

Capítulo 12

Relación del malestar emocional con ansiedad y estrés académico en estudiantes universitarios de Enfermería

Paola Adanari Ortega-Ceballos, María Alejandra Terrazas-Meraz, Ofmara-Yadira Zúñiga-Hernández, Claudia Macías Carrillo

Resumen

El estudiante universitario experimenta sensaciones de incertidumbre que deberán aprender a manejar para evitar el Malestar Emocional (ME). Identificar la relación del malestar emocional con ansiedad y estrés académico en los estudiantes de la Licenciatura en Enfermería de la Universidad Autónoma del Estado de Morelos. Estudio transversal analítico llevado a cabo en 338 estudiantes. El instrumento recabó datos sociodemográficos, información de Malestar Emocional (escala de Kessler (K-6)), estrés académico (SISCO SV-21) y Trastorno de Ansiedad Generalizada (GAD-7). El 80.77% son mujeres, media de edad= 20.87 años (DE=3.23). La prevalencia de malestar emocional fue de 32.84%. Se observó una relación entre el malestar emocional y la ansiedad ($p=0.000$) y una relación entre el malestar emocional y estrés académico ($p=0.000$). De acuerdo con los resultados es necesario señalar que se requiere de un modelo de atención integral que incorpore el proceso educativo, convivencia social y el manejo emocional.

Palabras clave:
Malestar Emocional;
Ansiedad;
Estrés Académico;
Estudiantes;
Morelos.

Ortega-Ceballos, P. A., Terrazas-Meraz, M. A., Zúñiga-Hernández, O. Y., & Macías Carrillo, C. (2025). Relación del malestar emocional con ansiedad y estrés académico en estudiantes universitarios de Enfermería. En N. Roque Nieto, A. R. Pérez Mayo, P. Guerrero Sánchez, N. Betanzos Díaz, & C. Rodríguez Leana, (Coords). Organizaciones, Salud y Bienestar: Perspectivas Transdisciplinarias sobre lo Social, lo Tecnológico y lo Emocional. (pp. 302-315). Religación Press. <http://doi.org/10.46652/religacionpress.312.c729>



Introducción

Tras la pandemia por COVID-19 la salud mental de la población estudiantil se ha visto comprometida, lo que ha ocasionado algunos problemas no sólo en las personas que contrajeron la enfermedad sino en la población general (Chen et al., 2020). Se ha observado que tanto los desastres naturales, y eventos ocasionados por el hombre generan estrés en la población y pueden llegar a tener consecuencias en la salud mental de algunas personas (Schwartz et al., 2019).

A lo largo de la historia la humanidad se ha enfrentado a diversos problemas de salud por mencionar algunos como el brote por el Síndrome Respiratorio Agudo Grave (SARS) en China entre 2002-2003, que hizo que se incrementara la incidencia de algunos trastornos mentales como ansiedad y depresión (Chang et al., 2004). Durante el brote de Ébola en 2014 principalmente en África Occidental, se pudo observar un aumento de los casos de salud mental (Kamara et al., 2017). Estos hallazgos nos hablan del impacto que pueden llegar a tener los confinamientos en la salud mental de la población.

Aunado al evento de salud que se presentó durante la pandemia, los estudiantes universitarios experimentan sensaciones de incertidumbre que generan cierta inestabilidad en su salud mental, sin embargo, deben de aprender a manejar tanto situaciones familiares como escolares para lograr adaptarse al estilo de vida universitario y así evitar fluctuación en el bienestar que se traducirían en un estado de malestar emocional (Luna, 2020).

Los estudiantes del área de la salud, en especial de la Licenciatura en Enfermería se enfrentan a situaciones estresantes desde el primer contacto en las prácticas hospitalarias, donde tienen contacto con eventos como la muerte, generando estrés, aunado a la adquisición de competencias que los formarán como futuros profesionales.

