



Capítulo 3

Estrés académico en estudiantes universitarios durante la pandemia covid 19

Dr. Eddy Eugenio García García¹

Mg. Dino Fernando Mosquera Torres²

Mg. Martin Castro Santisteban³

Mg. Edith Honorina Jara Ames⁴

Mg. Milagros Silvia Ordinola Villegas⁵

1 (ORCID: 0000-0003-3267-6980)

2 (ORCID: 0000-0003-3396-5987)

3 (ORCID: 0000-0002-8882-6135)

4 (ORCID: 0000-0002-4180-9418)

5 (ORCID: 0000-0002-3253-159X)

Resumen

El estudio fue desarrollado con estudiantes de diversos campus universitarios de una universidad privada peruana a fin de conocer la prevalencia del estrés académico durante la pandemia y su relación con factores sociodemográficos. Se aplicó el Inventario SISCO SV-21 de Barraza (2018) y una ficha sociodemográfica. En los resultados se encontró nivel severo de estrés académico al igual que en sus dimensiones estresores y estrategias de afrontamiento, mientras que en la dimensión síntomas del estrés en nivel moderado. En relación a variables sociodemográficas se identificó que el estrés se encuentra asociado al sexo, años de estudio, facultad y edades de los estudiantes.

Introducción

La vida universitaria para el estudiante durante la pandemia no ha sido una tarea fácil. Desde la disrupción de las clases presenciales a causa de la COVID 19 (Chiparra et al., 2020) a la modalidad de enseñanza-aprendizaje basada en las TICS (García, 2020) donde los estudiantes tenían que adaptarse a las nuevas estrategias de enseñanza-aprendizaje y a clases mediadas por la tecnología online como son el Zoom, Meet, WhatsApp, etc. (Chakraborty et al., 2021).

Asociados a las dificultades en la conectividad, acceso y recursos, así también a las horas prolongadas de exposición a las computadoras, laptops, celulares, etc. sumado a ello; los factores personales, familiares y sociales. (Gallardo-Echenique et al., 2020) terminó generando en los estudiantes universitarios peruanos una alta prevalencia de estrés académico durante la pandemia (Estrada Araoz et al., 2021). Estas condiciones de tecnoestrés generaron preocupación por afectar el estado emocional de los estudiantes (Álvarez-Risco et al., 2021),

En tal sentido, como propósito del estudio se planteó conocer el nivel del estrés académico en los estudiantes universitarios durante pandemia y, desde la investigación podemos prevenir consecuencias en los futuros profesionales. Se presenta en un enfoque cuantitativo, no experimental correlacional, transeccional.

Desarrollo

Investigaciones realizadas a nivel internacional como en España Marco et al. (2022) quienes estudiaron para analizar el nivel de estrés académico en universitarios, además identificar a principales estresores, sintomatología que se asocia a estrés que adopta cada género. Analizó a 351 estudiantes universitarios (211 mujeres) usando el Inventario Sistemático Cognoscitivista (SISCO) para Estrés Académico adaptado para tiempo de COVID-19. Finalmente resultó que hay significativas diferencias entre nivel de estrés y aquellas variables que con este se relacionan tanto en varones y damas, siendo estas últimas con mayor nivel de estrés. Y se hallaron también diferencias al elegir estrategias de afrontamiento usadas por damas y varones. Concluyen, que estadísticamente son significativos los resultados en cuanto a diferencias del nivel de estrés según género de estudiantes universitarios.

Por otro lado en Ecuador, Chávez et al. (2021) se enmarcan en el objetivo de tener conocimiento de factores que determinan el estrés en universitarios y un análisis para conocer las influencia en el desempeño académico. Se realiza con enfoque mixto, descriptivo, transversal, de campo, documental; donde identifican los factores de estrés y como afectan. Dando como resultados, un 57% manifestó que la educación virtual es extremadamente estresante, a 70% les afectó la educación virtual y están estresados, 72% deseó el regreso a la educación presencial, 88% afirmaron que las tareas generan mayor estrés, 86% manifestó que su rendimiento académico fue afectado por la pandemia, siendo la economía y problema familiar son generadores de mayor nivel de estrés. Concluyen que la educación virtual provocó en estudiantes universitarios que los niveles de estrés les afecten durante la pandemia, lo cual impactó en lo psicológico, cognitivo y conductual.

En el ámbito peruano Estrada et al. (2021) plantearon como fin el determinar sobre prevalencia del estrés académico en estudiantes de educación en una universidad peruana en tiempos de pandemia

de COVID-19. El método comprende un enfoque de tipo cuantitativo, de diseño no experimental y de nivel correlacional. De muestra incluyó a 172 estudiantes aplicando SISCO para Estrés Académico, así como ficha de datos sociodemográficos. Presentan a estudiantes con elevados niveles de estrés académico determinando asimismo que dicha variable está asociada de manera significativa al grupo etario, sexo y año de estudios. : Se deben aplicar estrategias psicoeducativas las cuales disminuyan la prevalencia del estrés académico y así mejoren su calidad de vida.

Si bien es cierto para el estudiante la pandemia trastocó su vida académica tornándose en una actividad muy difícil a partir de la interrupción de clases presenciales y adaptación a una situación desconocida para muchos como son la virtualidad causada por COVID 19 (Chiparra et al., 2020) y además la implementación de la educación por televisión (Narvárez & Tufiño, 2020) como modalidad de enseñanza-aprendizaje que se basa en TICs; lo que sigue llevando al estudiante universitario a que viva en estrés académico causado por la continua exposición a plataformas educativas (Berrío-Quispe et al., 2021).

