar de manera constante los fenómenos productivos y de los mercados a nivel nacional e internacional, así como el estado económico y social de un pueblo, nación u otras entidades con el fin de dar soluciones a los problemas económicos que plantea la economía mundial (Osorio-Caballero, 2024). Por otro lado, en los últimos semestres llevan a cabo las prácticas curriculares y el servicio social, junto con actividades escolares diarias como estudiar, realizar tareas y trabajos, adaptarse a las diferentes didácticas del profesorado y prepararse para la vida profesional.

Es por ello que surge el interés por estudiar el proceso de estrés académico que presenta el alumnado de la carrera de Economía por lo que, el objetivo de este estudio es conocer las manifestaciones del estrés académico y sus características mediante el nivel de estresores y síntomas, empleando estadística descriptiva e inferencial por universidad, género y semestre en estudiantes de esta carrera en dos universidades públicas en México.

Son diversos estudios los que permiten comprender los factores que inciden en el bienestar de la población universitaria, es por ello que se indagan algunos antecedentes referentes al estrés académico

en universitarios. Los estudios indican que la población universitaria percibe estrés de manera constante, constituyendo un fenómeno prevalente que se manifiesta mediante niveles de estrés, estresores y síntomas físicos, psicológicos y comportamentales. Bonifacio y Puris (2022) y Peña-Paredes et al. (2018) mediante un estudio descriptivo y transversal determinaron estrés moderado en el estudiantado de Economía, mientras que los estudios de Silva-Ramos et al. (2020), Barreto y Salas (2024) y Pérez et al. (2024) evidenciaron un nivel elevado de estrés en estudiantes de las carreras económico-administrativas. Sabino (2024) por su parte, encontró estrés moderado en el 69.9% de la población universitaria y estrés severo en el 17.3% del estudiantado.

Estos estudios evidenciaron que las principales situaciones estresoras son aquellas que se relacionan con la sobrecarga de tareas y trabajos (Barreto y Salas, 2024; Sabino, 2024), con las evaluaciones y exámenes (Moreno-Treviño et al., 2022; Barraza et al., 2019), con el tiempo limitado para llevarlos a cabo, la competencia entre pares (Barreto y Salas 2024), con el no entender los temas que se abordan en la clase, el tiempo limitado para hacer los trabajos (Barraza et al., 2019, Sabino, 2024); así como los estilos didácticos del profesorado (Sabino, 2024).

En cuanto a la manifestación sintomatológica de estas situaciones Moreno-Treviño et al., 2022 y Montiel-Cortés et al. (2020) a través de una investigación observacional, descriptiva, correlacional y transversal, evidenciaron que el estrés suele manifestarse mediante problemas de sueño, dolor de cabeza, inquietud y ansiedad, así como aumento o reducción de consumo de alimentos. Otros estudios similares de tipo descriptivo y correlacional transversal mostraron que la fatiga crónica o cansancio permanente fue el síntoma con

mayor manifestación (Moreno-Treviño et al., 2022; Barraza et al., 2019). Peña-Paredes et al. (2018), por su parte determinaron que los síntomas con mayor presencia fueron: la somnolencia o mayor necesidad de dormir y fatiga crónica; la inquietud, ansiedad, angustia o desesperación y sentimientos de depresión y tristeza, aumento o reducción de alimentos y desgano para realizar las tareas escolares. Mientras que Sabino (2024) encontró como síntomas recurrentes la sudoración en manos, los cambios de humor, así como los deseos de gritar, insultar o golpear.

En cuanto a las diferencias de la percepción de estrés por género se encontró que las mujeres son las que presentan mayor estrés (Barreto y Salas, 2024; Moreno-Treviño et al., 2022; Pérez et al., 2004).

## Método

La investigación tiene un enfoque cuantitativo, ya que busca describir a la población en cuanto a las puntuaciones de estrés académico, sus factores y las características de cada subgrupo dentro de la muestra (Abad et al., 2011). Es un estudio de tipo no experimental, descriptivo y comparativo. Posee un alcance descriptivo puesto que analiza el fenómeno del estrés y especifica sus características y propiedades (Hernández et al. 2014) y tiene un enfoque comparativo, puesto que contrasta los resultados de dos universidades públicas y es no experimental porque no se modifica el contexto ni la población estudiada para este estudio.