En un estudio realizado por Meza Peña (2019), obtuvieron que el estrés percibido tiene una relación significativa y positiva con

malestar emocional, además que observa que en los más jóvenes y en los de menor grado de estudio hay mayor nivel de estrés, las mujeres reportan un mayor nivel de estrés en comparación de los hombres (Meza Peña, 2019).

En Argentina se realizó un estudio en estudiantes de la Licenciatura en Enfermería y observaron que más de la mitad de la población presentó niveles bajos de malestar emocional (57.8%), mientras que el 42.2% mostró niveles moderados y alto de malestar emocional, datos que llaman la atención debido a que esta proporción de estudiantes pudieran llegar a presentar síntomas de cansancio, inquietud, nerviosismo, desesperación, tristeza e inutilidad en estos estudiantes (Luna, 2020).

Cabe mencionar lo que aporta en su documento Luna (2020), que las personas con algún padecimiento mental no solo se encuentran en una institución dedicada a este fin, sino que se encuentran desenvolviéndose en la comunidad, y estas pudieran llegar a perturbar la salud mental de cada individuo en cualquier etapa de su vida.

La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2023), define el estrés como “un estado de preocupación o tensión mental generado por una situación difícil”, el cual puede tener un impacto negativo en la salud de los individuos, llegando a provocar cefalea, alteración del sueño o predisponer al consumo de sustancias (tabaco, alcohol y drogas) (OMS, 2023). Cuando el estrés se vincula con las situaciones de los espacios de formación o educación se lo denomina estrés académico (Pinto, 2022).

Por lo tanto, es importante identificar la relación del malestar emocional con ansiedad y estrés académico en los estudiantes de la Licenciatura en Enfermería de la Universidad Autónoma del Estado de Morelos.

Metodología

Se llevó a cabo un estudio con enfoque cuantitativo, diseño analítico de corte transversal. El proyecto forma parte de la línea de investigación “Enfermería para la atención y cuidado integral de la salud” que forma parte del Cuerpo Académico “Enfermería: educación, cuidado y salud” de la Facultad de Enfermería de la Universidad Autónoma del Estado de Morelos.

La investigación se desarrolló en 338 estudiantes de Enfermería. Como criterios de inclusión se determinó: estudiantes matriculados durante el semestre enero-junio 2024 y estudiantes que accedieron a participar de la investigación previo consentimiento informado mediante un formulario en línea. Los criterios de exclusión: estudiantes no regulares y estudiantes que rechazaron participar en el estudio y como criterios de eliminación: estudiantes con menos del 80% del instrumento de recolección de datos.

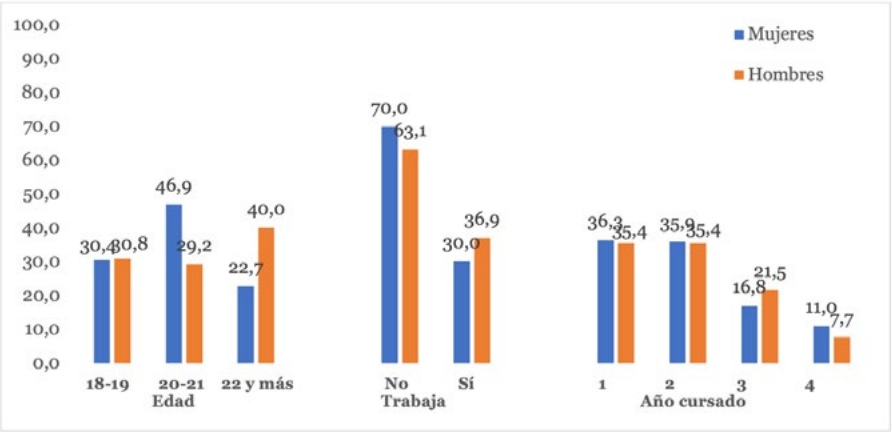
Para la recolección de la información se utilizó una encuesta sociodemográfica que exploraba las variables de: edad, sexo, estado civil, trabaja, el semestre que cursa, escolaridad de sus padres y si tienen hijos; la información de Malestar Emocional fue a través de la escala de Kessler (K-6) , que evalúa la frecuencia de angustia psicológica inespecífica durante los último 30 días. La escala tiene un alfa de Cronbach = 0.89 (Kessler, 2002). La medición del estrés académico se hizo mediante el Inventario Sistemático Cognoscitivista, Segunda Versión (SISCO SV-21), que permite evaluar la intensidad del estrés académico y 21 ítems principales distribuidos en tres dimensiones; estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento. Tiene un Alpha de Cronbach de 0.85. (Llorente Pérez et al., 2019). Para la medición de la ansiedad se utilizó la escala GAD-7 (por sus siglas en inglés Generalized Anxiety Disorder-7), se trata de una escala integrada por 7 ítems que permiten indicar con qué frecuencia, durante las últimas dos semanas, han sido molestados por cada uno de los siete síntomas centrales del Trastorno de Ansiedad Generalizada