El Estrés académico empezó a expresarse en universitarios por que se adaptaron a estrategias nuevas de clase media por tecnología online (Chakraborty et al., 2021). Esto es, tecnología online que ofrecieron plataformas educativas como Zoom, Meet, Blackboard, WhatsApp, etc. la misma que acabó generando en estudiantes universitarios peruanos una prevalencia alta de estrés académico en pandemia del COVID-19 (Estrada, 2021)

Es así que, los estudiantes se enfrentaron en lo particular a la conectividad a clase y accesibilidad dependiendo absolutamente del internet y el celular, que inicialmente; presentaron dificultades al usarlos, acceso, conectividad y recursos (Perez-Siguas et al., 2020). Gallardo-Echenique et al. (2020), en su estudio, donde entrevista a estudiantes universitarios del primer año de una universidad privada de la ciudad de Lima sobre cómo utilizan las tecnologías digitales en su vida social y académica refieren que el cambiar la

didáctica con nuevas estrategias de enseñanza-aprendizaje generó mayor sobrecarga académica con prolongadas horas de estudio sentados exponiéndose continuamente a la PC, laptops, celulares, entre otros promovieron el estrés en estudiantes universitarios, y a ello se suma los factores familiares, personales, y sociales que finalmente

Todo esto nos conlleva además a realizar el análisis del tiempo de utilización y patrones del consumo de internet en estudiantes universitarios, es así que Ruiz-Palmero et al. (2021) en un estudio longitudinal, antes y durante la pandemia, con estudiantes universitarios de la facultad de educación de la universidad de Málaga en España evidenciaron que durante la pandemia, en donde se acentuaron limitaciones en cuanto a movilidad además de las interacciones sociales, incidieron un crecimiento de la problemática en cuanto a las TICS, tanto como internet, los teléfonos móvil, videojuegos, mensajería instantánea además de redes sociales, indicando que dichas conductas que no eran consideradas problemáticas ni de alto riesgo antes del confinamiento pasaron a considerarse de alto riesgo por el uso continuo, abusivo y de carácter problemático sobre todo los videojuegos.

Se ha realizado indagaciones en otros estudios sobre la materia apreciándose, que los resultados en la Universidad de Málaga se trasluce también en otros países, además de España en Venezuela, Ecuador, Chile, Guatemala, México y Perú; pero que adicionalmente va depender de los hábitos sociales muy particulares, nivel cultural y educación que presenta específicamente cada país, no obstante, se llega a evidenciar por análisis que hay una integración de TIC mayor en las universidades en el marco del paradigma digital y virtualización de la educación superior universitaria de habla hispana (Gómez-Galán et al., 2020).

Todo esto indica que los estudiantes universitarios de lengua hispana, al exponerse de manera obligatoria al uso de herramientas digitales, al inicio generaron desajustes en su adaptación, pero después han desarrollado patrones de comportamiento nuevos

(Villasol, 2021). Este factor ayuda al estudiante manejar el estrés que actualmente se demuestra de forma severa o alta. Como se evidencia en el estudio que se realiza en estudiantes de posgrado; donde sobresale estrés académico con 93,3% y nivel de estrés severo 29,0%; por sobrecarga diarias de actividades académicas (Tafur-Mendoza et al., 2020)

Son estas condiciones que generan preocupación a estudiantes, también a docentes, así como gestores de educación incluyendo profesionales de salud y otras áreas. Ya que afecta el estado emocional de estudiantes el tecnoestrés (Álvarez-Risco et al., 2021) Y debemos desde la investigación prevenir consecuencias en los futuros profesionales. Es así que, esta investigación tuvo el propósito delimitar el nivel del estrés académico en estudiantes de investigación formativa de pregrado durante pandemia COVID 19.

Estrés académico

La comprensión conceptual y metodológica con relación al estrés académico en la investigación formativa no ha sido exenta en su comprensión por parte de los estudiosos (Rojas, Martínez, & Riffo, 2020) Por medio del presente estudio se busca establecer criterios para comprender el estrés académico en la investigación formativa. Así, el estrés académico en estudiantes de investigación formativa en pregrado se presenta porque buscan adaptarse a presiones internas o externas, puesto que deben entregar un producto de investigación (Barraza, 2009). Esta se traduce en un requisito para aprobación del curso. Así, la respuesta psicológica, fisiológica o emocional que brindaron los estudiantes se debe a que intentan adaptarse a presiones académicas internas o externas de la investigación formativa.

Barraza (2009) manifiesta que “estrés significa un proceso que tiene rasgos de adaptación”. La misma presenta con intensidad en la educación universitaria y media con estudiantes porque la exigencia de reportar notas de proceso y avance del producto de investigación genera constante presión.

Así, el estrés académico en estudiantes de investigación formativa del pregrado universitario se determina por muchos estresores entre los que sobresalen: tareas académicas, tiempo limitado para el estudio, sobrecarga de trabajos, exámenes y horas de clases (Alfonso, *et al.*, 2015). Y en cuanto a educación online; se añade la conectividad, accesibilidad y uso de recursos de las plataformas educativas (Araoz *et al.*, 2021). Dicho esto, durante el periodo del confinamiento se ha podido evidenciar que hay influencia del estrés en el rendimiento académico (Espinosa Castro *et al.*, 2020)

Se considera estrés académico a problemas que se considera patologías personales como enfermedad cardiovascular, diabetes, problemas de peso, trastornos de sueño, ansiedad y otros (Berrío-Quispe *et al.*, 2021). El nivel de estrés por procesos de investigación académica debe ser objetiva, metódica y verificable. Hace que estudiantes universitarios de investigación formativa se expongan a estrés constante.

Los estudiantes universitarios durante el aislamiento social estuvieron expuestos a mayor ansiedad por COVID -19 y a menor salud mental (Vivanco-Vidal *et al.*, 2020). En tal sentido, estos estresores afectaban a los estudiantes universitarios que cursaban los cursos de investigación formativa porque conllevaba en la vida cotidiana la exposición a contagiarse. Y porque en mayor medida estaban expuestos los universitarios vulnerables.

Estrés en estudiantes de investigación

El estrés académico en estudiantes de investigación formativa afecta a grupos etarios y durante el proceso que se da la investigación. Y se considera que en la investigación formativa los estudiantes universitarios expresan su nivel de estrés en tres fases:

Primero: Cuando los estudiantes se someten al inicio de la investigación formativa a un conjunto de exigencias y demandas académicas propios del curso de metodología de la investigación.

Exigencias como revisar las pautas, criterios, esquemas, términos, búsqueda de antecedentes, leer los artículos especializados en las revistas científicas, etc.

Segundo: Cuando tienen que presentar sus productos de investigación durante el proceso educativo como parte de su reporte de avance. Las mismas que se manifiestan por varios síntomas o reacciones. Muchos estudiantes expresan tener estresores físicos (fatiga, insomnio, onicofagia, dolor de cabeza, dolor abdominal o somnolencia), psicológica (inquietud, ansiedad, angustia, depresión e irritabilidad) y comportamental (aislamiento, desgano, conflictividad o desorden alimenticio).

Tercero: En la exposición final de sus trabajos de investigación. Los estudiantes presentan momentos de desequilibrio emocional; provocando reacciones diversas, estilos de afrontamiento y estrategias de búsqueda de equilibrio (Bedoya, 2014).