## Muestra

La muestra se conformó por un total de 63 estudiantes de la licenciatura de Economía de dos universidades públicas, de las cuales 44.4% fueron mujeres y 55.5% hombres: 44 estudiantes pertenecientes a la

Universidad Autónoma de Querétaro (UAQ) (38.6% mujeres; 61.3% hombres) y 19 estudiantes de la Universidad Juárez del Estado de Durango (UJED) (57.8% mujeres y 42.1% hombres). La edad promedio fue de 21.82 ( $DE = 2.59$ ).

Los criterios de inclusión para ser parte de la investigación fueron cursar la licenciatura de Economía, ser estudiante regular de quinto a octavo semestre, participación voluntaria en el proyecto de investigación mediante la firma de la carta de consentimiento informado. Los criterios de exclusión fueron contar con diagnóstico médico de trastorno de depresión o ansiedad.

## Instrumento

Para recabar la información se utilizó la técnica de la encuesta y se aplicó el Inventario de SISCO-41 adaptado del Inventario Estrés Académico SISCO-SV 21 (Barraza, 2018), validado por García et al. (2024). El inventario se conforma por tres apartados: 1) Datos sociodemográficos (licenciatura, semestre, género, edad, turno, diagnóstico de Trastorno de Depresión o Ansiedad); 2) Desempeño Académico (número de materias cursadas, materias reprobadas, promedio de calificaciones); y 3) Estrés Académico dividido en tres dimensiones: a) Estresores (11), Síntomas (21) y Estrategias de Afrontamiento (9). Las respuestas son tipo Likert con cinco niveles de respuesta (*nunca = 0, siempre = 5*). La distribución de ítems comprende siete factores: estresores relacionados al desempeño académico y estresores sobre la práctica docente; síntomas físicos, síntomas psicológicos, síntomas comportamentales, estrategias de afrontamiento centradas en la emoción, así como estrategias de afrontamiento centradas en el problema (García et al. 2024). El instrumento reportó una fiabilidad interna con un alfa de Cronbach 0.933, lo que la hace una

prueba confiable. Para la población específica de la carrera de Economía se hicieron las pruebas de fiabilidad dando para la UAQ una confiabilidad de .941 y para la UJED .966. Cabe mencionar que para este estudio únicamente se evaluaron las dimensiones de estresores y síntomas.

### **Procedimiento**

Primeramente, se realizaron las gestiones necesarias con los Directivos universitarios para la aplicación del Inventario, para ello se dio a conocer el proyecto del estudio, así como el soporte ético del mismo (confidencialidad y anonimato de datos, aprobación del Comité de Bioética y carta de consentimiento informado). Posteriormente, se presentó al alumnado el objetivo de la investigación, haciendo énfasis en el anonimato del estudio, la voluntariedad y uso ético de los datos una vez llenado el inventario. La aplicación se llevó a cabo en ambas universidades mediante un cuestionario de Google Forms de manera presencial. El análisis de datos se llevó a cabo en IBM SPSS v.26. Mediante la prueba de Kolmogorov-Smirnov y Shapiro-Wilk se determinó el tipo de muestra y los análisis correspondientes a esta.

### **Presentación y análisis de resultados**

Retomando el objetivo de este estudio, que fue conocer las manifestaciones del estrés académico y sus características mediante el nivel de estresores y síntomas, empleando estadística descriptiva e inferencial por universidad, género y semestre en estudiantes de la carrera de Economía de dos universidades públicas en México, se da cuenta de los resultados mediante un análisis comparativo por universidad del nivel de estrés, estresores y síntomas, asimismo, se analizan diferencias por semestre y género.

Cabe mencionar que los resultados de esta aplicación pertenecen a un proyecto de investigación más amplio que tiene por objetivo obtener la validación y confiabilidad del Inventario de Estrategias de Afrontamiento Académicas, es por ello que en este estudio no se consideró pertinente dar a conocer los resultados de esta dimensión, mismos que se expondrán una vez publicada la validez del instrumento.