(TAG), la confiabilidad es de 0.92 (González Zabala et al., 2022). Se obtuvieron proporciones y χ^2 utilizando el paquete estadístico Stata versión 14.

Resultados

De la población de estudiantes el 80.8% son mujeres, el rango de edad es de 18 a 50 años, con una media de 20.9 años ($DE=3.2$), el grupo etario que predominó fue de 21-22 años que representa el 43.5%. El 68.63% de los estudiantes reporta que no trabaja. Más de un cuarto de la población pertenece al primer semestre (25.7%) (Figura 1). En cuanto al estado civil, tanto en hombres como en mujeres la mayoría son solteros representando un 94.4%. El nivel de escolaridad de ambos padres de las mujeres predomina la secundaria con un 34.6% mientras que el nivel de escolaridad de ambos padres de hombres predomina la preparatoria con un 30.76%. El 96.74% de los encuestados reportan no tener hijos.

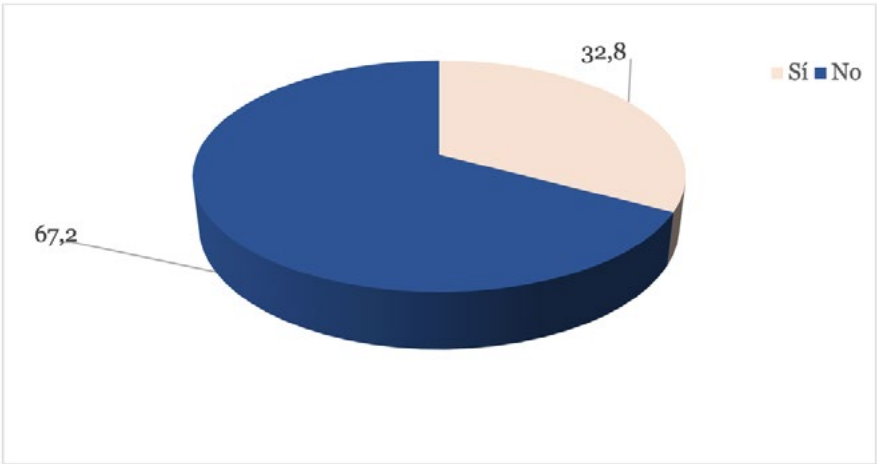
Figura 1. Características sociodemográficas. Estudiantes de Enfermería. Morelos, México, 2024.



Fuente:

La prevalencia de malestar emocional en estudiantes de Enfermería fue de 32.8%, siendo en mujeres un 35.2% y en hombres 23.1%. ($p= 0.062$) (Figura 2).