Estrés por la investigación formativa remota

En el contexto de la educación remota de emergencia (Hodges et al., 2020), en la cual los estudiantes de investigación formativa del pregrado tuvieron que adaptarse al cambio de modalidad, debido a crisis por pandemia, la cual conllevó a generar estrés en estudiantes y docentes de investigación. Debido a que se tuvo que migrar a la educación a distancia de emergencia; a la que muchos no estaban acostumbrados. Porque tuvieron que adecuarse a múltiples retos como estudiar desde una plataforma, adecuar un ambiente de estudio, tener una conectividad apropiada, contar con los dispositivos tecnológicos y saber utilizar tecnologías en el proceso educativo de la investigación (Sánchez, 2020) Este hecho generó en estudiantes y docentes de investigación formativa estrés por los “días extraños” que se vivía (Eva, 2020)

Muchos docentes y estudiantes como un efecto adverso a la investigación remota de emergencia no solo desarrollaron “covid-

pedago-phobia”(Eachempati & Ramnarayan, 2020); sino también empezó a verse lo que llamaríamos “ciencia bajo estrés” (Estrada, 2020).

En cuanto a los modelos teóricos tenemos el Modelo Sistémico-Cognoscitivista del estrés académico, el cual es reducción de estructura compleja y dificultosamente factible para el contexto, fácil estructura de manejar intelectualmente y percibir (Barraza, 2006). Explicando este modelo, Barraza (2006) se basó en dos supuestos, uno de perspectiva sistémica y otro de perspectiva cognoscitivista: Primero, un supuesto sistémico, se postula que un ser humano, es sistema abierto, relacionado al medio en continuo flujo de ingreso (input) y salida (output) con el cual alcanza el equilibrio sistémico. Refiriendo que el sistema es identificado como elementos en conjunto con estrecha relación entre ellos y estos buscan varios objetivos. Relación entre sistema y entorno que se caracteriza como red que se estructura bajo representación input-output. Input es importación de recursos requeridos para iniciar el ciclo de actividad de un sistema y output es salidas del sistema. La relación (input-output) se complementa por la retroalimentación, que es mecanismo del sistema abierto, el cual recopila información de los efectos de internas decisiones del entorno y permite al sistema que regule comportamientos. Finalmente, al variar las condiciones ambientales, actúa el ser humano por medio de compensaciones externas como internas al sistema, Estas bloquean, sustituyen, modifican o complementan los cambios para mantener el equilibrio sistémico.

Segundo, un cognoscitivista supuesto adiciona la explicación de lo que ocurre en el sistema, la misma referida a procesos internos entre entrada y salida. El primer componente es inicial situación en donde se producen acontecimientos, sea este peligroso o perjudicial; el segundo componente es interpretar el acontecimiento, así el sujeto valora y percibe como tal; y tercer componente involucra en el organismo activación, respondiendo así la amenaza.

El sujeto puede hacer la valoración, de tres formas: neutra, en la cual el acontecimiento no involucra al sujeto ni es obligado a actuar; positiva, donde se valoran los acontecimientos de forma favorable manteniendo así el equilibrio y se tiene para actuar los recursos; y negativa, donde se valoran los acontecimientos como pérdida, amenaza o desafío, en cuanto a recursos propios del sujeto, los mismos que son considerados desbordados, provocando necesariamente desequilibrio. En cualquier caso, el sujeto se ve obligado a actuar. Si no hay equilibrio entre acontecimientos llamados estresante y algún recurso que dispone el sujeto, el estrés va a sobrevenir obligándola a usar diversas estrategias de afrontamiento. Siendo, respuestas en conjunto, conductuales o cognitivas, que un sujeto ante el estrés realiza, con objeto de neutralizar o manejar la estresante situación.

Explicando el modelo sistémico-cognoscitivista que se aplica al estrés académico, Barraza (2006) señaló el gráfico siguiente.

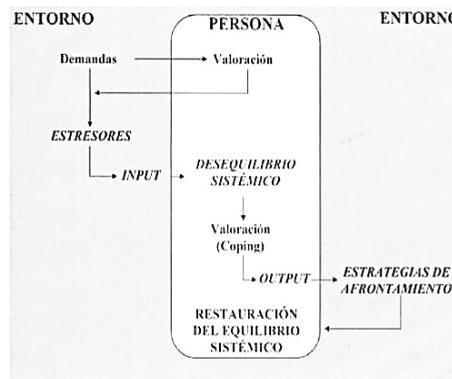


Figura 1. Representación del modelo sistémico cognoscitivista para el estudio del estrés académico.

Fuente: Barraza Macías (2006)

El entorno le plantea al estudiante un conjunto de demandas que son sometidas a un

Figura 1. Modelo sistémico cognoscitivista que estudia el estrés académico.

Fuente: Barraza (2006)

El ambiente al estudiante le plantea un grupo de demandas que se someten al proceso de valoración que un estudiante subjetivamente realiza, si el estudiante las considera, es así que sus recursos propios los desbordan y a la vez los valora como estresores. Dichos estresores en la entrada del sistema se constituyen (input), y ocasiona desequilibrio en lo que respecta a la relación estudiante con lo que es su entorno. Este desequilibrio sistémico da lugar a una segunda valoración como proceso para tener capacidad de afrontamiento (coping) de situaciones estresantes, esto determinará la forma para afrontar mejor el escenario estresante. Seguidamente el sistema (persona) actúa o responde con estrategias de afrontamiento (output) a demandas en el entorno, si tiene éxito la estrategia de afrontamiento aplicada, resulta exitosa, por tanto, su equilibrio sistémico se recupera, de lo contrario, es decir no es exitosa, el sistema realiza el tercer proceso de valoración el mismo que conlleva al ajuste de estrategias de afrontamiento con la cual se logre el éxito que espera el estudiante.

Berrio & Mazo (2011) recopilaron los estudios realizados en cuanto a estrés académico

Estudio	Lugar	Muestra	Medidas	Resultados
Celis et al. (2001)	Perú	98 estudiantes cursando el 1° y 6° año en Medicina.	Inventario Ansiedad Estado Rasgo Inventario Estrés Académico	Halló mayor nivel de ansiedad en estudiantes de 1° año comparado con alumnos de 6° año, y los resultados son significativos. Situaciones principales que generan estrés son la sobrecarga académica, el poco lapso de tiempo que debe realizar tareas y para realizar los exámenes.