#### **1. Análisis comparativo del nivel de estrés poblacional por universidad**

Para la obtención del nivel de estrés se retomó el Baremo establecido por García et al. (2024) para el SISCO-41 con cuatro niveles de estrés: 0% a 25% Nivel bajo, 26% a 50% Nivel moderado, 51% a 75% Nivel alto y 76% a 100% Nivel severo según los rangos intercuartiles.

Los resultados que se muestran en la tabla 1, indican que el estudiantado de Economía presenta un nivel de estrés alto siendo similar para ambas universidades 51.52% para la Universidad Juárez del Estado de Durango (UJED) y 51.19% para la Universidad Autónoma de Querétaro (UAQ). Respecto al nivel de estrés poblacional se da cuenta el 50% del estudiantado de la UAQ y el 34.6% de la UJED perciben un nivel alto de estrés; en cuanto al nivel de estrés severo, ambas universidades tienen datos semejantes (8% y 9% respectivamente).

Respecto a las dimensiones de estresores y síntomas, no se encontraron diferencias significativas, sin embargo, se observa que los estresores fueron más altos para la UJED ( $M=35.78$ ;  $DE=12.13$ ) que para la UAQ ( $M=30.52$ ;  $DE=12.66$ ). Respecto a los síntomas, éstos tuvieron un ligero aumento para la UJED ( $M=54.10$ ;  $DE=24.20$ ) respecto a la UAQ ( $M=53.75$ ;  $DE=25.13$ ), lo



**Tabla 1.** Frecuencias y porcentajes por nivel de estrés en ambas universidades

UAQ			UJED		
Estudiantes	Niveles de estrés	%	Estudiantes	Niveles de estrés	%
7	Bajo	15.9	16	Bajo	21.3
11	Moderado	25	27	Moderado	36
22	Alto	50	26	Alto	34.6
4	Severo	1.042	6	Severo	8

Fuente propia.

que indica que ambas universidades cotidianamente viven situaciones generadoras de estrés que se manifiestan con diversa sintomatología.

## 2. Análisis comparativo y descriptivo de la variante de estresores por universidad

La tabla 2 muestra la media y desviación estándar de cada ítem obtenida en la dimensión de estresores. Los que más afectan al estudiantado de la UAQ son los que tienen que ver con el desempeño académico, específicamente con las materias con fuerte contenido teórico y metodológico; lo que mayormente inciden en la UJED son los

estresores relacionados al profesorado como la personalidad y didáctica de personal docente y el nivel de exigencia de profesores. Ambas comparten los siguientes estresores en un nivel alto: las evaluaciones parciales y finales, la sobrecarga y limitación de tiempo para realizar trabajos escolares, así como la forma de evaluación del profesorado, respecto de esta variable, un dato significativo aquí encontrado fue la falta de asesoría y tutorías para el estudiantado de ambas universidades. Por último, vale la pena comentar que en las puntuaciones de estresores no hay diferencias significativas entre ambas universidades.

**Tabla 2.** Media por ítem de estresores en escala de estrés académico

ÍTEMS ESTRESORES	UAQ		UJED	
	ME	DE	ME	DE
EDA1. Sobrecarga y limitación de tiempo para realizar tareas y trabajos escolares	2.61	1.43	3.53	1.389
EDA2. Largas jornadas de clases	2.02	1.44	3.21	1.273
EDA3. Las evaluaciones parciales y finales	3.09	1.49	3.63	1.3
EDA4. Materias con fuerte contenido teórico	3.14	1.36	3.05	0.911
EDA5. Materias con fuerte contenido metodológico	3.07	1.44	3	1.054
EPD1. La personalidad y didáctica de algunos(as) docentes	2.91	1.46	3.68	1.455
EPD2. Tipo de trabajo que pide el profesorado (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)	2.48	1.21	2.79	1.273
EPD3. La forma de evaluación de los y las docentes (ensayos, trabajos de investigación, búsquedas en Internet, etc.)	2.82	1.42	3.21	1.653
EPD4. Falta de asesoría por parte de docentes	2.91	1.57	3.21	1.873
EPD5. Nivel de exigencia de docentes	2.73	1.68	3.37	1.3
EPD6. Falta de acompañamiento tutorial por parte de docentes	2.77	1.58	3.11	1.487

Fuente propia.