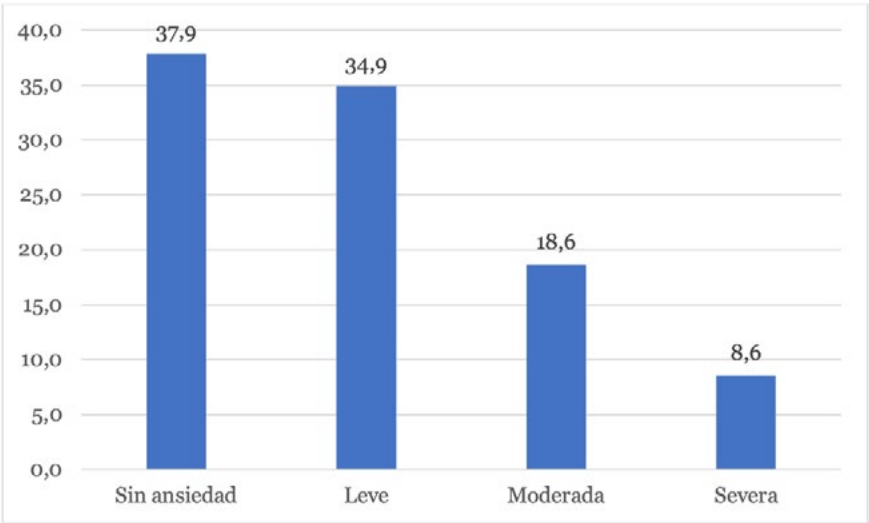
Figura 2. Prevalencia de malestar emocional. Estudiantes de Enfermería.
Morelos, México, 2024.



Fuente:

La prevalencia de ansiedad severa que se observó en esta población de estudiantes fue de 8.6%, siendo en mujeres un 9.2% y en hombres 6.2%. ($p= 0.002$) (Figura 3).

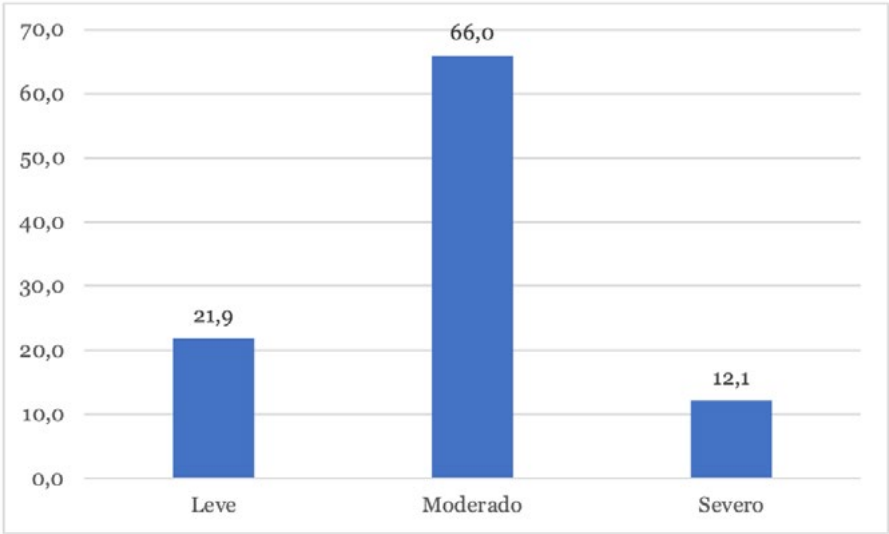
Figura 3. Prevalencia de ansiedad. Estudiantes de Enfermería. Morelos, México, 2024.



Fuente:

Los estudiantes de Enfermería reportaron una prevalencia de estrés académico severo de 12.1%, el cual fue mayor en las mujeres (13.2%) que en los hombres (7.7%) siendo esta diferencia estadísticamente significativa ($p= 0.004$).

Figura 4. Prevalencia de estrés académico. Estudiantes de Enfermería.
Morelos, México, 2024.



Fuente:

Se observó una relación estadísticamente significativa entre el malestar emocional y el nivel de ansiedad en Estudiantes de Enfermería.

Tabla 1. Relación del malestar emocional con nivel de ansiedad. Estudiantes de Enfermería. Morelos, México, 2024.

	Malestar emocional			Chi²
	No	Sí	Total	
	n=227	n=111	n=338	
Nivel de ansiedad	%	%		p
Sin ansiedad	51.5	9.9	37.9	0.000
Leve	32.6	39.6	34.9	
Moderada	12.8	30.6	18.6	
Severa	3.1	19.8	8.6	

Fuente: elaboración propia

Respecto al estrés académico, también se observó una relación estadísticamente significativa con el malestar emocional en estudiantes de Enfermería.