Pellicer, Salvador y Benet (2002)	España	13 estudiantes quienes llevarían a cabo una prueba de Selectividad para la Universidad	State-Trait Anxiety Scale (STAI-R y STAI-E) Escala Acontecimiento Vital Estresante (ESE) Perfil Estado de Ánimo (POMS) Escala de Ansiedad por Tests Autoinforme de estrés percibido Medida de variables inmunológicas	Se demuestra la ampliación significativa en cuanto a ansiedad y disminución significativa en cuanto a respuesta inmune. Halló efecto modulador en cuanto a ansiedad-rasgo.
Barraza (2004)	México	60 estudiantes en programa de Maestría	Cuestionario estrés académico	Estudiantes en postgrado dicen que presentaron nivel alto de estrés medianamente; atribuye un nivel de estrés por la sobrecarga de tareas y el limitado tiempo para realizar sus trabajos; síntomas indicadores de estrés son problema al concentrarse y trastorno de sueño: alumnos se esfuerzan para enfrentarlo y razonan y se calman y aumentan su actividad.
Misra y Castillo (2004)	EE.UU.	392 estudiantes norteamericanos y extranjeros pertenecientes a dos universidades.	Cuestionario información Demográfica Escala Estrés Académico	Hay diferencia cultural en lo que es percepción y manejo de estrés, ya que estudiantes de Norteamérica manifiestan más estrés que extranjeros.
Barraza (2005)	México	356 alumnos de instituciones de educación media superior	Cuestionario estrés académico	86% estudiantes de educación media superior admiten estrés académico entre enero a junio del 2004. Estrés de nivel alto medianamente. Y atribuyen el nivel de estrés académico a la responsabilidad excesiva para cumplir obligación escolar, sobrecarga de tareas, evaluación por parte de docentes y trabajo solicitado.

<p>Bedoya, Perea & Ormeño (2006)</p>	<p>Perú</p>	<p>118 estudiantes de 3er y 4to año pertenecientes a la Facultad de Estomatología Universidad Peruana Cayetano Heredia</p>	<p>Cuestionario que Evalúa variables como: Situación generadora de estrés (estresores). Reacción o síntomas físicos ante estrés. Reacción o síntoma psicológico ante estrés. Reacción o síntoma comportamental ante estrés. Percepción subjetiva de estrés.</p>	<p>Se revela un 96,6% de estudiantes reconocen un estrés académico, de 3er año presentó nivel más alto. Mujeres con nivel más bajo de estrés que los varones. Situación generadora de estrés se consideró para cumplir actividad, sobrecarga de tarea y responsabilidad de cumplir obligación académica. Manifestación comportamental, física y psicológica se dan mayormente en varones; y son las psicológicas, con mayor intensidad y presencia en ambos sexos y años de estudios. Halló un nivel de estrés académico relacionado de forma positiva con situaciones que la generan y manifestación física y psicológica; y de forma negativa se relaciona con comportamientos indagados.</p>
<p>Barraza (2005)</p>	<p>México</p>	<p>356 estudiantes de institución de educación media superior</p>	<p>Cuestionario estrés académico</p>	<p>86% de estudiantes de educación media superior dicen que tuvieron estrés académico en el semestre enero a junio del 2004. Estrés nivel mediano alto. Alumnos atribuyen un nivel de estrés académico a exceso de responsabilidad para cumplir con obligación escolar, sobrecarga de tarea y trabajo escolar, evaluación de profesores y tipo de trabajo.</p>
<p>Bedoya, Perea & Ormeño (2006)</p>	<p>Perú</p>	<p>118 estudiantes de 3er y 4to año Facultad de Estomatología Universidad Peruana Cayetano Heredia</p>	<p>Cuestionario para evaluar variables: Situación generadora de estrés (estresores). Reacción o síntoma físico ante estrés. Reacción o síntoma psicológico ante estrés. Reacción o síntoma Comportamental ante estrés. Percepción subjetiva del estrés</p>	<p>Resulta un 96,6% de alumnos reconocen la presencia de estrés académico, siendo alumnos de 3er año quienes presentaron niveles más altos. Mujeres presentaron nivel más bajo de estrés comparado con varones. Situación que generan estrés mayormente el tiempo para cumplir actividad, sobrecarga de tarea, y responsabilidad en cumplir. Manifestaciones psicológicas, físicas y comportamentales que se presentan más rigor en varones; psicológicas, de más presencia en damas y varones, así como años de estudios. Al final, se halló un nivel de estrés académico relacionado positivamente con situaciones generadoras y manifestación física y psicológica; se relacionó negativamente con algunos comportamientos.</p>

Barraza y Acosta (2007)	México	319 estudiantes de enseñanza media superior	Cuestionario estrés académico	Frecuencia (52%) e intensidad (58%) de estrés en alumnos reporta nivel medianamente alto.
Barraza y Silerio (2007)	México	623 estudiantes de media superior de 02 colegios distintos	Inventario SISCO Estrés Académico	El perfil descriptivo del estrés académico es similar en ambas instituciones, y tiene un rol modulador e interviniente sobre indicadores empíricos, componente o aspecto de estrés académico
Caldera, Pulido y Martínez (2007)	México	115 estudiantes de Psicología	Inventario Estrés Académico (IEA)	No se muestra relación significativa entre nivel de estrés y rendimiento académico de estudiantes, manifestando interesantes tendencias las mismas que conllevan a profundizar acerca del tema
Martín, 2007	España	40 estudiantes en 4º semestre de Psicología, Ciencias Económicas, Filología Inglesa y Filología Hispánica	Escala de Apreciación de Estrés (EAE-G) Cuestionario Indicadores de Salud Escala Autoconcepto Académico	Demuestra aumento de nivel de estrés durante examen. Hay diferencia significativa en lo que es nivel de estrés alcanzado por estudiantes de Psicología en lo que es Filología Hispánica en dos períodos analizados. Se hallaron efectos en salud y en autoconcepto académico del estudiante en el período de presencia del estresor.
Barraza (2008)	México	152 estudiantes de Educación	Inventario SISCO de Estrés Académico	95% de estudiantes con estrés académico ciertas veces, de intensidad medianam alta. Variables género, estado civil, sostenimiento institucional, efecto modulador en estrés académico.
Feldman y cols. (2008)	Venezuela	321 alumnos en carreras técnicas	Cuestionario estrés académico Cuestionario apoyo social Cuestionario salud general de Goldberg (GHQ)	Condición de salud mental favorable se asocia con más apoyo social y menos estrés académico. En sexo femenino, más intensidad del estrés asociado a menos apoyo social de amistades, en varones se relaciona con menos apoyo social de personas allegadas, y menos apoyo en general. Los dos con mejor rendimiento si el estrés académico es mayor y apoyo social de personas cercanas si es moderado.
Pardo (2008)	España	138 estudiantes de 1er y 3er curso de Diplomatura de Educación Social	Escala Estresores Universitarios (EEU) Escala Salud Autoinformada	Estresores de EEU con frecuencia alta. Pero, el malestar que genera el estresor tiene nivel medio.