### 3. Análisis comparativo y descriptivo de la variante de síntomas por universidad

Como se expuso en el rubro de antecedentes y marco teórico, entre mayor sea el estrés de una persona, más tienden a ser los síntomas y el grado de los mismos ya sea que se manifiesten física, psicológica o comportamentalmente. En el estudio aquí realizado, se da cuenta en la tabla 3, que los síntomas físicos que se presentan en ambas instituciones son los problemas de sueño (UAQ:  $M=3.36$ ; UJED:  $M=3$ ), fatiga crónica (UAQ:  $M=2.66$ ; UJED:

$M=3.32$ ), alteraciones de apetito (UAQ:  $M=2.52$ ; UJED: 2.63); en los de tipo psicológico estuvieron: la ansiedad (UAQ: 2.73 UJED:3.16), los problemas de concentración UAQ: 3.05; UJED:2.95), la tensión corporal y emocional (UAQ: 2.68; UJED: 2.63), el sentimiento de no saber qué hacer (UAQ: 2.82; UJED: 3.05), la depresión y la tristeza (UAQ: 2.57; UJED: 2.53); en cuanto a los síntomas de tipo comportamental fueron el desgano para realizar trabajos escolares (UAQ 3.98; UJED:3.96) y la sobre exigencia personal para estudiar (UAQ: 2.57; UJED:2.53).

**Tabla 3.** Media por ítem de síntomas en escala de estrés académico

SÍNTOMAS	UAQ		UJED	
	ME	DE	ME	DE
SFR1. Dolor de cabeza	2.25	1.66	2.74	1.661
SFR2. Dolor de estómago	2.18	1.82	2.11	1.524
SFR3. Fatiga crónica (cansancio permanente)	<b>2.66</b>	1.87	<b>3.32</b>	1.416
SFR4. Alteraciones de apetito (exceso o falta de apetito)	2.52	1.72	2.63	1.739
SFR5. Problemas de sueño (dormir demasiado o falta de sueño)	<b>3.36</b>	1.54	3	1.886
SRP1. Problemas de concentración	<b>3.05</b>	1.57	<b>2.95</b>	1.682
SRP2. Sentimientos de depresión y tristeza	2.57	1.63	2.53	1.577
SRP3. Poca capacidad de disfrute, pérdida de interés y/o aburrimiento	2.82	1.69	2.21	1.653
SRP4. Ansiedad (inquietud, espera de lo peor), aprensivo (anticipación temerosa)	<b>2.73</b>	<b>1.66</b>	<b>3.16</b>	1.708
SRP5. Tensión corporal y emocional	2.68	1.68	2.63	1.739
SRP6. Miedos frecuentes	2.18	1.85	2.05	1.433
SRP7. Sentimiento de no saber qué hacer	2.82	1.77	3.05	1.433
SRP8. Malestar consigo misma (o)	2.52	1.82	2.63	1.739
SRP9. Inseguridad permanente	2.27	1.82	2.11	1.696
SRC1. Conflictos o tendencia a polemizar o discutir	2.07	1.47	2.37	1.535
SRP2. Enojos e irritabilidad permanente	2.3	1.39	2.37	1.606
SRP3. Tendencia al aislamiento	2.39	1.57	1.79	1.475
SRP4. Desgano para realizar las labores escolares	<b>2.98</b>	1.62	<b>3.26</b>	1.368
SRP5. Predisposición negativa sobre las exigencias académicas	2.41	1.63	2.68	1.376
SRP6. Baja de compromiso y responsabilidad con la escuela	2.43	1.68	2	1.563
7. Sobre exigencia personal por estudiar	2.57	1.62	2.53	1.645

Fuente propia.