Tabla 2. Relación del malestar emocional con nivel de estrés académico. Estudiantes de Enfermería. Morelos, México, 2024.

Nivel de estrés académico	Malestar emocional			
	No	Sí	Total	Chi2
	n=227	n=111	n=338	p
Leve	26.9	11.7	21.9	0.000
Moderado	67.8	62.2	66.0	
Severo	5.3	26.1	12.1	

Fuente: elaboración propia

Conclusiones

Se observó que tres de cada diez estudiantes de Enfermería presentan malestar emocional, habiendo una diferencia por sexo al borde de la significancia estadística.

La relación entre el estrés y la ansiedad fue significativa en los estudiantes de Enfermería. En nuestro análisis verificamos que los estudiantes presentan un grado severo tanto de nivel de estrés académico como de nivel ansiedad; son las mujeres quienes tienen una mayor prevalencia. Una buena alternativa para erradicar el estrés y la ansiedad en estudiantes sería que la institución establezca estrategias de orientación estudiantil enfocadas en darle seguimiento a los factores que perjudiquen la salud mental y física, calidad de vida, rendimiento académico; así como su comportamiento y relación en el entorno institucional, familiar y la sociedad en general.

Referencias

- Álvarez Hernández, J., Aguilar Parra, J. M., Fernández Campoy, J. M., Salguero García, D., & Pérez Gallardo, E. R. (2013). El estrés ante los exámenes en los estudiantes universitarios. Propuesta de intervención. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 2(1), 179-188.
- Castillo Ávila, I., Barrios Cantillo, A., & Alvis Estrada, L. R. (2018). Estrés académico en estudiantes de enfermería de Cartagena, Colombia. *Investigación y Educación en Enfermería*, 36(2), 134-143. <https://doi.org/10.11144/Javeriana.ie20-2.eaee>
- Castillo Pimiento, C., Chacón de la Cruz, T., & Díaz-Véliz, G. (2016). Ansiedad y fuentes de estrés académico en estudiantes de carreras de la salud. *Investigación en Educación Médica*, 5(20), 230-237. <https://doi.org/10.1016/j.riem.2016.03.001>
- Chang, H.-J., Huang, N., Lee, C.-H., Hsu, Y.-J., Hsieh, C.-J., & Chou, Y.-J. (2004). The impact of the SARS epidemic on the utilization of medical services: SARS and the fear of SARS. *American Journal of Public Health*, 94(4), 562-564. <https://doi.org/10.2105/ajph.94.4.562>
- Chen, Q., Liang, M., Li, Y., Guo, J., Fei, D., Wang, L., He, L., Sheng, C., Cai, Y., Li, X., Wang, J., & Zhang, Z. (2020). Mental health care for medical staff in China during the COVID-19 outbreak. *The Lancet Psychiatry*, 7(4), 15-16. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(20\)30078-X](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(20)30078-X)
- Espíndola, J. G., Morales, F., Díaz, E., Pimentel, D., Meza, P., Henales, C., Arriaga, R., Valero, J., Sánchez, J. E., & Hernández, G. (2006). Malestar psicológico: Algunas de sus manifestaciones clínicas en la paciente gineco-obstétrica hospitalizada. *Perinatología y Reproducción Humana*, 20(4), 112-122.
- González Zabala, A. G., Olivera, M., Guiragossian, S., & Simkin, H. (2022). Evidencias de validez y confiabilidad de la escala de Trastorno de Ansiedad Generalizada (GAD-7). *Revista de Ciencias Empresariales y Sociales*, 2(1), 121-132.
- Herrera L., L. M., & Rivera M., M. S. (2011). Prevalencia de malestar psicológico en estudiantes de enfermería relacionada con factores sociodemográficos, académicos y familiares. *Ciencia y Enfermería*, 17(2), 55-64. <https://doi.org/10.4067/S0717-95532011000200007>