Román, Ortiz y Hernández (2008)	Cuba	205 estudiantes 1er año de Medicina	Inventario Estrés Autopercebido	Estrés académico como fenómeno de alta frecuencia, predominio en mujeres. El proceso multidimensional y complejo con manifestación fisiológica, conductual y cognitivo-afectiva, asociadas, moderadamente, a variables como resultado académico. Principal estresor es la gestión del proceso docente, organización de docentes (cronograma), currículo y proceso (evaluación de aprendizaje, modelo pedagógico, métodos y técnicas) unidad estratégica.
Barraza (2009)	México	243 alumnos de licenciatura Universidad Pedagógica de Durango	Inventario SISCO de Estrés Académico Escala Unidimensional de Burnout Estudiantil	Se afirma un estrés académico influyente en el burnout en estudiantes.
Gutiérrez, Londoño y Mazo (2009)	Colombia	604 estudiantes Universidad Pontificia Bolivariana	Inventario Estrés Académico	Estudiantes de 9no semestre con elevados puntajes de estrés académico, y mayor nivel de estrés académico pertenecientes a ciencias de la salud y educación
Berrío y Mazo, (2011)	Colombia	642 estudiantes Unidades Académicas Universidad de Antioquia	Inventario Estrés Académico	Se obtuvo datos con variables Género, Unidad Académica y Nivel de Estudio. No hubo diferencia significativa en estrés académico según género. Unidades Académicas con más nivel de estrés académico se tiene Enfermería e Ingeniería y menos puntaje Bibliotecología y Educación Física. En cuanto a nivel de estudio el estrés mayor se dio en el 9no semestre.

Material y método

Diseño

Enfoque cuantitativo, se recolectó, así como se analizó datos se basó en el uso de la estadística para evaluar la muestra de estudio. Asimismo, el diseño considerado fue no experimental correlacional transeccional, es decir se limitó a la observación del fenómeno bajo estudio y no se produjo la manipulación de la variable, se evaluó la asociación entre el estrés académico y variables sociodemográficas, además, por la forma como fueron recolectados los datos se realizó en un tiempo único (Hernández y Mendoza, 2018).

Participantes

La población que se consideró en este estudio correspondió a 421 participantes universitarios de una universidad privada peruana. De modo que, la muestra coincidió con la población, tratándose de muestreo de tipo no probabilístico, esto es, por conveniencia. Del total de estudiantes que participaron como semilleros en las actividades de investigación, el 75,5% eran mujeres y el 24,5% restante eran hombres. Asimismo, en cuanto al año de estudios, el 28,5% se hallaban cursando tanto el tercero como el cuarto año, mientras que el 16,9% estaban en el quinto año y el 6,2% en el sexto año.

Adicionalmente, el 4,0% estaban en el primer año, mientras que, el 15,9% en el segundo año. Respecto a las carreras profesionales afines, del total de estudiantes, el 68,6% cursaban ciencias médicas, mientras que el 18,1% lo hacían en ciencias empresariales. De otra parte, el 10,5% eran de ingeniería y el 2,9% estudiaban derecho y humanidades.

Por último, en cuanto al grupo etario el 52,3% tenían edades entre los 20 y 24 años, mientras el 20,2% oscilaban sus edades entre los 15 y 19 años. Adicionalmente, el 15,9% tenían edades entre los 25 y 29 años, en tanto el 6,7% tenían edades que estaban entre los 30 y 34 años y, el 5,0% con 35 a más años (tabla1).

Tabla 1. Características sociodemográficas de muestra

Variables		n = 421	%
Sexo	Femenino	318	75,5
	Masculino	103	24,5
Año de estudios	Primero	17	4,0
	Segundo	67	15,9
	Tercero	120	28,5
	Cuarto	120	28,5
	Quinto	71	16,9
	Sexto	26	6,2
Carreras profesionales afines	Ciencias empresariales	76	18,1
	Ingeniería	44	10,5
	Ciencias Médicas	289	68,6
	Derecho y Humanidades	12	2,9
Grupo etario	De 15 a 19 años	85	20,2
	De 20 a 24 años	220	52,3
	De 25 a 29 años	67	15,9
	De 30 a 34 años	28	6,7
	De 35 a más años	21	5,0

Instrumentos

Los instrumentos empleados en estudio fueron Inventario SISCO SV-21 referido al estrés académico conformado por 21 ítems (Barraza, 2018), así como el diseño de una ficha sociodemográfica, utilizando para ello la herramienta en línea *Google Form*, para la recolección de los datos.

Procedimiento

En relación a datos recolectados, con participantes se contactó vía *Whatsapp* donde se les envió el enlace de la actividad programada para los semilleros y también se les dio acceso a los instrumentos. De modo que, el llenado del inventario y la ficha tuvo una duración de 15 minutos y la información albergada en un drive para luego ser exportada a un archivo Microsoft Excel, para su respectivo tratamiento estadístico.

Análisis de datos

Se efectuó con Software SPSS versión 26, obteniéndose resultados descriptivos sistematizados en tablas univariadas y bivariadas con sus respectivas frecuencias y porcentajes. Complementariamente, en la parte inferencial utilizó prueba no paramétrica Chi Cuadrado de Pearson (X^2) el objetivo fue mostrar la asociación entre estrés académico y variables sociodemográficas.

Resultados

Tabla 2. Prevalencia de estrés académico y dimensiones

Variable y dimensiones	Leve		Moderado		Severo		Total	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Estrés académico	21	5,0	121	28,7	279	66,3	421	100,0
Estresores	19	4,5	96	22,8	306	72,7	421	100,0
Síntomas del estrés	129	30,6	148	35,2	144	34,2	421	100,0
Estrategias de afrontamiento	29	6,9	107	25,4	285	67,7	421	100,0

En la tabla 2 se aprecia un 66,3% de estudiantes que presentaron nivel severo de estrés académico, 28,7% mostraron nivel moderado y 5,0% evidenciaron un nivel leve. Este hallazgo indica que los estudiantes presentan reacciones físicas y emocionales negativas

como resultado de la sobrecarga de trabajo que se impone en la universidad, sobre todo, en lo que compete a investigación. De modo que, esto les impide desenvolverse de forma adecuada afectando sus intereses personales y académicos.