#### 4. Análisis de varianza por género y semestre

Para conocer las diferencias existentes por género, se realizó la prueba T de Student para la UAQ, ya que las pruebas de normalidad indicaron que es una muestra paramétrica, además únicamente se compararon dos grupos, hombres y mujeres, de la cual se obtuvo que hay diferencias entre hombres y mujeres respecto a la dimensión de síntomas ( $p < .05$ ), siendo mayores para las mujeres ( $M = 60.4$ ) que para los hombres ( $M = 49.5$ ), no así para la dimensión de estresores ( $p > .05$ ), donde no se presentaron diferencias. Para la UJED se realizó la Prueba U de Mann-Whitney, ya que la muestra poblacional resultó ser no paramétrica y solo se compararon dos grupos, hombres y mujeres. Los resultados fueron similares, para la dimensión de síntomas se encontraron diferencias significativas ( $p > .05$ ) siendo mayor para las mujeres ( $M = 65.9$ ) que para los hombres ( $M = 37.8$ ). Lo que indica que los estresores tienden a manifestarse en mayor media en las mujeres.

Respecto a los estresores para la UAQ se realizó la prueba ANOVA por ser una muestra paramétrica y comparar los semestres de quinto a octavo, y para la UJED la prueba fue Kruskal-Wallis por ser una muestra no paramétrica, ambos resultados evidenciaron no existen diferencias significativas entre semestres ( $p > .05$ ).

#### Discusión

Los resultados indican que la población estudiantil de Economía, de acuerdo con el Baremo normativo de García et al. (2024), presenta un nivel de estrés alto para la UAQ y UJED 51.52% y 51.19% respectivamente, a diferencia de Montiel-Cortés et al. (2020), quienes evidenciaron un nivel de estrés del 41.7% y

Moreno-Treviño et al. (2022) obtuvieron una media de 2.92 lo que indica estrés moderado. Para Sabino (2024) el estudiantado universitario es una población susceptible a presentar estrés por la mayor cantidad de exigencias académicas, especialmente en periodos de exámenes; en este sentido, se concuerda con el hecho de que uno de los estresores más frecuentes fueron las evaluaciones parciales y finales, otros estresores relacionados al desempeño académico con puntuación elevada fueron la sobrecarga de trabajo y limitación de tiempo para realizar las tareas escolares. Pérez et al. (2024) menciona que las tareas por sí mismas no provocan estrés, sino el exceso de las mismas y la falta de organización para llevarlas a cabo.

En este estudio se integraron dos ítems relacionados a las materias con fuerte contenido teórico y fuerte contenido metodológico, indicadores que deben considerarse en nuevos estudios, puesto que son propios de esta investigación, mismos que pudieran explicarse desde la carga teórica o metodológica les puede generar el tipo y cantidad de información a asimilar, comprender e integrar a sus conocimientos profesionales.

Respecto a los estresores relacionados a la práctica docente, como ya se comentó los estresores más significativos fueron: personalidad y didáctica del profesorado, resultados semejantes fueron encontrados por Barraza et al. (2019); sin embargo, difieren con lo expuesto con Peña-Paredes et al. (2018) quienes encontraron bajo porcentaje para dicho estresor. García (2023) menciona que la situación educativa vivenciada en México se ha visto afectada por la calidad de los aprendizajes, la capacitación del personal docente y las prácticas docentes, mismos que pueden suscitar estrés en el estudiantado. Las

formas de evaluación del profesorado y la exigencia del profesorado también fueron estresores frecuentes (Barraza et al., 2019); la falta de asesoría fue un indicador que en este estudio resultó ser recurrente al respecto, Cano et al. (2023) mencionan que la tutoría es un proceso en el que se acompaña al estudiantado de manera personal y académica para la mejora de su rendimiento académico así como para apoyar en los problemas escolares que se presentan, en este sentido, se puede explicar el hecho de que para el estudiantado sea un factor que provoque estrés. Cabe mencionar que los ítems relativos a la práctica docente obtuvieron mayor puntuación para la UJED en comparación con los de la UAQ.