- Kamara, S., Walder, A., Duncan, J., Kabbedijk, A., Hughes, P., & Muana, A. (2017). Mental health care during the Ebola virus disease outbreak in Sierra Leone. *Bulletin of the World Health Organization*, 95(12), 842-847. <https://doi.org/10.2471/BLT.16.190470>
- Kessler, R. C., Andrews, G., Colpe, L. J., Hiripi, E., Mroczek, D. K., Normand, S.-L. T., Walters, E. E., & Zaslavsky, A. M. (2002). Short screening scales to monitor population prevalences and trends in non-specific psychological distress. *Psychological Medicine*, 32(6), 959-976. <https://doi.org/10.1017/S0033291702006074>
- Lanuque, A. (2020). Revisión sistemática del afrontamiento del estrés universitario en momentos de presión. *Ciencia, Docencia y Sociedad*, 13, 130-142.
- Llorente Pérez, Y. J., Herrera Herrera, J. L., Hernández Galvis, D. Y., Padilla Gómez, M., & Padilla Choperena, C. I. (2020). Estrés académico en estudiantes de un programa de Enfermería - Montería 2019. *Revista Cuidarte*, 11(3). <https://doi.org/10.15649/cuidarte.1108>
- Luna, C. R., & García Quiroga, E. (2020). *Malestar psicológico en estudiantes universitarios*. XII Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología, XXVII Jornadas de Investigación, XVI Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR, II Encuentro de Investigación de Terapia Ocupacional, II Encuentro de Musicoterapia, Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires, Argentina.
- Meza Peña, C., López Luna, Y. A., Reta Moreno, Y. L., & Treviño Cordero, S. (2019). Estrés y malestar emocional en universitarios mexicanos durante el confinamiento. *Revista Internacional de Ciencias Sociales y Humanidades SOISOTAM*, 29(2), 141-158.
- Organización Mundial de la Salud. (2023). *Estrés*. <https://n9.cl/gviy9>
- Pérez-Del-Vallín, V. (2022). Development of communication skills in the health sector. *Seminars in Medical Writing and Education*, 1. <https://doi.org/10.56294/mw20225>
- Pimienta, C., Chacón, T., & Díaz-Véliz, G. (2016). Ansiedad y fuentes de estrés académico en estudiantes de carreras de la salud. *Investigación en Educación Médica*, 5(20), 230-237. <https://doi.org/10.1016/j.riem.2016.03.001>
- Pinto, E. E., Villa, A. R., & Pinto, H. A. (2022). Estrés académico en estudiantes de la Universidad de La Guajira, Colombia. *Revista de Ciencias Sociales*, 28(5), 87-99.

- Ruidiaz-Gómez, K. S., Peinado-Valencia, L. P., & Osorio-Contreras, L. V. (2020). Estrés en estudiantes de enfermería que realizan prácticas clínicas en una institución universitaria de Cartagena-Colombia. *Archivos de Medicina (Manizales)*, 20(2), 437-448. <https://doi.org/10.30554/archmed.20.2.3674.2020>
- Salvo, J., Villagrán, F., Aravena, C., Campos, D., Cid, J., Cruces, S., González, M., & Olguín, V. (2021). Depresión, ansiedad y estrés en estudiantes de enfermería. *Journal of Health and Medical Sciences*, 7(2), 83-90.
- Santos, C. A., Ortigoza, A., & Canova-Barrios, C. (2023). Nursing students' perceptions of Clinical Clerkship. *Seminars in Medical Writing and Education*, 2, 30. <https://doi.org/10.56294/mw202330>
- Schwartz, R. M., Rasul, R., Gargano, L. M., Lieberman-Cribbin, W., Brackbill, R. M., & Taioli, E. (2019). Examining associations between Hurricane Sandy exposure and posttraumatic stress disorder by community of residence. *Journal of Traumatic Stress*, 32(5), 677-687. <https://doi.org/10.1002/jts.22445>
- Silva-Ramos, M. F., López-Cocotle, J. J., & Columba Meza-Zamora, M. E. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Investigación y Ciencia de la Universidad Autónoma de Aguascalientes*, 28(79), 75-83.
- Tirado-Reyes, R. J., Silva-Maytorena, R., Mancera-González, O., Páez-Gómez, H., & Uriarte-Ontiveros, S. (2023). Estrés y ansiedad en estudiantes de cursos especializados de enfermería, en Culiacán, Sinaloa, México. *SANUS*, 8. <https://doi.org/10.36789/revsanus.vi1.390>