En relación a dimensión estresores, 72,7% de estudiantes presentaron nivel severo, 22,8% experimentaron nivel moderado y 4,5% revelaron nivel leve. Quiere decir que la mayoría de estudiantes semilleros señalaron demasiada carga de trabajos académicos vinculados con la investigación, además de la presión de los docentes y la exigencia de los tipos de trabajo acorde con los estándares sugeridos por la universidad, lo que propicia la aparición de estresores que afectan la vida académica (Tabla 2).

Respecto a dimensión síntomas de estrés, 35,2% dejaron establecido el nivel moderado, mientras que el 34,2% indicaron el nivel severo y el 30,6% revelaron el nivel leve. Esto significa que su gran mayoría los estudiantes coincidieron en señalar reacciones físicas y emocionales adversas que se ven reflejados en comportamientos erráticos como resultado de las fuertes presiones del contexto universitario (Tabla 2).

De otra parte, en relación con dimensión estrategias de afrontamiento, el 67,7% declararon padecer el nivel severo, en tanto el 25,4% señalaron el nivel moderado y el 6,9% el nivel leve. De manera que, estos resultados expresan limitaciones en la forma de afrontar el estrés, es decir, escasas alternativas de solución a las situaciones complejas producidas en el entorno académico e investigativo (Tabla 2).

Tabla 3. Prevalencia de estrés académico según sexo

Sexo	Estrés Académico						Total	
	Leve		Moderado		Severo		n	%
	n	%	n	%	n	%		
Masculino	18	4,3	63	15,0	22	5,2	103	24,5

Femenino	3	0,7	58	13,8	257	61,0	318	75,5
Total	21	5,0	121	28,7	279	66,3	421	100,0

Nota: $X^2 = 134,013$; $p = ,000 < 0,05$

En la Tabla 3 se visualiza prevalencia de estrés académico de acuerdo al sexo de estudiantes. De manera que, las mujeres se caracterizaron por mostrar nivel severo y moderado. En cambio, los hombres revelaron sobre todo el nivel moderado y severo de estrés académico. Asimismo, dicha asociación resultó ser estadísticamente significativa ($p = ,000 < 0,05$).

Tabla 4. Prevalencia de la dimensión síntomas estrés según año de estudios

Año de estudios	Dimensión síntomas estrés						Total	
	Leve		Moderado		Severo			
	n	%	n	%	n	%	n	%
Primero	15	3,6	2	0,5	0	0,0	17	4,0
Segundo	42	10,0	23	5,5	2	0,5	67	15,9
Tercero	43	10,2	42	10,0	35	8,3	120	28,5
Cuarto	11	2,6	46	10,9	63	15,0	120	28,5
Quinto	12	2,9	27	6,4	32	7,6	71	16,9
Sexto	6	1,4	8	1,9	12	2,9	26	6,2
Total	21	5,0	121	28,7	279	66,3	421	100,0

Nota: $X^2 = 109,223$; $p = ,000 < 0,05$

Tabla 4 se tiene prevalencia de la dimensión síntomas de estrés académico de acuerdo con años de estudio. Bajo esa premisa, estudiante del tercero, cuarto y quinto año evidencian mayor nivel de dimensión síntomas de estrés académico en comparación a estudiantes de sexto, segundo y primer año. La asociación entre ambas variables fue estadísticamente significativa ($p = 0,000 < 0,05$).

Tabla 5. Prevalencia de la dimensión síntomas estrés según facultades

Facultades	Dimensión síntomas estrés						Total	
	Leve		Moderado		Severo			
	n	%	n	%	n	%	n	%
Ciencias Empresariales	56	13,3	19	4,5	1	0,2	76	18,1
Ingeniería	26	6,2	15	3,6	3	0,7	44	10,5
Ciencias Médicas	46	10,9	110	26,1	133	31,6	289	68,6
Derecho y Humanidades	1	0,2	4	1,0	7	1,7	12	2,9
Total	129	30,6	148	35,2	144	34,2	421	100,0

Nota: $X^2= 130,444$; $p = ,000 <0,05$

En la Tabla 5 se tiene prevalencia en dimensión síntomas de estrés académico según facultades. De manera que, los estudiantes que cursan ciencias médicas evidenciaron mayores niveles en dimensión síntomas de estrés académico en comparación a estudiantes de ciencias empresariales e ingeniería. La asociación entre ambas variables fue estadísticamente significativa ($p=0,000<0,05$).

Tabla 6. Prevalencia de la dimensión síntomas estrés según grupo etario

Grupo etario	Dimensión síntomas estrés						Total	
	Leve		Moderado		Severo			
	n	%	n	%	n	%	n	%
De 15 a 19 años	58	13,8	23	5,5	4	1,0	85	20,2
De 20 a 24 años	48	11,4	84	20,0	88	20,9	220	52,3
De 25 a 29 años	13	3,1	24	5,7	30	7,1	67	15,9
De 30 a 34 años	6	1,4	11	2,6	11	2,6	28	6,7
De 35 años a más	4	1,0	6	1,4	11	2,6	21	5,0
Total	129	30,6	148	35,2	144	34,2	421	100,0

Nota: $X^2= 80,028$; $p = ,000 <0,05$

Finalmente, la Tabla 6 se tiene prevalencia de la dimensión síntomas de estrés académico según grupo etario. De acuerdo con hallazgos, los estudiantes con edades oscilantes de 15 y 19 años, así como entre 20 y 24 años y de 25 a 29 años evidenciaron niveles severo y moderado en la dimensión síntomas de estrés académico en comparación a estudiantes cuyas edades 30 a 34 años y de 35 años a más. La asociación entre ambas variables fue estadísticamente significativa ($p=0,000<0,05$).

Discusión

La pandemia implicó en el ámbito universitario adaptarse a la virtualidad, tanto para docentes, estudiantes y administrativos. Esta nueva realidad implicó también no solo nuevas exigencias académicas, sino también se puso de manifiesto problemas de conectividad, acceso, disposición de medios tecnológicos, además de competencias tecnológicas (Benites, 2021). Esto produjo diversas actitudes negativas porque representó una nueva forma de trabajar, estudiar y gestionar desde el hogar afectando la salud emocional (González, 2020). Sin duda, trajo consigo una serie de limitaciones para los estudiantes, porque adicionalmente no se establecieron los filtros adecuados por parte de la SUNEDU para supervisar esta nueva modalidad, adicionalmente se debe agregar las exigencias de los docentes sobre los estudiantes semilleros, quienes tuvieron que adaptarse a la nueva dinámica lo que se tradujo en diversas manifestaciones de estrés académico.