Ahora bien, estos estresores suelen manifestarse mediante una serie de síntomas, siendo los psicológicos los que se presentaron en mayor medida en el estudiantado de Economía, destacando los problemas de concentración, depresión y tristeza, ansiedad, tensión corporal y emocional, así como sentimientos de no saber qué hacer. Hernández-Arteaga y Sánchez (2024), mencionan que el estrés provoca una serie de reacciones negativas que impactan en la salud y bienestar del estudiantado. En cuanto a los síntomas físicos los que puntuaron más alto se relacionaron con los problemas de sueño, la fatiga crónica y alteraciones de apetito, resultados semejantes fueron encontrados por Barraza et al. (2019) y Peña-Paredes (2017). Dentro de las manifestaciones comportamentales Peña-Paredes et al. (2017), Barraza (2019) y Silva-Ramos et al. (2020), encontraron que el desgano para realizar las labores escolares es frecuente en población universitaria que padece estrés, mismo aspecto se encontró en este estudio. Otro dato encontrado en este estudio como generador de estrés fue la sobreexigencia por estudiar, el hecho de que los y las es-

tudiantes dediquen altas horas para prepararse para los exámenes, revisar sistemáticamente contenidos vistos en clase, hacer notas extras a las horas clase, significa también un foco de riesgo si es que no tienen las estrategias de afrontamiento para que no repercuta en su bienestar psicoemocional.

En torno a las diferencias de estrés relacionadas al género, en la dimensión de estresores no se encontraron diferencias significativas, lo que indica que tanto hombres como mujeres perciben de manera similar las exigencias y demandas académicas; en la dimensión de síntomas, las mujeres son más susceptibles a que el estrés se manifieste mediante diversos síntomas a diferencia de los hombres "las mujeres, por lo tanto, tienden a mostrar un mayor estrés ante las actividades que desarrollan en la escuela; este comportamiento se liga con los elementos que podrían generar estrés" (Pérez, 2004, p.11).

En este estudio no se encontraron diferencias significativas en cuanto al semestre cursado.

### Conclusiones y consideraciones finales

Considerando el objetivo de esta investigación y los hallazgos encontrados se concluye que el estudiantado de los últimos semestres de la carrera de Economía experimenta un nivel de estrés académico alto, debido a la afectación sintomatológica que se manifiesta por los diferentes estresores percibidos. El estrés podría explicarse ya que a partir de la mitad de la carrera en adelante, las presiones aumentan tanto por el estudio como por la dinámica propia de las prácticas, servicio social y vislumbrar a corto plazo que van a ser profesionales de egresados de la carrera de Economía.

Los estresores a los que se enfrentan cotidianamente son tanto de índole académico como los que

están relacionados a la práctica docente, ambos interaccionan en el ambiente áulico y pueden ser o no co-determinantes entre sí. Es decir, pueden presentar dificultades en la asimilación y comprensión del contenido las materias ya sean de carácter teórico, metodológico o mixto, con sobrecarga de tareas, trabajos o proyectos que realizar, horas de estudio para prepararse y presentar los exámenes y, puede complejizarse con el tipo de personalidad o tipo de didáctica del profesorado; lo que significa una fuente inagotable de estrés si no se ha preparado al estudiantado para afrontarlo asertivamente, es por ello que el papel de la asesoría y tutoría por parte del profesorado es fundamental para prevenir un cuadro complejo de estrés académico que menoscabe su integridad y bienestar psicosocial.

En ambas instituciones se presentaron una diversidad de síntomas tanto de tipo físico, psicológico y comportamental, lo que afirma el carácter sistémico del estrés. Es importante considerar que detrás de una manifestación sindrómica puede subyacer un complejo de factores causales que si no son atendidos a tiempo van a afectar la salud integral del estudiantado y por ende su desempeño académico, por lo que es conveniente no naturalizar el estrés tanto a nivel institucional como del alumnado.

Por otro lado, es necesario comentar que, aunque no se encontraron diferencias significativas en las puntuaciones de estrés, estresores y síntomas por semestre, el hecho de que hayan presentado un nivel alto de estrés presupone que es en los últimos semestres donde se agudizan las situaciones que pueden ser percibidas como generadoras de estrés, por lo

que se hace necesario comparar estudiantes de semestres iniciales, intermedios y finales de esta carrera.