Relationship of Emotional Distress with Anxiety and Academic Stress Among University Nursing Students

Relação do Mal-estar Emocional com Ansiedade e Estresse Acadêmico em Estudantes Universitários de Enfermagem

Paola Adanari Ortega-Ceballos

Universidad Autónoma del Estado de Morelos | Morelos | México

<https://orcid.org/0000-0002-6989-727X>

paola.ortega@uaem.mx

paola.ortega@uaem.mx

María Alejandra Terrazas-Meraz

Universidad Autónoma del Estado de Morelos | Morelos | México

<https://orcid.org/0000-0002-6821-5732>

maria.alejandra@uaem.mx

maria.alejandra@uaem.mx

Ofmara-Yadira Zúñiga-Hernández

Universidad Autónoma del Estado de Morelos | Morelos | México

<https://orcid.org/0000-0002-4773-0102>

ofmara.zuniga@uaem.mx

ofmara.zuniga@uaem.mx

Claudia Macías Carrillo

Universidad Autónoma del Estado de Morelos | Morelos | México

<https://orcid.org/0000-0002-1484-9633>

claudia.macias@uaem.mx

claudia.macias@uaem.mx

Abstract

University students experience feelings of uncertainty that they must learn to manage to avoid Emotional Distress (ED). The objective was to identify the relationship between emotional distress and anxiety and academic stress among students of the Bachelor's Degree in Nursing at the Autonomous University of the State of Morelos. An analytical cross-sectional study was conducted with 338 students. The instrument collected sociodemographic data, information on Emotional Distress (Kessler Psychological Distress Scale (K-6)), academic stress (SISCO SV-21), and Generalized Anxiety Disorder (GAD-7). 80.77% were women, mean age = 20.87 years (SD=3.23). The prevalence of emotional distress was 32.84%. A relationship was observed between emotional distress and anxiety ($p=0.000$) and a relationship between emotional distress and academic stress ($p=0.000$). According to the results, it is necessary to point out that a comprehensive care model that incorporates the educational process, social interaction, and emotional management is required.

Keywords: Emotional Distress; Anxiety; Academic Stress; Students; Morelos.

Resumo

O estudante universitário experimenta sensações de incerteza que deverá aprender a manejar para evitar o Mal-estar Emocional (ME). O objetivo foi identificar a relação do mal-estar emocional com a ansiedade e o estresse acadêmico nos estudantes da Licenciatura em Enfermagem da Universidade Autónoma do Estado de Morelos. Estudo transversal analítico, realizado com 338 estudantes. O instrumento recolheu dados sociodemográficos, informação de Mal-estar Emocional (Escala de Angústia Psicológica de Kessler (K-6)), estresse acadêmico (SISCO SV-21) e Transtorno de Ansiedade Generalizada (GAD-7). 80,77% são mulheres,

média de idade = 20,87 anos (DP=3,23). A prevalência de mal-estar emocional foi de 32,84%. Observou-se uma relação entre o mal-estar emocional e a ansiedade ($p=0,000$) e uma relação entre o mal-estar emocional e o estresse acadêmico ($p=0,000$). De acordo com os resultados é necessário assinalar que se requer de um modelo de atenção integral que incorpore o processo educativo, a convivência social e o manejo emocional.

Palavras-chave: Mal-estar Emocional; Ansiedade; Estresse Acadêmico; Estudantes; Morelos.