En el estudio se encontró que estudiantes semilleros presentaron altos niveles de estrés académico, esto es, fueron sensibles a las condiciones generadas por la pandemia, pero al mismo tiempo al propio entorno universitario en el cual se puso de manifiesto los estresores académicos como resultado de sobrecarga de tareas en los trabajos de investigación (Luque et al, 2021). Adicionalmente la presión de los docentes, así como la falta de familiaridad con los tipos de trabajos académicos y el escaso tiempo para poder cumplir con aquellos (Miguel Roman, 2020).

Si bien es cierto, estrés académico se da en estudiantes universitarios, sin embargo, no todos ellos tienen la capacidad de afrontarlo de forma adecuada, lo que al final termina afectando tanto en su rendimiento académico como en su bienestar psicológico y en la vida familiar, agudizando contradicciones y afectando la convivencia social como consecuencia del confinamiento (Estrada et al., 2020).

En relación a variables sociodemográficas se identificó estrés académico asociado con al sexo de los estudiantes. Cabe destacar que tanto las mujeres como hombres coincidieron en los niveles severo y moderado de estrés académico. Estos hallazgos coinciden con estudios de Marco et al. (2022), y Estrada et al. (2021).

Asimismo, otro hallazgo tiene que ver con la asociación entre la dimensión síntomas estrés y los años de estudio. El resultado indica que son estudiantes del cuarto y quinto año los que experimentan diversas reacciones fisiológicas y emocionales que afectan su persona. Esto podría deberse porque estudiantes de los semilleros de investigación encuentran en las experiencias curriculares relacionados con metodología de la investigación, proyecto de investigación y desarrollo del proyecto de investigación duros escollos para optar el bachillerato y el título profesional.

Asimismo, halló una relación significativa entre las facultades profesionales y dimensión síntomas estrés, donde fundamentalmente se constató el nivel severo en ciencias médicas. Este resultado puede deberse a las exigencias promovidas por las autoridades en materia de acreditación nacional e internacional de las escuelas y el interés por elevar la calidad de las investigaciones que tanto la SUNEDU como el CONCYTEC exigen a las universidades.

Por último, con respecto a la asociación entre grupo etario y la dimensión síntomas estrés, el hallazgo permitió señalar que los estudiantes cuyas edades estaban entre 20 y 24 años padecían nivel severo y moderado, lo que significa la manifestación de reacciones fisiológicas y psicológicas como resultado de no poder afrontar de forma adecuada las situaciones críticas y solucionarlas.

Conclusión

Se confirmó que existe alta prevalencia de estrés académico en estudiantes semilleros de una universidad privada durante pandemia del COVID- 19. Asimismo, se encontró que las variables sociodemográficas: sexo, año de estudio, facultades, grupo etario y región de residencia estaban asociadas significativamente con la dimensión síntomas estrés académico. Razón por el cual, es importante que las autoridades universitarias, en especial del vicerrectorado de investigación, tomen cartas en el asunto y desplieguen un estudio de mayor profundidad en relación al estrés académico, priorizando la dimensión síntomas a fin de establecer las medidas de intervención pertinentes con el fin de cuidar la salud de los estudiantes.

Referencias

- Alfonso, B., Calcines, M., Monteagudo, R., & Nieves, Z. (2015). Estrés académico. *Rev EDUMECENTRO*, 7(2), 163-178. Obtenido de http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S2077-28742015000200013&script=sci_abstract
- Alvarez, A., Mejia, C., Delgado, J., Del Aguila, S., Arce, A., & Valladares, M. (2020). The Peru Approach against the COVID-19 Infodemic: Insights and Strategies. *Am J Trop Med Hyg*, 103(2), 583-586. Obtenido de <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32500853/>
- Araoz, E., Roque, M., Ramos, N., Uchasara, H., & Araoz, M. (2021). *Estrés académico en estudiantes universitarios peruanos en tiempos de la pandemia del COVID-19*. Obtenido de <https://doi.org/10.5281/ZENODO.4675923>
- Barraza, A. (2006). *Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico*. Obtenido de <https://www.psicologiacientifica.com/estres-academico-modelo-conceptual/>
- Barraza, A. (2009). Estrés académico y Burnout estudiantil. *Psicogente*, 12(22), 272-283. Obtenido de <file:///C:/Users/ERIKA/Downloads/Dialnet-EstresAcademicoYBurnoutEstudiantilAnalisisDeSuRela-3265008.pdf>

- Bedoya, F., Matos, L., & Zelaya, E. (2014). Niveles de estrés académico, manifestaciones psicosomáticas y estrategias de afrontamiento en alumnos de la facultad de medicina de una universidad privada de Lima en el año 2012. *Rev Neuropsiquiatr*, 77(4), 262-270. Obtenido de http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S0034-85972014000400009&script=sci_abstract
- Berrio, N., & Mazo, R. (2011). Estrés Académico. *Revista de Psicología Universidad de Antioquia*, 3(2), 65-82. Obtenido de http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2145-48922011000200006
- Berrío-Quispe, M., Chávez-Bellido, D., & González-Díaz, R. (2021). 2021 16th Iberian Conference on Information Systems and Technologies (CISTI). 1-5. Obtenido de <https://doi.org/10.23919/CISTI52073.2021.9476308>
- Berrío-Quispe, M., Chávez-Bellido, D., & González-Díaz, R. (2021). Use of educational platforms and student academic stress during COVID-19. *2021 16th Iberian Conference on Information Systems and Technologies (CISTI)*, 1-5. Obtenido de <https://doi.org/10.23919/CISTI52073.2021.9476308>
- Chakraborty, P., Mittal, P., Gupta, M., & Arora, A. (2021). Opinion of students on online education during the COVID-19 pandemic. *Human Behavior and Emerging Technologies*, 3(3), 357-365. <https://doi.org/10.1002/hbe2.240>. Chakraborty, P., Mittal, P., Gupta, M. S., Yadav, S., & Arora, A. (2021). Opinion of students on online education during the COVID-19 pandemic. *Human Behavior and Emerging Technologies*, 3(3), 357-365. Obtenido de <https://doi.org/10.1002/hbe2.240>
- Chávez, P., Chávez, E., Villarreal, D., & Ortiz, L. (2021). Factores de estrés en estudiantes universitarios en época de pandemia (Covid-19). *Horizontes Revista de Investigación en Ciencias de la Educación*, 5(20), 310-324. Obtenido de http://www.scielo.org.bo/scielo.php?pid=S2616-79642021000400310&script=sci_arttext
- Chiparra, E., Vasquez, K., Casco, R., Pajuelo, M., Jaramillo-Alejos, P., & Morillo-Flores, J. (2020). Disruption Caused by the COVID-19 Pandemic in Peruvian University Education. *International Journal of Higher Education*, 9(9), 80-90. Obtenido de <https://doi.org/10.5430/ijhe.v9n9p80>