En relación al factor de síntomas los más frecuentes fueron: problemas de sueño, fatiga crónica, problemas de concentración, ansiedad, desgano para realizar las labores escolares y sobre exigencia para estudiar.

Se encontró que en ambas instituciones se presentaron principalmente en un nivel alto con predominio en el género femenino. Aspecto también coincidente en la literatura revisada. Lo que abre la posibilidad de realizar investigaciones orientadas a investigar ¿Cuáles son las razones por las que se presenta con mayor incidencia en las mujeres?

Se concuerda con Barraza (2019) en que el estrés académico desde el modelo transaccional y sistémico cognoscitivista es un proceso dinámico de carácter adaptativo e individual; sin embargo, con este estudio también se puede decir que si bien es de carácter individual, éste permite la percepción colectiva del estudiantado en relación al proceso estresante y sus manifestaciones sintomatológicas.

Un posible sesgo de la investigación fue contestar por parte del alumnado en presencia de los y las colaboradoras de investigación, aunque esto permitió también aclarar algunas dudas que tuvieron al contestar.

Se considera que este estudio tuvo dos limitaciones: el número de participantes en la muestra fue bajo por lo que se sugiere realizar investigaciones con muestras mayores y la otra, fue el no presentar los resultados referentes a las Estrategias de Afrontamiento, aspecto que se debe publicar y articular con los resultados hasta aquí encontrados para explicar el proceso de estrés académico.

## Referencias bibliográficas

- Abad, F.J., Olea, J., Ponsoda, V. y García, C. (2011). *Medición en ciencias sociales y de la salud*. Editorial Síntesis.
- Barraza, A. (2007). El Inventario sisco de Estrés Académico. *Investigación Educativa Duranguense*, 2(7), 89-93. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/2358921.pdf>
- Barraza, A. (2007). El campo de estudio del estrés: del Programa de Investigación Estimulo-Respuesta al Programa de Investigación Persona-Entorno. *Revista Internacional De Psicología*, 8(02), 1-30. <https://doi.org/10.33670/18181023.v8i02.48>
- Barraza, A. (2018). *Inventario sisco sv-21. Inventario Sistemico Cognositivista para el estudio del estrés académico. Segunda versión de 21 ítems*. ECOFRAN file:///C:/Users/I.%20Gar-c%C3%ADa/Desktop/Mis%20documentos/CIPE/Inv%202022/SPSS\_Instrumentos/Proceso%20de%20Validacion%20del%20inventario%20Sisco%20de%20Barraza.pdf
- Barraza, A., García, L., Madero, A. y De León, F. (2019). El estrés académico en alumnos de odontología. *Revista Mexicana de Estomatología*, 6(1), 12-26. <https://doi.org/10.22201/facmed.20075057e.2020.35.20205>
- Barreto, B. y Salas, L.(2024). Estrés Académico y Comportamiento en los estudiantes de una Universidad Privada. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 8(4), 538-551. [https://doi.org/10.37811/cl\\_rcm.v8i4.12297](https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i4.12297)
- Bonifacio, M. y Puris, N. (2022). *Estrés académico y autoestima en estudiantes de la escuela de Economía de una Universidad en Pasco 2022*. [Tesis de grado]. Universidad Peruana Los Andes. <https://repositorio.upla.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12848/3843/TESIS%20FINAL.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Cano, S., Reyes, J., Rodríguez, I., Briseño, S., Tristán F. (2023). La asesoría académica en el aprovechamiento de los alumnos universitarios. *Pistas educativas*, 45(145), 3-16. <https://pistaseducativas.celaya.tecnm.mx/index.php/pistas/article/view/3048/2318>
- Cabanach, R., Cervantes, R., Doniz, L. y Rodríguez, C. (2010). Estresores académicos percibidos por estudiantes universitarios de ciencias de la salud. *Fisioterapia*, 32(4), 151-158. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0211563810000362>
- Cabanach, R., Souto, A., y Franco, V. (2016). Escala de Estresores Académicos para la evaluación de los estresores académicos en estudiantes universitarios. *Revista iberoamericana de psicología y salud*, 7(2), 41-50. en:<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2171206916300138>
- García, M. I., González, M., y Campos, M. (2024). El proceso de Estrés Académico en Estudiantes de Medicina de la Universidad Autónoma de Querétaro. Un estudio longitudinal. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 8(2), 416-436. [https://doi.org/10.37811/cl\\_rcm.v8i2.10479](https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i2.10479)
- García, M. L. (2023). El estrés académico en estudiantes universitarios: una problemática de atención en la Escuela Superior de Enfermería No. 4 de Taxco de Alarcón, Guerrero. *Revista Dilemas Contemporáneos: Educación, Política y Valores*, 3(4), 1-24. <http://www.dilemascontemporaneoseducacionpoliticayvalores.com/>