- Eachempati, P., & Ramnarayan, K. (2020). Covidio-pedago-phobia. *Medical Education*, 54(8), 678-680. Obtenido de <https://doi.org/10.1111/medu.14257>
- Espinosa, J., Hernández, J., Rodríguez, J., & Bermúdez, V. (2020). Influencia del estrés sobre el rendimiento académico. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 39(1), 63-69. Obtenido de <https://biblat.unam.mx/es/revista/archivos-venezolanos-de-farmacologia-y-terapeutica/articulo/influencia-del-estres-sobre-el-rendimiento-academico>
- Estrada. (2021). Estrés académico en estudiantes universitarios peruanos en tiempos de la pandemia del COVID-19. AVFT. *Archivos Venezolanos de Farmacología y terapéutica*, 40(1). Obtenido de http://saber.ucv.ve/ojs/index.php/rev_aavft/article/view/22351
- Estrada, E., Mamani, M., Gallegos, N., Mamani, H., & Zuloaga, M. (2021). Estrés académico en estudiantes universitarios peruanos en tiempos de la pandemia del COVID-19. *Revista AVFT*, 40(1), 88-93. Obtenido de https://www.revistaavft.com/images/revistas/2021/avft_1_2021/16_estres_academico_estudiantes.pdf
- Estrada, J. (2020). Ciencia bajo estrés. Efectos de la pandemia sobre la investigación. *Revista argentina de cardiología*, 88(3), 191-193.
- Eva, K. (2020). Strange days. *Medical Education*, 54(6), 492-493. Obtenido de <https://doi.org/10.1111/medu.14164>
- Gallardo-Echenique, E., Bullen, M., & Castillo, A. (2020). Peruvian undergraduate students' usage of digital technology in academic context. *2020 IEEE World Conference on Engineering Education (EDUNINE)*, 1-5. Obtenido de <https://doi.org/10.1109/EDUNINE48860.2020.9149>
- García, Y. (2020). ¿Por qué el Perú debe mantener la teleeducación en tiempos de COVID-19? *Revista de Investigaciones de la Universidad Le Cordon Bleu*, 7(1), 79-90. Obtenido de <https://doi.org/10.3>
- Gómez-Galán, J., Vergara, D., Ordóñez-Olmedo, E., & Veytia-Bucheli, M. (2020). Time of Use and Patterns of Internet Consumption in University Students: A Comparative Study between Spanish-Speaking Countries. *Sustainability*, 12(1), 50-87. Obtenido de <https://doi.org/10.3390/su12125087>

- Hodges, C., Moore, S., Lockee, B., Trust, T., & Bond, M. (2020). The Difference Between Emergency. *Remote Teaching and Online Learning*. Obtenido de <https://vtechworks.lib.vt.edu/handle/10919/104648>
- Marco, A., Villarrasa, I., & Monfort, G. (2022). Estudio descriptivo sobre las diferencias de género en el estrés académico derivado del contexto COVID-19 en población universitaria español. *Revista Retos*, 43(1), 845-851. Obtenido de <https://recyt.fecyt.es/index.php/retos/article/download/88968/66384/>
- Narváez, M., & Tufiño, A. (2020). Teleeducación y COVID-19. *CienciaAmérica*, 9(2), 58-64. Obtenido de <https://doi.org/10.33210/ca.v9i2.296>
- Perez-Siguas, R., Seminario-Unzueta, R., Matta-Solis, H., Yauri-Machaca, M., & Matta-Solis, E. (2020). Problematic Use of Mobile Phones during the COVID-19 Pandemic in Peruvian University Students, 2020. *International Journal of Advanced Computer Science and Applications*, 11(12). Obtenido de <https://doi.org/10.14569/IJACSA.2020.0111254>
- Rojas, O., Martinez, M., & Riffo, R. (2020). Gestão diretiva e estresse laboral do profissional docente: um olhar a partir da pandemia COVID-19. *Revista on line de Política e Gestão Educacional*, 24(3), 1226-1241. Obtenido de <https://periodicos.fclar.unesp.br/rpge/article/view/14360>
- Ruiz-Palmero, J., Colomo-Magaña, E., Sánchez-Rivas, E., & Linde-Valenzuela, T. (2021). Estudio del uso y consumo de dispositivos móviles en universitarios. *Digital Education Review*, 39(1), 89-104. Obtenido de <https://doi.org/10.1344/der.2021.39.89-104>
- Sánchez, M. (2020). Educación en línea y la pandemia: ¡no más onfalopsia! *Investigación en educación médica*, 9(36), 5-7. Obtenido de <https://doi.org/10.22201/fm.20075057e.2020.36.20320>
- Serrano, C. (2020). *Relación entre resiliencia y estrés académico en los estudiantes de la Unidad Educativa Municipal Eugenio Espejo, Pusuquí*. Tesis de grado, Universidad Central del Ecuador. Obtenido de <http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/16515/1/T-UCE-0007-CPS-028.pdf>

- Tafur, A., Acosta, J., Zárate, R., & Ramírez, D. (2020). Assessing the psychometric properties of the internet addiction test in Peruvian University students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(16), 1-19. Obtenido de <https://faculty.up.edu.pe/es/publications/assessing-the-psychometric-properties-of-the-internet-addiction-t>
- Villasol, M. (2021). Cambios en el patrón de los usos digitales por el Covid-19. Aplicación del Learning Analytics a un estudio de caso entre estudiantes universitarios. *Digital Education Review*, 39(1), 192-212. Obtenido de <https://doi.org/10.1344/der.2021.3>
- Vivanco-Vidal, A., Saroli-Aranibar, D., Caycho-Rodríguez, T., Carbajal-León, C., & Noé-Grijalva, M. (2020). Ansiedad por Covid—19 y salud mental en estudiantes universitarios. *Revista de Investigación en Psicología*, 23(2), 197-215. Obtenido de <https://doi.org/10.1538/rin-vp.v23i2.19241>