- Hernández-Arteaga, L. y Sánchez, M. (2024). Estrés y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *RIDE. Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*, 15(29), e787. Epub 11 de abril de 2025. <https://doi.org/10.23913/ride.v15i29.2200>
- Hernández, R, Fernández, C. y Baptisa, M. (2014). *Metodología de la investigación*. Mc Graw Hill Education
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (2024, febrero 28). Indicadores de bienestar autorreportado en la población urbana. [Nota de prensa]. [https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/boletines/2024/biare/biare2024\\_Ene.pdf](https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/boletines/2024/biare/biare2024_Ene.pdf)
- Lazarus, R. y Folkman, S. (1991). *Estrés y procesos cognitivos*. Martínez Roca.
- Montiel-Cortés, M., Pérez-Arrieta, M., y Sánchez-Monroy, V. (2020). Estrés en estudiantes universitarios del área de Ciencias Sociales en la Ciudad de México. *Revista de Psicología y Ciencias del comportamiento de la Universidad Académica de Ciencias Jurídicas y Sociales*, 11(1), 19-33. <https://revistapcc.uat.edu.mx/index.php/RPC/article/view/372>
- Moreno-Treviño, J., Hernández-Martínez, J. y García-Gallegos, A. (2022). Estrés académico de estudiantes universitarios de Economía: estresores, síntomas y estrategias. *Revista de educación y desarrollo*, 60(3), 19-27. [https://www.cucs.udg.mx/revistas/edu\\_desarrollo/antecedentes/60/60\\_Moreno.pdf](https://www.cucs.udg.mx/revistas/edu_desarrollo/antecedentes/60/60_Moreno.pdf)
- Organización Mundial de la Salud. (2023, febrero 21). Estrés. <https://www.who.int/es/news-room/questions-and-answers/item/stress>
- Osorio-Caballero, M. (2024). La UNAM: noventa y cinco años de la licenciatura en economía. Un análisis desde los temas de comercio. *Economía Informa*, 448, 4-17. [https://www.economia.unam.mx/assets/pdfs/econinfo/448/01Osorio\\_Caballero.pdf](https://www.economia.unam.mx/assets/pdfs/econinfo/448/01Osorio_Caballero.pdf)
- Parra A. y Pino, E. (2024). El estrés académico en los universitarios. *Revista Científica Y Arbitrada De Ciencias Sociales Y Trabajo Social*, 7(13), 31-47. <https://doi.org/10.56124/tj.v7i13.003>
- Peña-Paredes, E., Mendoza, L., Cabañas, R., Avila, L. y Sales, K. (2018). Estrés y estrategias de afrontamiento en Estudiantes de Nivel Superior de la Universidad Autónoma de Guerrero. *NURE investigación: Revista Científica de enfermería*, 15(92), 1-8. En: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6279759>
- Pérez Fernández, A., Martínez Luis, D., & Torres Tello, G. P. (2024). La percepción del estrés académico en estudiantes universitarios y su forma de afrontarlo. *RIDE. Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*, 15(29).
- Sabino, C. (2024). Características del estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios. *Revista Médica Basadrina*, 18(1), 27-36. <https://doi.org/10.33326/26176068.2024.1.1983>
- Silva-Ramos, M., López-Cocotle, J., Meza-Zamora, M. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Investigación y Ciencia*, 28(79), 75-83. <https://investigacion.uaa.mx/RevistalyC/archivo/revista79/Articulo%208.pdf>